# 社交口才的基本交谈礼仪与技巧

来源：网络 作者：浅语风铃 更新时间：2025-04-25

*职场上社交是非常讲究的。下面是小编整理的社交口才的基本交谈礼仪与技巧，欢迎阅读。 社交口才的基本交谈礼仪 社交中受人欢迎、具有魅力的人，一定是掌握社交口才技巧的人。社交口才的基本技巧表现在适时、适量、适度三个方面。 >一要适时 说在...*

职场上社交是非常讲究的。下面是小编整理的社交口才的基本交谈礼仪与技巧，欢迎阅读。

社交口才的基本交谈礼仪

社交中受人欢迎、具有魅力的人，一定是掌握社交口才技巧的人。社交口才的基本技巧表现在适时、适量、适度三个方面。

>一要适时

说在该说时，止在该止处，这才叫适时。可有的人在社交场上该说时不说，他们见面时不及时问候;分手时不及时告别;失礼时不及时道歉;对请教不及时解答;对求助不及时答复

反之，有的人该止时不止。他们在热闹喜庆的气氛中唠唠叨叨诉说自己的不幸;在别人悲伤忧愁时嘻嘻哈哈开玩笑;在主人心绪不安时仍滔滔不绝发表宏论;在长辈家里乐不可支地详谈马路新闻。

请设想一下，假如你在社交中遇见了上面这种人，你会对他产生什么样的印象呢?

>二要适量

捷克讽刺作家哈谢克的名著《好兵帅克》里有一个克劳斯上校。此人以说话罗嗦闻名。他有一段对军官的精彩讲话：诸位，我刚才提到那里有一个窗户。你们知道窗户是个什么东西，对吗?一条夹在两道沟之间的路叫公路。对了，诸位，那么你们知道什么叫沟吗?沟就是一批工人所挖的一种凹而长的坑，对，那就叫沟。沟就是用铁锨挖成的。你知道铁锨是什么吗?铁作的工具，诸位，不错吧，你们都知道吗?克劳斯上校的这番话，虽然是作家加工过的，但生活中、社交场上说话罗嗦也不乏其人。因此说话适量也是社交口才的基本技巧之一。

适量既指说话的多少适当，也包括说话的音量适宜。应该指出的是，适量并不是都是少说为佳，更不是指那种语量没有变化的老和尚念经，适量与否应以是否达到了说话目的为衡量的标准。

请看下面几段话：1.您看，这么晚了还来打搅您，真过意不去。您要休息了吧?真对不起，对不起2，我不同意这个意见!我明确表示不同意。不管你们怎么看，我就是不同意。3.那不是我说的，我怎么会那么说呢?您想，我能说那种话吗?那确实不是我说的。我怎么会那么说呢?您想，我能说那种话吗?那确实不是我说的。上面的几段话，初听起来似乎有些废话，但都是为了增强表达效果不得不说的废话，是必要保留的语言的冗余度。第一段是表示道歉的话，重复几句显示了态度的诚恳;第二段话中的重复是为了表示说话人态度坚决和不容置疑;第三段则是说话人急于表白自己心情而采取的必要的重复。这种语言现象在社交场合经常出现。由此看来，社交口才的多少适量，并不排除为达到说话目的的必要重复，而是指根据对象、环境、时间的不同，该多说时不少说，该少说时不多说。有的人自我介绍罗罗嗦嗦，祝酒时说上半个钟头还不停，批评起来没完没了这样既影响说话效果，又影响自己的社交形象。

适量的社交口才还包括声音大小适量。大庭广众之中说话音量宜大一点，私人拜访交谈音量宜适中，如果是密友、情人间交谈，小声则可以表现亲密无间、情意绵绵的特殊关系，给人一种亲切感。这些都是在社交场合与人交谈应该掌握好的。

>三要适度

1988年美国总统竞选，民主党在选民中造成了布什是毫无独立主张的这一印象，他们甚至称布什是里根的影子。在交谈时，民主党人总爱用挖苦的口气问：布什在哪里?这个问题该如何回答才恰到好处呢?布什的竞选顾问、老资格政治公关专家艾尔斯，为布什设计了一个回答：布什在家里，同夫人巴巴拉在一起，这有错吗?

这一回答，体现了强烈的针对性和恰如其分的分寸感的结合，有很高的艺术性。试想，如果你在社交场上遭到别人挖苦时，就马上抓住对方弱点，给以迎头痛击，那将产生什么效果呢?也许你自认为是胜利者，可在别人眼里，你却是一个心胸狭窄不善言辞的人。而艾尔斯为布什设计的回答，却为布什的政治家风度增添了不少光彩。

社交口才的适度，主要是指根据不同对象把握言谈的深浅度，根据不同场合把握言谈的得体度，根据自己的身分把握言谈的分寸度。其次，体态语也要恰到好处。

社交礼仪与谈话技巧

1.谈话的表情要自然，语气和气亲切，表达得体。说话时可适当做些手势，但动作不要过大，更不要手舞足蹈，不要用手指指人。与人谈话时，不宜与对方离得太远，但也不要离得过近，不要拉拉扯扯，拍拍打打。谈话时不要唾沫四溅。

2.参加别人谈话要先打招呼，别人在个别谈话，不要凑前旁听。若有事需与某人说话，应待别人说完。有人与自己主动说话，应乐于交谈。

3.　在交际场合，自己讲话要给别人发表意见的机会，别人说话，也应适时发表个人看法。

4.要善于聆听对方谈话，不轻易打断别人的发言。一般不提与谈话内容无关的问题。如对方谈到一些不便谈论的问题，不对此轻易表态，可转移话题。

5.在相互交谈时，应目光注视对方，以示专心。对方发言时，不左顾右盼、心不在焉，或注视别处，显出不耐烦的样子，也不要老看手表，或做出伸懒腰、玩东西等漫不经心的动作。

6.　谈话的内容一般不要涉及疾病、死亡等不愉快的事情，不谈一些荒诞离奇、耸人听闻、黄色淫秽的事情。

7.一般不询问妇女的年龄、婚否，不径直询问对方履历、工资收入、家庭财产、衣饰价格等私人生活方面的问题。

8.谈话中要使用礼貌语言，如：你好、请、谢谢、对不起、打搅了、再见好吗?等等。在我国人们相见习惯说你吃饭了吗?你到哪里去?等，有些国家不用这些话，甚至习惯上认为这样说不礼貌。

9.在西方，一般见面时先说早安、晚安、你好、身体好吗?最近如何?一切都顺利吗?好久不见了，你好吗?夫人(丈夫)好吗?孩子们都好吗?最近休假去了吗?对新结识的人常问：你这是第一次来我国吗?到我国来多久了?这是你在国外第一次任职吗?你喜欢这里的气候吗?你喜欢我们的城市吗?分别时常说：很高兴与你相识，希望再有见面的机会。再见，祝你周末愉快!晚安，请向朋友们致意。请代问全家好!等。

10　在社交场合，还可谈论涉及天气、新闻、工作、业务等事情。

11.在社交场合中谈话，一般不过多纠缠，不高声辩论，更不能恶语伤人，出言不逊，即便争吵起来，也不要斥责，不讥讽辱骂，最后还要握手而别。

12.与妇女谈话不说妇女长的胖、身体壮、保养的好等语。对方不愿回答的问题不要追问，不究根问底。

13.第三者参与说话，应以握手、点头或微笑表示欢迎。发现有人欲与自己谈话，可主动询问。

14.　谈话中遇有急事需要处理或需要离开，应向谈话对方打招呼，表示歉意。

15.谈话现场超过三人时，应不时地与在场的所有人攀谈几句。不要只与一、两个人说话，不理会在场的其他人。也不要与个别人只谈两个人知道的事而冷落第三者。

16如所谈问题不便让旁人知道，则应另找场合。

17.对方反感的问题应表示歉意，或立即转移话题。一般谈话不批评长辈、身份高的人员，不议论当事国的内政。不讥笑、讽刺他人。也不要随便议论宗教问题。

18.男子一般不参与妇女圈内的议论，也不要与妇女无休止地攀谈而引起旁人的反感侧目。与妇女谈话更要谦让、谨慎，不与之开玩笑，争论问题要有节制。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！