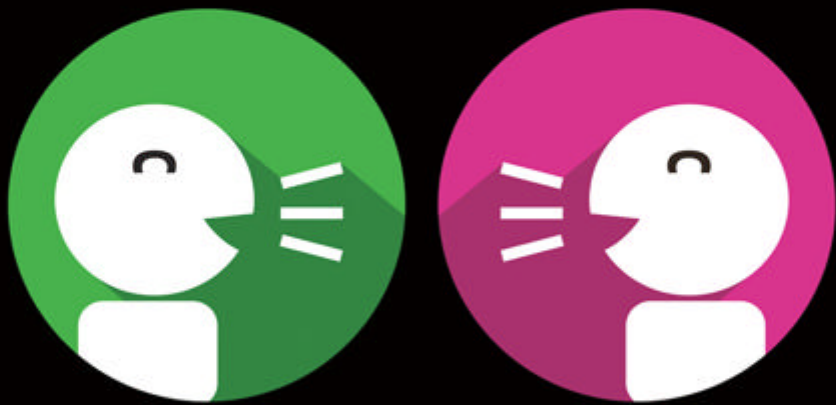


# 每天懂点 幽默沟通学

黄晓◎编著



## 幽默的力量，超出你的想象

幽默是人际交往的破冰船

幽默是提升魅力的踏脚石

如果想成为人群中最耀眼的一颗星，幽默是不二法门

不要忽视幽默的力量


学会幽默，我们才能更好地守护感情，通达人生



中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社  
全国百佳图书出版单位

# 每天懂点幽默沟通学

 中国纺织出版社

## 内 容 提 要

幽默是用机智、诙谐的言语与人相处，用幽默的方法表达自己的想法，让彼此沟通更加顺畅，在愉快的氛围下办成事情。

本书是一部介绍幽默沟通技巧全书，集合数百个幽默案例，为读者展示各种幽默技法，让你学会创造幽默的方法，掌握施展幽默话语的诀窍。同时，本书为读者准备了各种场合的实景演练，让你在真实的社交场合中，学会如何说幽默的话、做幽默的人，巧妙应用幽默的技巧与人相处、赢得人心，从而达到事半功倍的效果。

### 图书在版编目（CIP）数据

每天懂点幽默沟通学 / 黄晓编著. --北京：中国  
纺织出版社有限公司，2020.1  
ISBN 978-7-5180-6864-7

I. ①每… II. ①黄… III. ①幽默（美学）—语言艺术—通俗读物 IV. ①H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2019）第229769号

---

责任编辑：李 杨 责任印制：储志伟

---

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010-64168110 传真：010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博<http://weibo.com/2119887771>

三河市宏盛印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2020年1月第1版第1次印刷

开本：880×1230 1/32 印张：6.5

字数：123千字 定价：39.80元

---

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

# 前 言

有人会说，幽默并没有多大的用处，它既不会让自己变得美丽起来，也不会帮助自己减掉多余的肥肉，亦不会为自己的一顿美食埋单，更不会帮助自己工作。但是你的幽默可以让你感受到生活的快乐，即便在你最伤心的时候，也不妨幽默地自嘲一下，你会发现生活并不是那么不近人情，至少你还能含着眼泪微笑。如果你懂得幽默，你就会比现在更加轻松地面对现实，坦然地接受自己的身体缺陷，比如矮小的身材、臃肿的腰身、平平的五官等。在幽默的支撑下，即使你手里只剩下吃一餐的饭钱，也能安心地睡个好觉。

在日常交际中，善用幽默的语言，不仅是风趣的表现，也是一种智慧。有时候，你的一句幽默语言，可以巧妙地打破难堪的局面，而不伤彼此的和气；有时候，适当的幽默可以给身边的人带来快乐，让人觉得你是一个风趣的人；有时候，来一句幽默的自嘲，会为自己带来轻松的心情。多涉猎一些有趣的书籍，为自己增加知识，再恰当地运用语言的技巧，保持乐观的心态，那么，你的语言就充满了风趣。把幽默的语言变成你的风格，它会为你赚取不少的掌声和赞许。

我们从来不否认，幽默是最好的催化剂、润滑剂。它会在一触即发的紧张局面在瞬间变得祥和，会带着一种温柔的讽



刺，却无半点伤害。可以说，幽默可以为我们带来良好的人际关系，那些交际场合中的幽默达人绝对也是社交达人。当然，幽默感并非一个人天生就具备的，它也是需要培养的。

本书就是一把有效开启幽默之门的钥匙。在书中，我们为读者展示各种幽默技法，手把手培养你成为幽默之人。同时我们为你准备了实景演练，让你在真实的社交场合中学以致用。学海无涯，开卷有益，相信你阅读完本书，会发现自己身上的幽默细胞越来越多，一不小心就成了幽默达人。那么，就此恭喜你，当然，我们的努力也没有白费！

编著者

2019年5月

# 目录

## 第一篇 通达人生，学点幽默沟通技巧

### 第1章 人生需要幽默：学点幽默，人生会快乐很多 \_ 002

幽默造就乐观的心态 \_ 002

用幽默驱散莫名的愁云 \_ 005

幽默帮你学会笑对逆境 \_ 008

幽默，出乎意料 \_ 011

幽默，不可低俗 \_ 013

### 第2章 幽默沟通技巧：幽默能力，需要后天的学习 \_ 017

荒谬法：故意歪曲，增添趣味 \_ 017

夸张法：夸大事实，增添喜剧效果 \_ 021

比喻法：善用比喻，增强趣味性 \_ 025

逻辑法：错落思维，徒增乐趣 \_ 027

文字法：巧玩修辞，笑料百出 \_ 031

### 第3章 玩转幽默语言：当众说话，用幽默汇聚人气 \_ 035

即兴讲话，风趣语言令人印象深刻 \_ 035



- 主持活动，巧用幽默控场 \_ 038
- 幽默开场白，巧妙营造氛围 \_ 039
- 诙谐语言，助你演讲更成功 \_ 042
- 妙用幽默结尾，锦上添花 \_ 045

## 第二篇 初涉人际，试试幽默破冰法

### 第4章 消除陌生感觉：巧用幽默拉近人与人的距离 \_ 050

- 幽默，不可小觑 \_ 050
- 幽默是一种奇妙的沟通方式 \_ 053
- 以幽默展现女性的风采 \_ 055
- 幽默的人总受人欢迎 \_ 058
- 幽默为沟通疏通管道 \_ 060

### 第5章 赢得他人好感：幽默语言话里话外讨人欢心 \_ 064

- 幽默使你万众瞩目 \_ 064
- 幽默是一种宽容 \_ 067
- 幽默的人更容易亲近 \_ 069
- 生活中展现幽默的风采 \_ 072
- 幽默助你在社交中如鱼得水 \_ 074



## 第6章 缓解局促紧张：用幽默打造舒适的沟通氛围 \_ 077

以幽默缓和紧张气氛 \_ 077

以风趣的语言营造良好的气氛 \_ 079

对不熟悉的人切勿乱开玩笑 \_ 082

以幽默的语言打破僵局 \_ 085

巧妙打圆场，为他人夺回面子 \_ 086

## 第三篇 恣意交际，用幽默展示魅力

## 第7章 获得他人认可：言语交锋幽默展现内心智慧 \_ 092

避开锋芒，谨慎应答 \_ 092

谬趣横生，以谬制谬 \_ 094

出其不意，一招制胜 \_ 096

柔中带刚，以示气势 \_ 099

## 第8章 令人心悦诚服：幽默话语也可以很有说服力 \_ 102

打好“太极”，以弱胜强 \_ 102

大道理，小幽默 \_ 104

轻松劝慰，诙谐贴心 \_ 107

言在此，而意在彼 \_ 109



## 第9章 自我魅力展示：幽默是一种优雅的人生态度 \_ 113

幽默，是一种绝世的睿智 \_ 113

幽默，是一种难得的自信 \_ 117

幽默，是一种优雅的人生态度 \_ 119

幽默，是一种霸气的领导力 \_ 122

## 第四篇 玩转职场，幽默的人最受欢迎

### 第10章 轻松赢得掌声：玩转幽默做受欢迎的职场人 \_ 128

以幽默的方式做自我介绍 \_ 128

谈吐幽默，打动同事心 \_ 131

以幽默语言巧妙应对领导 \_ 134

幽默营造良好的工作氛围 \_ 137

### 第11章 管理者的幽默：令下属马首是瞻的有效手段 \_ 141

幽默，拉近与下属之间的距离 \_ 141

善用幽默，轻易打动下属心 \_ 144

妙语激将，挖掘下属潜力 \_ 146

风趣的责备，更易于下属接受 \_ 149



## 第12章 谈判时的幽默：用幽默口才策略令对手折服 \_ 153

善用幽默，营造和谐氛围 \_ 153

风趣辩论，减少火药味 \_ 156

幽默，变“战争”为和平 \_ 160

以诙谐的语言反击对方 \_ 161

## 第五篇 守护真心，用幽默为感情调味

## 第13章 经营深厚友情：用幽默的言辞让友情更长久 \_ 166

善于幽默，令你左右逢源 \_ 166

幽默，让你结识更多的朋友 \_ 169

以幽默的方式“认错” \_ 171

幽默可以化解困境 \_ 174

## 第14章 建造和睦家庭：幽默的智慧让生活更加温馨 \_ 178

以幽默营造温馨的家庭 \_ 178

幸福的家庭少不了幽默 \_ 181

以幽默的语言教育孩子 \_ 185



## 第15章 保鲜甜蜜爱情：柔情蜜意不妨用幽默来激发 \_ 189

初次接触妙用幽默 \_ 189

幽默激发爱的温柔 \_ 191

幽默令对方心动 \_ 194

以幽默化解爱人之间的“冰山” \_ 196

## 第一篇

# 通达人生，学点幽默沟通技巧





## 第1章 人生需要幽默：学点幽默，人生会快乐很多

生活处处有幽默，人生处处需要幽默，一个人若是缺少了幽默的特质，那他就好像少了一只可以飞翔的翅膀。当然，幽默并不是天生的，除了天性乐观，我们后天还可以积极培养自己的幽默细胞，让自己成为人见人爱的幽默达人。

---

### 幽默造就乐观的心态

幽默能给人们带来轻松，所以在遇到困难和挫折时，幽默可以缓解人们内心的紧张和焦虑。在困难的时刻善用幽默的人通常有一个乐观处世的心态，无论遇到什么棘手的问题都会用幽默来调整自己，使自己保持一个良好的心态。幽默可以造就乐观的心态。

拿破仑不但是一个军事奇才，还是一个幽默专家。有一次，他请手下的几位将军用餐，时间到了，那几位将军还未到。拿破仑是一个时间观念很强的人，于是他一个人大吃起来。等那些人到来后，他已吃完了。他对将军们说：“诸位，聚餐的时间过了，现在咱们开始研究事情吧。”幽默使拿破仑非常乐观，即使在战场上不占优势的情况下，也不会轻易撤退。一次与敌军作战，遭遇顽强的抵抗，队伍损失惨重，形势



非常危险。拿破仑也因一时不慎掉入泥潭中，满身泥巴，狼狈不堪。可此时的拿破仑浑然不顾，内心只有一个信念，那就是无论如何也要打赢这场战斗。只听他大吼一声：“冲啊！”他手下的士兵见到他那副滑稽模样，忍不住都哈哈大笑起来，但同时也被拿破仑的乐观自信所鼓舞。一时间，士兵们群情激昂、奋勇当先，终于取得了战斗的最后胜利。

即使在战场，幽默也能起到作用，拿破仑的幽默虽然有些狼狈，但却让士兵们在那一刻感到了快乐，士气受到了极大的鼓舞，从而取得了胜利。

有位秀才第三次进京赶考，住在曾经住过的店里。考试前两天他做了两个梦：第一个梦到自己在墙上种白菜；第二个梦到下雨天，他戴了斗笠还打着伞。临考之际做此梦，似乎有些深意，秀才第二天去找算命的解梦。算命的一听，连拍大腿说：“你还是回家吧。你想想，高墙上种菜不是白费劲吗？戴斗笠打雨伞不是多此一举吗？”秀才一听，心灰意冷，回店收拾包裹准备回家。店老板非常奇怪，问：“不是明天才考试吗？今天怎么就打道回府了？”秀才如实相告，店老板乐了：“我也会解梦，我倒觉得，你这次一定能考中。你想想，墙上种菜不是高种吗？戴斗笠打伞不是双保险吗？”秀才一听，更有道理，于是精神振奋地参加考试，居然中了个探花。

解的是同一个梦，平时死板算命的先生给出的答案让人悲



观，但是幽默的老板给出的答案却令人乐观，可见幽默可以造就乐观处世的态度。

林肯是个幽默的人，他从来不遮掩自己，当有人笑话他的父亲是个鞋匠时，林肯笑笑说：“不错，我父亲是个鞋匠，但我希望我治国的能力能像我父亲做鞋那样娴熟高超。”林肯善于用最通俗的语言来表达最深刻的道理。他被人最常引用的名言是：“你可以在任何时候愚弄某些人，也可以有时愚弄所有的人，但不可能总是愚弄所有的人。”

幽默的性格造就了林肯乐观的心态。林肯的一生饱经风霜，坎坷异常，但他没有被击倒，仍乐观地等待明天。纵观林肯的一生，快乐的日子要远远少于悲痛、心烦的岁月，但他仍旧没有被击倒，顽强地与那些给自己生活带来麻烦的人、事做斗争，这一点就连他的对手都敬佩不已。道格拉斯这个两次击败过林肯的竞选对手在评价林肯时说：“他是党内强有力的人物，才智超群，阅历丰富，他是西部最优秀的竞选演说家。”

年轻的画家，身无分文，却走进一家豪华高档的大餐厅，吃了好几打的生蚝，希望在蚝壳中发现一粒珍珠来付账。或许你会觉得好笑，但是我们不得不承认，能有此等襟怀洒脱过日子的人，其生活必定更加快乐、更加充实，因为这种人天生幽默，生性乐观。

一位智者曾说过：“生性乐观的人，懂得在逆境中找到光



明。生性悲观的人，常因愚蠢的叹气，而把光明给吹熄了。”当你懂得生活的乐趣，就能享受生命带来的喜悦。烦恼重重的人，芝麻小事都会困住他。想解脱的人，天大的事情都束缚不了他。

学会幽默，保持一种乐观的心态，如果一种方法行不通，那么换一种方式、换一个心情，说不定在另一方面你会有更大的惊喜、更大的成功。

## 用幽默驱散莫名的愁云

俗话说：“笑一笑十年少，愁一愁白了头。”烦心的愁事在心头萦绕的时候，人们会无精打采、心事重重，茶不思、饭不想，既耽误了工作，又影响了学习。其实，这种为一些事情发愁的做法是没有必要的，因为发愁只能使自己的心情一落千丈，解决不了任何问题。人的一生要做的事情太多，而人的生命又是有限的，如果把宝贵的时光都浪费在犯愁上，那真是可惜。所以在发愁时，不妨用幽默来驱散心头的愁云。

曼德拉的幽默是其达观心态的自然表露，洋溢着乐观主义的色彩，体现出一种潇洒的人生观。一次，曼德拉在他位于约翰内斯堡的官邸发布重要新闻。在这之前，两名医生对曼德拉进行常规性体检。通过体检发现他血液中的蛋白质含量过高，



这可能意味着某种感染，需要进行进一步相关化验。由于当时曼德拉的健康越来越引起人们的关注，有必要对全国人民及时说明。为了消除人们心中的疑虑，医生强调曼德拉的心脏、肝脏十分健康，他在罗本岛监狱服刑期间感染的肺结核已经痊愈。尽管如此，担忧还是笼罩在南非人民的心头。面对记者，曼德拉说：“医生告诉我一个鼓舞人心的消息是，我今天晚上不会死去。”在大家笑过之后，他补充道：“3周前我患了重感冒，现在已恢复正常，身体总的感觉挺好，可以继续自己的既定日程，也会听取医生的忠告。”

作为一国领袖，曼德拉的健康和安危牵动的是全国人民的心。曼德拉在南非人们担忧之时恰当地运用幽默，把大家心中的愁云一扫而光。这种幽默往往比严肃而详尽的解释更加可信，这一举动使担心他身体健康的南非人民如释重负。

晚唐有位纨绔子弟出身的宰相，名叫王铎，他生活奢华，“出入裘马鲜明，妾侍且众”。王铎的仕途极盛时期是他统兵出关镇压黄巢之时。此时他官至宰相，封晋国公，总统诸道行营兵马，行专杀之权，可谓集地位、权势、实力于一身，是一人之下、万人之上，甚至皇帝的圣旨，有时也可以借“将在外君命有所不受”而加以拒绝。然而他多年养成的惧内积习，并未消减。王铎将兵出行时最关心的是带领众姬妾而行，其“妾侍”虽众，但由于夫人管束之严，是难以沾边的。因此他一旦