

学会说话的技巧，开启幸福的人生

Hui Shuo Hua De No Ren Re Ren Ai

会说话的女人惹人爱

卓越的口才对于女人，是增加自身人格的砝码，是事业上披荆斩棘的利剑，是生活上安身立命的资本。

—隋晓明◎编著—中国商业出版社



学会说话的技巧，开启幸福的人生

Xue Hui Shuo Hua De Ni Ren Re Ren Li

会说话的女人惹人爱

—隋晓明◎编著—中国商业出版社—



图书在版编目(CIP)数据

会说话的女人惹人爱/隋晓明编著. —北京:中国
商业出版社, 2007. 11

ISBN 978 - 7 - 5044 - 6035 - 6

I. 会... II. 隋... III. 女性—口才学—通俗读物
IV. H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 162264 号

责任编辑:刘华林

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺 1 号)
新华书店北京发行所经销
北京市北七家印刷厂印刷

*

710 × 1000 毫米 1/16 开 15 印张 200 千字
2007 年 12 月第 1 版 2007 年 12 月第 1 次印刷
定价:29.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

中国有句老话：“好马出在腿上，好人出在嘴上。”也就是说，要想成为一个受欢迎的人得会说话，有口才。

很多女人十分注意自己的服饰与化妆，然而却很少注意提高自己的说话水平，这不能不说是一个遗憾。要想成为广受欢迎的魅力女性，除了外在美之外，口才也是不可或缺的一环。

在西方有位哲人说过：“世间有一种能力可以使人很快完成伟业，并获得世人的认识，那就是令人喜悦的讲话能力。”人才也许没有口才，但有口才的人必定是人才，并且有机会成为杰出的人才。据说，美国人在第二次世界大战时，曾把舌头（演讲与口才）、原子弹和金钱称为赖以生存和竞争的三大战略武器。现在，更是把舌头放在美元和电脑的前面，作为三大战略武器之首。演讲和口才作为现代人能力的重要标志，已经是人们的普遍共识。

许多成功人士告诉我们，口才是职场、商场竞争中的法宝，更是生活幸福的保障。口才的作用和价值非同小可，是我们提高素质、拥有幸福的重要途径。

世界上没有任何一个正常人不需要讲话、不需要交流，也没有任何一种工作不需要和别人打交道。而人与人之间交流最方便的途径就是语言。通过出色的语言表达，可以使相互熟识朋友的交情更深，可以使陌生的人产生好感，可以使相互有分歧的人互相理解，可以使互相仇恨的人化干戈为玉帛。

语言能力是现代人才必备的素质之一。说话不仅仅是一门学问，还是你赢得事业成功的资本。所以，拥有好口才就等于拥有了辉煌的前程。一个人不管你生性多么聪颖，接受过多么高深的教育，穿着多么漂亮的衣服，拥有多么雄厚的资产，如果你无法流畅、恰当地表达自己的思想，你仍然无法真正实现自己的价值。

卓越的口才对于女人，是增加自身人格魅力的砝码，是事业上披荆斩棘的利剑，是生活上安身立命的资本。

成功一定有方法,失败一定有原因。要想练就过硬的口才,并不是我们想象的那么容易,但同样也不如我们想象的那么困难。只要掌握技巧和方法,成为说话高手并非难事。本书本着简单实用的原则,结合女性实际情况,用通俗流畅的语言,从爱情、事业、家庭等多个方面为女性揭示了造就完美口才的全部秘密。只要我们遵循书中简单有效的原则,认真领悟并不断实践,就一定可以成为会说话的女人,从而处处逢源,魅力四射,大受欢迎!

目 录

前言

第一章 如何说“不” ——会说话的女人有一套

一个“不”字,很难说出来,更难说好。对于许多人来说,拒绝别人是一件很难办的事情。但对于会说话的女人来说,拒绝他人是一门艺术,只要掌握要点,灵活应对,不但不伤感情,还能大大提升你的人缘。

灵活巧妙地说不·····	3
得体地拒绝追求·····	5
艺术地对上司说不·····	7
巧妙地回绝敬酒·····	9
恰当拒绝别人的邀请·····	11
拒绝借钱借物有窍门·····	13
拒绝要明确而坚定·····	15
让逐客令带有人情味·····	17

第二章 让自己大受欢迎 ——把话说得滴水不漏

有位西方哲人说过:“世间有一种能力可以使人很快完成伟业,并获得世人的认识,那就是令人喜悦的讲话能力。”口才是一项财富,把话说得好,将使人与人之间的关系变得更加融洽,更加和谐。

你也会因为出众的口才,而大受欢迎。

委婉说话有奇效	23
口误了也能绝处逢生	25
巧言及时消除误会	28
说话不妨模糊点	30
说话要留有余地	32
有时候也要“拐弯抹角”	34
灵活应付不同身份的人	35
巧言化解棘手话题	37
顺着对方的情况说话	40
到什么山上唱什么歌	42

第三章 会说更要会听

——善于倾听的女人最有内涵

倾听是很多人已经失去的本能。社会中到处都是侃侃而谈的说的
的高手,却很少有侧耳倾听的听的智者。一个冷静的倾听者,不但到
处受人欢迎,而且会赢得他人的尊敬和爱戴。

倾听比能说会道更重要	47
把握倾听的要点	48
倾听时要遵守的禁忌	51
做好配角,让对方多说	53
不争论让你更受欢迎	56
不要和别人抬杠较劲	57
必要的时候保持沉默	59

第四章 给爱情加点糖

——好口才让你爱情甜蜜

生活中,许多女人往往只是注意自己的服饰和妆容,却很少注意

自己的说话水平。记得有人曾说过:女人说话是风采、是文化、是学问、也是艺术。真正的女人懂得用声音和语言来表现自己,懂得用言语的魅力来征服男人,让爱情甜蜜而长久。

用甜言蜜语点缀爱情	65
好口才巧妙传达爱意	67
幽默使爱情快乐长久	70
初涉爱河巧妙表白	72
说话含蓄才有韵味	74
唠叨让男人痛苦万分	76
刀子嘴最伤爱人心	78
偶尔甜蜜地吵架	80
善意的谎言出精彩	82
撒娇的话让爱情升温	84
恋人间交谈有忌讳	86

第五章 给幸福保个险

——妙口才让你家庭和美

懂得婚姻之道并能够享受婚姻的乐趣,这是幸福女人必备的一项重要因素。女人得体的言语,就像春风春雨一样,永远滋润着这个家的每一个角落、每一颗心。会说话的女人懂得如何用自己得体的言语去维系与丈夫、与公婆、与亲戚的关系,让家永远充满新鲜的活力,充满希望与美好,让家成为播撒幸福和创造幸福的摇篮。

女人会说话夫妻恩爱	91
女人会说话成就孩子一生	93
女人会说话婆媳和睦	95
在家不说情绪话	97
家里不是吵架的地方	99
唠叨是家人的紧箍咒	101

家庭幽默能促进亲情·····	103
把握夫妻之间说话的尺度·····	106

第六章 给事业加点油

——金口才让你纵横职场

卡耐基曾经说过:一个人成功的因素中,15%归功于他的专业知识,85%却要归功于人际关系。有了他人支持,看似难于上青天的事也能成功;没人抬举,近在咫尺的成功也会离你而去。有了人脉为你的行动做保障,事业成功指日可待。那么怎么与人相处,怎样运用语言这种神奇的力量,就是打造和谐完美人际关系的决定因素。

语言得体才有好人缘·····	111
办公室里的语言艺术·····	113
好口才让你面试无忧·····	115
优化你的口头禅·····	118
说话要注意分寸·····	120
赞美让别人更喜欢你·····	122
谦虚谨慎更受人欢迎·····	124
让演讲出彩并不难·····	126
掌握打电话的诀窍·····	129
艺术地表达不同意见·····	132
工作中批评他人的艺术·····	135

第七章 第一印象很重要

——初次见面就讨人喜欢

外表和谈吐是给人的第一印象。第一印象在人际交往中所具备的定势效应有很大的稳定性,一个人留给他人的第一印象就像深刻的烙印,很难改变。作为一个女人,一定运用自己的优雅谈吐,给他人一个良好的第一印象。

好口才让陌生人变成朋友·····	141
合适的话题能拉近距离·····	143
自我介绍能加深印象·····	146
把话说到别人心窝里·····	148
优雅的谈吐倍增魅力·····	150
“谢谢”最能赢得人心·····	153
一定要记住对方的名字·····	154
说话的真谛在于真诚·····	156
关心的话最能打开心扉·····	158

第八章 成为高手有诀窍

——不可不知的说话技巧

解决问题一定有方法,做事必定有技巧。要办好一件事情,有时候方法比想法更重要。学会说话也许并不是我们想象的那么容易,但同样也不如我们想象的那么困难。只要你能掌握一些必要的方法和技巧,你必能迅速成为说话高手,在生活中左右逢源。

巧妙避开棘手问题·····	163
学会得体的反驳·····	166
好口才来自好方法·····	168
巧言妙语化解尴尬·····	170
说话时要保持微笑·····	172
说服别人并非难事·····	174
说话大度是种美德·····	177
自我解嘲是种利器·····	179
求人办事有诀窍·····	181
五招让你成为健谈的人·····	183

第九章 会说话的女人最有魅力

——让你的表达更生动传神

在人际交往中,如何表达自己的意思,向对方传递自己想要表达的信息,准确生动的表达能力很重要。如果表达不准确,极有可能引起对方的误解,以至造成不可挽回的局面。在社交场合中,如果一位女性拥有良好的举止仪态,懂得恰当地表达,说话的声音也很美,那就会倍增女性魅力,处处受人欢迎。

这样说话最讨人喜欢·····	189
把话说得通俗易懂·····	191
说话要做到生动形象·····	193
做一个妙语连珠的女人·····	195
把话说得清楚又深刻·····	197
甜美的嗓音让你更迷人·····	199
肢体语言为你增添魅力·····	201
幽默能大大活跃气氛·····	203

第十章 管好自己的嘴巴

——成为说话高手有禁忌

祸从口出,嘴舌带来无穷的祸患,那么现在起,管好你的嘴。所以你要小心说话,而且要“说好话,会说话,有效说话”。话说出口之前先思考一下,不要莽莽撞撞的脱口而出,更不要漫无边际,侃侃而谈,要说实话,说有效的话,说得体的话。

是非话不能随便说·····	209
开玩笑不要过头·····	211
喋喋不休惹人烦·····	213
抱怨的话不要多说·····	214
坚决不说风凉话·····	216

莫逞一时口头之快.....	218
不要轻易指责别人.....	219
别让说谎成为习惯.....	221

第一章

如何说“不”——会说话的女人有一套

一个“不”字,很难说出来,更难说好。对于许多人来说,拒绝别人是一件很难办的事情。但对于会说话的女人来说,拒绝他人是一门艺术,只要掌握要点,灵活应对,不但不伤感情,还能大大提升你的人缘。



灵活巧妙地说不

学会拒绝是人生交际必不可少的一项重要内容,是一个人走向成熟、成功历程中必经驿站。一个女人想要受人欢迎,一定要注意分寸恰当地使用“不”。

对于我们中大多数人来说,说“不”是一件十分棘手的事。配偶、朋友、孩子、老板、同事和社会团体等总可能在适当时机提出一些要求,占用我们的时间或金钱。一般情况下,我们能满足那些要求,但有时因为那些强加给我们的要求将严重影响我们的生活,我们不得不表示拒绝。说“不”是每个人的权利,但用不着语气粗鲁,充满敌意。

文学大师钱钟书先生的《围城》出版后,在国内外都引起了极大的轰动。许多记者想见一见他,但都被他谢绝了。

一天,一位英国女士打来电话,说她很喜欢《围城》,想见见钱先生。钱钟书婉言谢绝,但那位女士却十分执著,最后钱钟书实在没有办法了,便以其特有的幽默语言给她写信说:“假如你吃了一个鸡蛋觉得不错,你认为有必要去认识那只下蛋的母鸡吗?”

语言大师钱钟书用幽默风趣的语言谈论道理,特征在趣,目的在理,使对方在笑声中得到深刻的启示,愉快地领悟自己言语中的道理,进而接受自己的劝说,同时也在对方心中留下轻松、活泼、美好的智慧痕迹。

可见,在人际交往中,把拒绝的话说得委婉一点,让对方在心理上、情感上乐于接受,使对方接受拒绝时避免尴尬,有利于处理好人与人之间的关系,从而达到文雅得体、幽然含蓄、弦外有音、余味无穷的奇妙境界。所以,在实际中,让我们学会委婉巧妙地拒绝。

学会拒绝是人生交际必不可少的一项重要内容,是一个人走向成熟、成





会说 话

的女人惹人爱

功历程中必经的驿站。比如如果你对酒十分反感,而你的朋友却极力游说你去参加一场聚餐豪饮;如果你一向歌喉平平,而你的朋友却热情邀请你一起去唱卡拉 OK;如果你的同学向你借作业抄,但你却明知这样做是不对的……此时此刻,如果你对朋友的要求或约请直截了当地拒绝,不仅自己感到过意不去,也令对方感到尴尬,甚至容易造成对对方的伤害,从而导致友情的破裂。但是如果我们巧妙地采用一些委婉的拒绝方式,把自己的意图隐晦表达出来,让生硬的拒绝有了一副温柔的面孔,就可以把拒绝带来的遗憾缩小到最低限度,既不伤害对方的自尊心与感情,又取得对方的谅解、支持,从而增进情谊,实现人际交往的双赢。

“不”字是一个情绪强烈的负面词,当你对上司、对朋友使用它时,一定要面带微笑,语气亲切。即使对素不相识的人,也要讲究方式方法。一个女人想要受人欢迎,一定要恰当地使用“不”。那么,在人际交往中,应该采用哪些方法来委婉说“不”呢?

一、能力之外的事情,一定要及时巧妙地拒绝,否则便会让自己陷入更加难堪的境地。当然,拒绝或者表示反对意见也是有技巧的。要敢说“不”,更要善于说“不”。

二、当你拒绝别人的要求时,态度一定要温和,尽管说“不”是自己的权利,但仍需先说“非常抱歉”或者说“实在对不起”,然后再详细陈述自己不能“帮忙”的各种理由。这样,别人在感情上就能接受下来,可以避免一些负面影响。

三、要让别人感觉到你拒绝的是这件“事”,而不是他这个人。这件事情虽然被拒绝了,但并不损害你们之间的情感。你可以说:“这件事我非常愿意为你效劳,只是不巧,我现在正在做一件急事,下次您再有这样的事情,我一定帮忙。”或者你还可以说:“这几天我实在脱不开身,您是否请小张来帮忙,他在这方面业务比我精通,您若是不方便找他,我可以代您向他求助。”让别人意识到是为了他的“利益”你才拒绝的,产生这样的效果是拒绝别人的最高境界。

四、拒绝要明确坚决,不能含糊其辞。不能做到就要明确地拒绝,不要含糊其词,模棱两可,更不可刻意拖延,这样只能失去他人的信任,对你产生不

好的印象。

记住,你有说“不”的权利,不管你怎样选择不同的表达方式,你有权保护你的时间、兴趣和财富。当然你说“不”时用不着语气粗鲁而伤了感情,正确运用一些技巧是对别人也是对自己的体谅。

得体地拒绝追求

甜蜜的爱情总让人心醉神迷,流连忘返。然而,人世无常,造化弄人,当你面对那份无缘的爱时,你该如何巧妙回绝呢?

也许,世界上最不容易的事儿就是恋爱了。这个闹不清说不明的事,恰如塞缪尔所言:“它的成功取决于两个人,而一个人就可以使它失败。”当那“一个人”必须拒绝他人的求爱之时,或者必须与恋情分手之时,如何开口说那个“不”字才好?怎样才能避免对方误会或难堪呢?

分手而言实情总是残酷的,如果能巧妙地拒绝,得到他人的理解,才不失为一种高明的婉拒之法。

小仲马给恋人的绝交信中和盘托出了自己债台高筑的窘境:“我不够富,不能像我希望的那样爱你;我也不够穷,不能像你希望的那样被你爱。让我们彼此忘却吧——你是忘却一个对你说来相当冷酷的姓名,我是忘却一种我供养不起的幸福!”这位作家的揭短亮丑,既是拒绝爱情,又避免了进一步的人生悲剧,其言其行,给人多少启迪呀!

你很喜欢一个男人,但他对你冷淡得有如南极冰川;相反,一个你毫无感觉的男人,却整天像撒哈拉上空的骄阳那样,对你热情奉献,紧追不舍,非要让你躲得掉汗。有过这样经历的女孩一定不会感到幸运,只是,你得知道如何去应对。这样,你就可以拒绝你不喜欢的男人了。

甜蜜的爱情总让人心醉神迷,流连忘返。然而,人世无常,造化弄人,当

