

如何在中国式饭局上混得如鱼得水?

我经常参加一些饭局，据我的观察不论参加什么饭局，这个饭局里总有一两个人特别能说，也总有一两个人就只是一直坐着不怎么说话听别人说，有时候遇到自己感兴趣的话题，刚想说却被别人抢过话题，又只能接着听。不知道你是那个一直说的人，还是那个一直听的人。

其实在我看来能说不能说，也并不代表就掌握了饭局谈话的主动权，说没说到点上才是最重要的。

我来给你罗列一下我们经常会参加的不同类型的聚会，最怕遇到什么问题，咱们来给你各个击破，看看在不同的场景下怎么说才能把话说到点子上，拿回话题主动权。

第一种，同学聚会

在同学聚会中最怕遇到的问题就是，互相攀比，炫耀，某位同学开始大包大揽类似于「今天聚会费用包在我身上」，让别的同学感到落差，使同学聚会变了味儿。

遇到这种情况最好的办法就是要学会【转移话题】。

我有次和我的初中同学聚会，大家坐在一起刚开始聊的都是以前上学那会的事情，怎么逃课，调皮捣蛋，聊的很开心。

酒过三巡后聊着聊着，就有人开始问大家现在的情况，开始有人触及一些隐私话题，你现在收入多少啊，就明显能够感觉到互相之间开始攀比了，有人说我年收入几十万，有人就敢说「才那么点啊，还没过百万啊。」可能有些人实际收入没那么多也要为了面子说自己挣得多，逐渐就感觉到这个同学会没有以前那么单纯了，人心开始浮躁了。

就在这时，我的另一位同学对这位发起话题的同学说了句，「哎，我记得上学那会你可是咱们班富二代啊，你是家里最早有小霸王游戏机的，我记得我当时经常去你家玩。」我这位正要接着攀比的同学听到这话又勾起了他过去回忆，「你还好意思说这事，你一来我家玩游戏就没玩没了，最后还把我游戏的手柄弄坏一个，害的我那个心疼啊。」然后顺着这个事就一直聊曾经的那些好玩的往事了，才又开尴尬话题。

我想不单单是我的同学会有这样的问题，应该是大多数同学会都会有这样的问题。

所以，在同学聚会中，多去聊聊以前在学校的话题，尽量少聊现在和将来，如果是关心性的聊一聊同学的发展，那没问题，但一旦感觉聊的明显在炫耀和攀比了，让别的某些同学开始难堪了，就要止住话题了。

你想啊，你毕业多年后再聚会，你的同学同学之间不论怎么说，在发展上就一定是有强有弱的，聊起现在的越多，一定会勾起彼此之间的攀比之心和炫耀心，让话题很尴尬，过去我们

一起上学一起学习，有共同的目标一起考大学，像大家在一起协作完成某项工作，聊起来会有很多话题产生共鸣，而毕业多年后再相聚的时候，你们现在并没有共事，如果职业差别很大的话，你聊你的现在我不一定懂你，我聊的我现在你也不一定懂我，更何谈谈话主动权。当然干的工作是比较类似彼此之间能够资源共享，那就可以在同学会重新建立联系。

总之你要记住，在同学聚会中，当聊到某些话题陷入尴尬时，你要做那个力挽狂澜的人挽回话题，就比如我刚才举得例子中那位炫耀的同学正要接着炫耀，我的另一位同学巧妙的转移话题聊到当年玩游戏机的故事上，你看，往大家过去的往事上说，就一定可以挽回话题，因为往事是同学会永恒的谈资，这时你就及时控制了话题走向。

第二种，同事聚会

同事之间的聚会，最容易出现的问题就是新同事之间刚来无话可聊，或聊一些比较隐私的话题，解决办法是，在彼此的自我介绍中找共同点，发起话题；其次，要避免聊起隐私话题。

比如，你的新同事在自我介绍时说，「我以前做的是化妆品」，你刚好在刚参加工作时也做过化妆品，这时就会勾起很多共同话题点，「唉，那你是之前是做哪个品牌的？」从这个共同话题点又可以串联到别的话题点，一旦开了头，双方就会打开话匣子，原本拘谨的场面放松下来了，话题自然随之而来。

那在同事之间聚会时，谈话中也会有一些禁忌，比如你和对方的工作内容并不一样，就不要聊深层次的聊自己的工作内容，

可以泛泛的谈一谈，不要聊不在场的别的同事的坏话，人多嘴杂，会引起不必要的麻烦，当然可以夸别人。

不要抱怨工作中的苦闷以及不快，很负面的信息对大家一起工作很不利，也不要聊隐私的话题，彼此之间的收入多少，个人感情啊等等。聊些开心话题讲一些最近遇到的好玩的故事，把我之前教你的讲故事法则用一用，聊聊新闻、娱乐八卦啊，各自聊聊观点和看法呀，毕竟是一个聚会要的是开开心心的，团结好同事来，一起协作做好以后的工作。

第三种，应酬聚会

在应酬中最难应付的恐怕就是被人劝酒，如果你的家人或者朋友经常需要应酬，那我推荐他们也来学一学我将分享给你的小技巧，具体该怎么应对呢？

像参加应酬这样的聚会，已经带有利益性，那在被劝酒时就不能太直接或者生硬地拒绝，一切都要以真诚希望促进合作为前提，这样才可能达成预期目标。给你两种办法来挡酒

：1. 会才艺，用才艺来引开注意力；2. 降低别人对你酒量的预期，这是需要有表演能力的。

比如，你的客户是一个喜欢喝酒的人，那你就要陪他喝好，你说我酒量不行怎么办？这就要开始迂回战术了，在自己适量的情况下，找到巧妙的点来回避同时还可以让对方开心。

我有次去参加一个应酬，我是完全不能喝酒，但对方很喜欢喝酒，就一直在给我敬酒，我一直是喝白水，喝着喝着就开始劝

酒了说：「你看我一杯一杯都干了你就不能喝点也感动感动我吗？」我说：「你也别喝了喝多了对身体不好」，这位仁兄却说了句：「要享受当下今天开心就好，谁知道明天会不会出意外啊，来来来喝点，小崔咱们之间感情处在这了才要喝点嘛，来喝完这杯。」真是特别难缠。

但我接下来说的这番话把它说服了：「我是真的不能喝，我肠胃从小就不好，我是吃着消炎药来见你的，你看，药还在兜里呢，而且我觉得你不能用喝酒来衡量你我之间的感情，我要是觉得跟你感情没处到位我都不会来的见你的，是吧，这样我唱歌给你助兴吧，酒我是真不能喝」。说完对方也就不在劝酒，开始欣赏我的歌声了，唱完对方开心的不得了，也就没有把注意力放在酒上了。

当然我是完全不能喝，才会使唱歌助兴的的办法。但你如果可以喝一点那就要掌握喝酒的节奏。

我有个同事就很会掌握喝酒的话术，他刚开始就会说「各位老总我平时是一个不怎么喝酒的人，但是今天我有幸和你们相识真的是难得的缘分，这杯酒我敬各位我都干了，接下来我就真不能再喝了。说完一饮而尽，当再有人和他喝酒时，他还是那句话「我是真不能喝呀，再喝就回不了家了，这样我喝一半你就别喝了。」他既表达了真诚，又给对方留了面子。

在这个局中每当有人来敬酒，他的第一句话就是，我是真的不能喝了，再喝就得吐了，类似这样的话来回不断在重复，一直持续到饭局结束，别人可能都喝的摇摇欲坠了，他还那里顶天立地谈笑风生。你千万别觉得他这个来回重复的说不能再喝，很好搪塞对方，是需要很强的表演能力的；

还要极其的真诚才可以通过不断的重复给别人洗脑，这叫降低对方对你酒量的预期，让别人真正意识到他是真不能喝，而不是让别人感觉到他在装，这个分寸非常不好掌握，还要每次在不断的给对方面子喝那么一点，最后还没有把自己被喝醉，没有失态，只有这样才可以在清醒的状态下掌控谈话的局面，当别人因为喝多开始由着性子把话题扯远时，不在这次聚会的主题之上，这时就是他就开始发挥关键作用时候了，掌握了整个局面的主动权。

第四种，家庭聚会

在家庭聚会里，都是自己的亲人，讲话也都是有一个辈分在那里，它的随机性和自由性就比较低了。

一般在家庭聚餐中最容易遇到的问题是，大家的讲话都是千篇一律的祝福套话，甚至有时候会让人觉得像套近乎很假，尤其年轻人不喜欢这种。

怎样避免跟亲人讲话太场面呢，就要即兴表达，感受的力量去表达：回到家去感受每一个亲人给你带来的与之前不一样的感觉作为表达素材，说一点实实在在的关心的话语，放到自己聚会发言中，

比如每年过年回家，我家都是一大家子人 20 几口人，长辈小辈一大堆，在我发言时，会这么说「我看到奶奶您今年气色非常好，精气神十足，每天一定要吃好睡好保养好，开开心心的过好每一天，我想奶奶您一定盼望我给您带回您的孙媳妇，您放心我明年一定会给你带回一个来。」类似于这样的，比较能

说到老人心里的话语，而不是祝您身体健康，福如东海，寿比南山这类的套话。

最后再给你总结一下，如何在不同的聚会中说合适的话，掌握话语的主动权：

- 1、在同学聚会中，要避免攀比和炫耀的谈话，多谈过去的美好；
- 2、在同事聚会中，要避免过多谈起自己的实际工作，不谈隐私话题，不嚼舌根，不抱怨工作苦闷，多聊聊生活中有趣的故事；
- 3、应酬聚会，要学会酒桌话术学会合理的拒绝，做那个最后清醒的人；
- 4、家庭聚会，要懂规矩，把握说话时机，不说套话，能说到别人心里去的话。

浏览器扩展 Circle 阅读模式排版，版权归 www.zhihu.com 所有