

说话得体 是一种对他人的尊重



前段时间,郑州一场关于疫情防控的发布会冲上热搜。发布会上郑州某街道平安街社区书记刘红英含着热泪讲述缺席女儿成人礼的动人故事,一时间,网友留言无数。有体谅她的,也有说她太多自我感动,说的话不合时宜。

怎么评价莎士比亚的《哈姆雷特》?见仁见智莫衷一是,有道是“一千个人眼中就有一千个哈姆雷特”。

打个比方,同样一句话,不同的人听到后有不同感受,因为大家所处的环境、位置,还有自身所了解的信息背景不同,自然会对同样一句话产生不同判断。

什么是说话“合时宜”?其实就是说话得体,为什么要得体、如何得体?接下来,我们来聊聊“得体”的重要性。

主讲人

象山中学
郑蒙蒙

A 为什么要说话得体?

有人从说话的角度对“得体”做出了如下概括:“所谓得体,就是说话要适时、适情、适势、适机,一切以适度、恰当为原则。”

这话一听,就能感觉到条条框框的约束性,对崇尚自由、追求个性的青少年来说实在是“老旧”得很。在“我想怎么说就怎么说,我想说什么就说什么”的大潮流下,说话得体还有市场吗?社会心理学认为,人有两种属性,一是群体的社会性,二是个体的独立性。作为个体,每个人都有自己独特的个性特征,但作为社会上的人,我们自然是受文化、规范制约的。从日常的人际交往到重大场合的会谈,一个人要想明确、清楚表达心中所想,真正获得对方的尊

重,“得体”必不可少。

现实生活中,不同的人跟我们说的话有所不同。一件同样的事情,比如请你拿支笔,父母会说:去抽屉里拿支笔;老师会说:某某某,请帮我去抽屉里拿支笔;好友会说:某某某,快去拿支笔来。同样的动作,同样的目的,却有不同说话内容和语气,当我们听到这些话,内心的感受也会发生变化。这是作为一个听众的感受。设身处地想,作为一个说话的人,我们又该如何说话得体,让听众听得明白,听得舒服呢?

青少年生理心理都在不断发展、渐趋成熟,与社会的接触也越来越多,更应该注重培养自身说话能力,让“说话得体”为自己加分。

B 说话得体的“三个关键”

心中有他人。《红楼梦》中林黛玉去拜见邢夫人,邢夫人“苦留吃过饭去”,黛玉笑回道:“舅母爱惜赐饭,原不应辞,只是还要过去拜见二舅舅,恐去迟了不恭,异日再领,望舅母容谅”。这段话表达了黛玉感谢邢夫人的“爱惜赐饭”,是能感受到长辈对她的关爱的;黛玉懂礼仪,长辈赐饭,不能辞,“原不应辞”,但拜见了大舅舅,自然是要去拜见二舅舅的,且“恐去迟了不恭”;她还留有余地,“异日再领,望舅母容谅”,一席话,说得邢夫人耳顺心顺。

听完这段话,大家可能觉得古人弯弯绕绕实在是麻烦,明明几个字能解决的事情偏偏要说得那么复杂。在日常交往中,确实不用如此繁复,但是只要我们心中有他人,换位思考,多为他人着想,那么我们说话的内容和语气都会“柔”下来,往恰到好处的发展方向。这其实是待人接物有涵养的体现。

心中有自己。语言是交流思想情感的工具,是记录和传承历史文化的载体,我们国家几千年来都以谦虚为美德,人们经常用自谦语来表达自己的不妄自菲薄、知礼识节。

时代在变化,“鄙人”“不才”“小可”等已经过时了,但是过于谦虚、含糊其辞的问题依旧存在。说话得

体,不是要我们忽略自己的想法,只关心他人的感受,也不是要我们圆滑世故,而是明晰表达自己的意思,同时细心考虑他人的感受。我们可以落落大方地表达自己的观点,坚持自己的原则又注意分寸。这样的能力不是天生的,是需要长期进行实践的,我们要能接受自己因说话不得体而产生的不良效果,人总会有说错话的时候,关键是知道问题并改正,绝对不能因为怕说错话,而一味地去迎合他人,失去了自己的主见。心中有自己,坚定表达自己的观念,是提升内在素养的一种方式。

心中有“关系”。这里的“关系”指的是说话者与听话者的关系,也是说话得体的重要因素。人际关系按照空间距离可以划分为亲密距离、个人距离、社交距离、公共距离关系。不同距离的关系,说话得体的标准各有不同。如果双方是亲密距离关系的,说话者可以适当打趣、玩笑,不但不会不得体,还会促进感情。但是如果双方属于社交距离关系,说话者一定要把握分寸,要顾及对方的感受。特别是公共距离关系,是属于一种正式的人际关系,当说话者是以宣传者的角色出场,话语基调要正式,说话内容要对听众负责任。

C 说话得体的“三个门道”

内容要得体。有一则幽默故事,说某人宴请甲乙丙丁四人,甲因故未到。这人说,该来的没来,乙想那我就是那个不该来的,便走了。这人又说,不该走的走了。丙想,我就是那个该走的,起身要走。这人顺口说,我又没说他们俩。这下,丁就站起来说,那该走的就是我了,便走了。请客这件事自然就泡汤了。

说话内容要得体,在于不能含沙射影,不能人身攻击,尽量减少含有嘲讽、贬斥色彩的词语。但如果真的已经说错导致听者不舒服,不要太惧怕后果,坦率地承认错误,主动把心结打开。

时机要得体。俗话说,“到什么山上唱什么歌”,说话也是一样,要注意场合。不同场合,对说话的要求是不一样的。在欢乐的活动会场,说话可以风趣幽默些;严肃的会场上,说话要庄重严谨;在悲伤的氛围中,不可大声喧哗,语气尽量平缓。

笔者作为心理老师,经常碰到一些人际关系受挫的个案,当同学们兴高采烈地讨论自己喜欢的明星时,某位同学实事求是地指出明星身上的不足和追星行为的幼稚之处,泼了同学们好大一盆冷水。聊天不欢而散,该同学觉得自己很无辜,明明是主动参与交谈,结果大家都不领情。实际上这就是典型的没有把握好说话时机。说话不是一定要假话,说迎合他人的话,而是要把握好时机,可以提出自己的想法,但要注意顺势而为。时机要得体,其实就是在自我中心和他人中心中找一个平衡点,需要不断在实践中训练方能真正掌握。

语气要得体。《论语》中有记载:孔子于乡党,恂恂如也,似不能言者。其在宗庙朝廷,便便言,唯谨尔。大意是孔子在家乡,非常恭顺,好像不会说话一般,在宗庙朝廷,说话明白流畅,只是说得很谨慎。其实就是为我们说话语气因人而定,随境而变作了一个表率。青少年在说话时,也要注意语气的变化和运用。对长辈,说话要尊重,对同学朋友,要友善,对弟弟妹妹小朋友们,要亲切有爱。不同的人,语气要略有不同。

另外,不管什么情况,一定要记住“有话好好说”。当我们需要他人帮忙时,要谦虚耐心,不要觉得别人理所应当为你服务,也不能因有求于人而觉得自己低人一等。当他人需要我们帮忙时,要友善平和,千万不能颐指气使,因为这是真正考验个人修养的时刻,要严格律己。