# 《蔡康永的说话之道》读后感300字(优质三篇)

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2025-07-08

*《蔡康永的说话之道》读后感300字一向女朋友道歉或者提醒老板加薪，你会不会说话都起了至关重要的作用。在这本《蔡康永的说话之道》中，蔡康永向我们分享了他领悟到的说话之道，就是“对你好”；因为我说得让你开心，你也会把我放在你心上。演练说话就是演...*

**《蔡康永的说话之道》读后感300字一**

向女朋友道歉或者提醒老板加薪，你会不会说话都起了至关重要的作用。

在这本《蔡康永的说话之道》中，蔡康永向我们分享了他领悟到的说话之道，就是“对你好”；因为我说得让你开心，你也会把我放在你心上。演练说话就是演练“如何和别人相处”。

蔡康永相信的：越能体会和别人的说话之乐，你就能过得越好！

蔡康永出生在台北，血统有时被认为是上海。在加州大学洛杉矶分校（ucla）念完了电影制作的研究所，最广为人知的主持是电视节目《康熙来了》，还做了“黑鸟先生”系列的衣服。也因为五月天主唱阿信的召唤，开始做艺术。他说，奇妙的命运，让我变成一个必须常常在电视上说话的人，也得以和无数很会说话的高手交锋。到了现在，也该是我报答所有教过我说话的人啦，我用这本书，报告心得，向他们致谢。

《蔡康永的说话之道》这本书是他最好玩、最幽默的说话之道第二册，全新内容展现更直接生动的聊天方法。包括40篇精彩聊天秘方，每篇都是让谈话变得生动有趣，让你与他人相处也开始变得有趣，并配以兔斯基绘制的令人狂笑插画，如同蔡康永的主持风格一样俏皮机智，饶有情趣。这本书畅销百万，进口特种纸印刷，全四色精美展现。

生活中是不是总有些你迫不及待想要抒发得感情，想要一吐为快。

可是别人也和你一样啊，也会在心里有很多想要说的话。没有人会愿意花时间听你一个人喋喋不休。说话时不妨把“我”统统改成“你”，每当想要说自己时，就反过来，去询问对方。

聊天无非是你说说你，我说说我，有你也有我。你不是明星，你没有那么多观众，没有那么人喜欢听你自说自话。所以想要愉快的聊天，多说“你”，少说“我”。

那同理，同事、朋友之间的相处也是一样，一样可以在平常聊天时把对方的话放在心上。今天同事说自己吃香菇过敏，下次一起吃饭就不要点这个菜。明知道同事和老公最近闹矛盾，就不要显摆老公对自己有多疼爱，即使特别想说，换个人说吧。

路遥知马力，日久见人心，如果你坚持真诚待人，相信你的真诚一定会被感觉到。

每个人身处的生活环境、知识水平都不一样，看问题的角度自然是不一样。我们要尝试理解对方，站在对方的角度考虑，而不是一味把自己的思想强加给对方。

想说的是，这些道理懂了之后，请一定记得用生活和经历的水去灌溉它，不然它就总是一颗种子。就像康永说的的，我们要学会这些召唤幸福的咒语，如果能把灵魂巩固了，就丢在飘荡的人生里，当成救生圈。

**《蔡康永的说话之道》读后感300字二**

若要夸《蔡康永的说话之道》这本书，那就叫通俗易懂吧。

以几个角色现身说法的方式，大略地告诉读者在一些情景中该怎么说话，或者延续话题。也都是一些很大众的道理，比如多为对方着想，站在对方的角度看问题，真诚，诸如此类的。无聊时翻翻未尝不可，是一本静下心来一两个小时就可以看完的书，当然，指不加揣摩内容的阅读方式。

若要说真实想法，那就是内容太过于浅显。这本书，关于“说话之道”，基本上只看标题就够了，故事只是一个辅助作用，或者该赞一下标题概括性很高？里面的很多道理，相信听过的人不少。只是道理都懂，很多人也还是不会“说话”。

如序所写，“透过说话，懂得把别人放在心上，这就是我相信的，蔡康永的说话之道。”作者一开始就告诉我们，说话之“道”比说话的“术”重要，可以简单理解为，学会“说话”，最重要的是“用心”而不是“技巧”。

书里两者都有，就且重新按说话之“术”和说话之“道”来重新划分吧。

说话之“术”又可分为“讲话的技巧”和“对话的技巧”。

讲话的技巧，如“不要长气”，也就是噼里啪啦说个不停，毕竟别人无法一时间接受那么多信息，而且，每个人都想“表达自己”，要给对方表达的机会。又如“悬疑式说话”，就好像在描述一个故事一样，层层递进，让听者对后续发展产生兴趣，而不是像听到“我吃完饭就睡觉了”这样平平淡淡的事件。作者也说了，既然要讲故事，就在适当的时候把“爆点”点燃，而不是放到最后，因为很可能话没说完别人已经失去兴趣，再者，要懂得幽默和无厘头搞笑的区别，幽默，要适可而止。

对话的技巧，总结起来就是，聊天过程中，抛出的话题可以让对方接得下去，问题不要范围太广，当话题卡住时，可以及时转移话题，要有自己的立场，而不是一味奉承，如果起了争执，如果意义不大，不涉及原则问题，不妨“认输”。

了解了说话之“术”，那说话之道有哪些呢？两个字总结，“用心”。

从别人的说话内容揣摩别人的喜好，不吝惜赞美之词，夸夸别人的优点，虚一点也无妨。与对方站在同一角度想问题，可以适当的与长辈“凑趣”，聊一些长辈感兴趣的。特别要提到的一点，是懂得倾听。书里说到，一个人很难“了解另一个人所受的苦”，这让我想起了一句相同意思的话，“这世界上没有感同身受”，当被人在向你诉苦时，你可以提一些建议，如果没有头绪，倾听也足够了，“我懂得你的感受”，这句话，事实上，和“嗯嗯哦哦”没有本质上的区别。补充一点，道理是这么说，但“共情”在某些时候也还是有作用的，确实比“哦哦”听起来舒服点，这就因事而异了。

以上，就是《蔡康永的说话之道》里的“道”。想靠这本书来学会说话的读者，还是不要报太大希望的好，用处微乎其微，最重要的，还是在实践中去细心留意这些小技巧。

**《蔡康永的说话之道》读后感300字三**

全书一共包括40篇精彩的短文，每篇其实都是一个故事，当你沉浸在故事有趣的情节中，末了就会发现在愉快的阅读中已经不知不觉学到了蔡康永的“说话之术”，阅读的过程是愉悦的，学习的过程也就变得轻松有趣。而不像有些教人说话的书，理论一大堆，说教的方式又让读者难以忍受，完全像在学“术”而不是学“道”，心理距离远，效果自然不会好。深入人心、通俗易懂、妙趣横生，应该就是《蔡康永的说话之道》这本书最大的特点。

在书的序中，蔡康永就一针见血：把说话练好，是最划算的事。报告、开会、道歉、要求加薪、演讲、倾听诉苦等等，都只跟一件事情有关，就是你会不会说话，知不知道听你讲话的人想听到什么。卖了这样的一个关子，确实能把人吸引住，引发读者继续阅读下去的兴趣。看来，深谙“说话之道”的作者果然功力不浅，很会抓住人心。

整本书字数不多，读来比较轻松。读罢，不禁反思起自身在日常生活中常犯的几个说话错误，由此归纳出三点感想：

一是“说话本无道，有心便有道”。只要不是哑巴，开口说话并不是一件难事。但总会有人说的话让人开心，有人说的话却让人难堪。在日常生活中，我们常常遇到一些“忙人”，当你和他讲一件事情的时候，他的心思不在这里，当你问他“怎么样？”时，他往往会说“你刚才说了什么？”遇到这样的人，说话者的心一定会凉半截。因此，将心比心，当我们手头正在忙事情，无暇顾及身边想要向你倾述的朋友时，请及时告诉他“稍等”。但如果这个朋友是个有自杀倾向的人，那就应该立即停下手头的工作，耐下心来听听他的话。也就是说，要么不听，要听就请认真听。

二是“多听少说，比少听多说好”。很多时候，朋友向你抱怨并不是想得到你的同情或是想从你这里得到建议，而只是单纯地想让你听他说完。回顾我的八卦生涯，好多次与朋友谈话，还没等他们说完，我就会迫不及待地抛出自己的观点，还会把自己的想法强加于他，并且认为自己这样是为他好，自己是万能的知心姐姐。到头来朋友的情绪没有得到完整的发泄，这个世上反而又多了一个抱怨者。

三是“每一次说话都是一次练习”。我以前觉得平时说话都无所谓的，只要公众场合讲话时注意点就行了。结果发现，平时不努力，用时徒伤悲。不论在饭桌上，还是在别的什么公众场合，我往往会得“失语症”，不知道说什么好，一些社交礼仪也做得很不到位。虽然不需要做到八面玲珑那么好，但是基本的客气话也不太会说，这就有点不太好意思了。另外更严重的是，有时不经意间冒出一些不太文明的俚语，儿子一听就记住了，做了很坏的榜样。由此可见，平时管好自己的嘴，用好每一次练习的机会是多么重要。

如果你也是和我一样属于“嘴笨”类型的，那么不妨也来看看这本书吧！受益匪浅。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找