



中国科学院教材建设专家委员会规划教材
全国高等医药院校规划教材

医学生实用口才教程

第2版

◎主编 李 平



科学出版社

中国科学院教材建设专家委员会规划教材
全国高等医药院校规划教材

医学生实用口才教程

第2版

主 编 李 平
编 委 张 玲 蓝 英 张丽平

科学出版社

北京

内 容 简 介

本书作为医学生人文素质教育课读本,力求简明、实用。全书由导论和上中下三篇构成。导论介绍口才的重要意义以及如何提高口语表达能力。上篇医学生实用口才基础由第一、二章构成:第一章口语表达的基础,介绍口语表达的基础知识以及进行口语表达的基础训练;第二章口语表达的技巧,介绍了幽默、赞美、批评、说服、拒绝等几种语言表达技巧。中篇医学生常用口才由第三章到第七章构成:第三章演讲,介绍命题演讲和即兴演讲的基本知识,以及提高演讲水平的实用方法;第四章辩论,介绍辩论的本质与作用,辩论的证明、进攻、防御技巧;第五章毕业论文答辩口才介绍答辩的准备,答辩的语言运用要领;第六章求职应聘口才,介绍求职面试的方法与技巧。第七章管理口才,讲解管理实践中的口才技巧、解决下属纠纷、上下级沟通语言技巧。下篇医学生职业口才由第八、九章构成:第八章医学生职业语言表达基础,阐述医学语言的重要性,医学语言的特点;第九章医疗语言表达艺术,主要介绍医务工作者应该避免使用的语言,以及医患纠纷及其语言应对等。在本书最后附录的名篇鉴赏中,精选了12篇中外演讲佳作,供学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

医学生实用口才教程 / 李平主编. —2版. —北京:科学出版社,2016.3
中国科学院教材建设专家委员会规划教材 全国高等医药院校规划教材
ISBN 978-7-03-047997-6

I. ①医… II. ①李… III. ①口才学-医学院校-教材 IV. ①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 065812 号

责任编辑:朱 华 / 责任校对:赵桂芬

责任印制:赵 博 / 封面设计:陈 敬

版权所有,违者必究。未经本社许可,数字图书馆不得使用

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

新科印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2010年12月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2016年3月第 二 版 印张:11 1/4

2016年3月第三次印刷 字数:262 000

定价:29.80元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

第2版前言

《医学生实用口才教程》2010 出版后,在使用过程中,学生与教师都提出了宝贵的意见和建议,对此,表示衷心的感谢。为进一步增强口才的实用性 适应教学的需要,本版对以下内容作了修订:

一、由于时代变化,对教材中的案例作了个别增减,在名篇鉴赏中增加了习近平在博鳌论坛上讲话。

二、根据实际需要增加了管理口才,因此对章节顺序进行了调整。

三、重点对在编写体例方面,对应各章的思考题修改为思考与训练,强调口才的实际运用,达到实用效果。

在修订过程中,参考了一些相关的论著,引用了一些例文(有的略有删改),在此一并向原作者表示诚挚的谢意。

由于时间仓促和水平有限,书中难免还存在一些不足和不妥之处,恳请广大师生及读者批评指正。

本书由李平主编、设计全书框架和拟定写作修改大纲,对书稿进行加工修改,统稿。具体分工如下:导论、第一章、第二章、第五章、第六章,李平修编;第三章、第四章、第七章,刘丽平修编;第八章,张玲修编;第九章,蓝英修编。

作 者

2016 年 3 月

第1版前言

随着现代生物-心理-社会医学模式的转变,树立以病人为中心的理念,提高医疗、护理服务质量,以质量求生存,以质量求发展已成为大家的共识。医护人员要善于运用语言艺术,达到有效沟通,使病人能积极配合,早日康复。医护人员语言美,不只是医德问题,而且直接关系到能否与病人进行良好的沟通,关系到病人的生命与健康。

作为在医学院校从事教学的教师,我们深感目前医学生口语表达中存在的问题,有的同学因口语表达欠佳而自卑,影响自身的发展;有的在招聘现场不敢高声语而留下遗憾。为提高医学生口语表达能力,我们开设了《口才与演讲》选修课,受到学生们的普遍欢迎。

本书尝试把口语表达的一般方法与医患语言沟通融为一体,较详细地介绍了一般口语表达的基础与技巧;在提高医学生日常口语表达技巧的基础上,专门介绍了医疗语言风格与语用原则等医患语言沟通技巧;在讲述口语表达基础理论时,选用了许多艺术性和思想性高度统一的优秀口才案例,使之在学习口语表达知识的同时还能接触许多人文社会知识,对于加强医学生人文素质修养,全面提高医学生的综合素质,培养适应现代医学模式的新型医务人才打下良好基础。

本书是一本理论与实际相结合,知识性、通俗性、可读性融为一体,既可作为教材也可作为想提高口语表达能力朋友们的工具书。本书在编写过程中参考了相关的著作和文章,并且选用了一些优秀演说的片段与内容,在此,对那些作者们表示深深的谢意。

因编者水平有限,如有不妥之处,欢迎赐教!

编 者

2010年7月

目 录

导论	(1)	(二) 经济竞争中的公关谈判作用	(4)
一、口才概说	(1)	(三) 教育活动中的传播作用	(4)
(一) 良好的语言艺术称为口才	(2)	(四) 日常生活中的沟通协调作用	(4)
(二) 口才是一个人综合素质的反映	(2)	三、提高口语表达的方法	(5)
二、口才的功能与作用	(2)	(一) 提高口才素养	(5)
(一) 政治生活中的鼓动作用	(3)	(二) 刻苦训练	(7)
		(三) 口才练习的几种方法	(8)

上篇 医学生实用口才基础

第一章 口语表达的基础	(14)	(二) 岔道式幽默法	(33)
一、口语表达的基础知识	(14)	(三) 双关式幽默法	(33)
(一) 语音	(14)	三、赞美的语言技巧	(34)
(二) 口语表达基本要求	(15)	(一) 赞人要快	(34)
二、良好用声习惯的培养	(16)	(二) 因人而异	(34)
(一) 克服不良的用声习惯	(17)	(三) 情真意切	(35)
(二) 保持音色甜美的要领	(17)	(四) 详实具体	(35)
(三) 让声音富有激情	(17)	(五) 合乎时宜	(35)
(四) 呼吸增强声音的活力	(17)	(六) 雪中送炭	(35)
(五) 抑扬顿挫可强调话语	(17)	四、批评的语言技巧	(35)
三、口语表达的基本要求	(17)	(一) 批评开始于赞扬	(36)
(一) 言之有物——重内容	(17)	(二) 批评别人要讲究策略	(36)
(二) 言之有理——合逻辑	(19)	(三) 批评要委婉含蓄	(36)
(三) 言之有文——讲修辞	(21)	五、说服的语言技巧	(36)
(四) 言之有趣——会幽默	(24)	(一) 由大及小的层层剥离	(37)
(五) 言之有情——能感人	(27)	(二) 由小及大的招招紧跟	(37)
第二章 口语表达的技巧	(29)	(三) 由此及彼的渐递推理	(38)
一、语音使用技巧	(29)	(四) 由远及近的步步深入	(38)
(一) 重音运用技巧	(29)	(五) 要以理服人	(39)
(二) 停延掌握技巧	(30)	六、拒绝的语言技巧	(40)
(三) 节奏变化技巧	(30)	(一) 直截了当的拒绝	(40)
(四) 语气的控制技巧	(31)	(二) 委婉的拒绝	(40)
二、幽默的语言技巧	(32)	(三) 改变不良习惯的三种方法	(41)
(一) 否定式幽默法	(33)		

中篇 医学生常用口才

第三章 演讲	(43)	四、辩论的技巧	(78)
一、演讲概述	(43)	(一) 控场技巧	(78)
(一) 演讲的本质	(43)	(二) 证明的技巧	(79)
(二) 演讲的历史	(45)	(三) 进攻的技巧	(83)
(三) 演讲的特点	(46)	(四) 防卫技巧	(87)
(四) 演讲的类型	(47)	五、辩论口才的培养	(88)
二、命题演讲	(49)	(一) 优秀辩手应具备的素质	(88)
(一) 命题演讲的特点	(50)	(二) 培养和提高辩论能力的途径	(90)
(二) 命题演讲的主题和材料	(50)	第五章 毕业论文答辩口才	(93)
(三) 演讲的方式	(53)	一、毕业论文答辩的程序和目的	(93)
三、即兴演讲	(53)	(一) 毕业论文简述	(93)
(一) 即兴演讲的特点	(54)	(二) 现场答辩	(93)
(二) 即兴演讲的开场	(54)	二、答辩前的准备	(93)
(三) 即兴演讲的结尾	(56)	(一) 准备参加答辩会所需携带的	(94)
四、演讲的技巧	(58)	用品	(94)
(一) 演讲者的自信心训练	(58)	(二) 熟悉自己所写论文	(94)
(二) 了解听众	(59)	三、答辩技巧	(95)
(三) 选择话题	(61)	(一) 答辩一般构成	(95)
(四) 演讲控场	(63)	(二) 答辩应注意的几个问题	(95)
(五) 演讲的态势语言	(65)	(三) 论文答辩失败的几个原因	(96)
第四章 辩论	(72)	第六章 求职应聘口才	(99)
一、辩论概说	(72)	一、面试的基础知识	(99)
(一) 辩论的含义	(72)	(一) 面试的方法与种类	(99)
(二) 辩论的特点	(73)	(二) 面试中的基本礼仪	(102)
(三) 辩论的三要素	(74)	二、求职应聘的准备	(103)
(四) 辩论的种类	(74)	(一) 信息收集与资料准备	(103)
二、辩论赛的组织	(75)	(二) 求职前的心理准备	(104)
(一) 确定辩论赛的人员组成	(75)	三、面试口才技巧	(104)
(二) 制定辩论规则	(76)	(一) 面试问答基本要领	(104)
(三) 确定辩题	(76)	(二) 面试难题的应答策略	(107)
(四) 确定双方论点	(76)	四、面试问答与点评	(110)
(五) 辩论比赛	(76)	(一) 工作动机、个人愿望	(110)
(六) 评判和奖励	(77)	(二) 兴趣、学业、优点、缺点	(110)
三、辩论前的准备	(77)	(三) 能力表现	(112)
(一) 提出合理的论点	(77)	第七章 管理口才	(114)
(二) 收集有利的材料	(77)	一、管理口才概述	(114)
(三) 充分估计对方形势	(77)		
(四) 设计严密的辩论战略	(77)		

(一) 管理口才的定义	(114)	(三) 主持会议的口才艺术	(123)
(二) 管理口才的特征	(116)	(四) 调解下属纠纷的口才艺术	(125)
(三) 管理口才的基本原则	(117)	三、与上、下级沟通的语言技巧	(125)
(四) 管理口才的修养	(119)	(一) 与下属沟通的艺术	(125)
二、管理口才的主要技巧	(120)	(二) 与上级沟通的语言技巧	(126)
(一) 赞扬的语言技巧	(120)		
(二) 批评的语言技巧	(121)		

下篇 医学生职业口才

第八章 医学生职业语言表达基础

.....	(130)	(二) 消极性	(140)
一、医学语言的重要性	(130)	(三) 复杂性	(140)
(一) 医学语言的重要性	(131)	(四) 零散性	(140)
(二) 语言艺术在医患沟通中的 重要作用	(132)	第九章 医疗语言表达艺术	(142)
二、医患角色定位	(134)	一、医疗语言的风格和语用原则	(142)
(一) 医者角色的特点	(135)	(一) 医疗语言的风格	(142)
(二) 患者角色的特点	(136)	(二) 医疗语言语用原则	(144)
三、医务人员谈话的主导地位	(136)	二、医患沟通方式和内容	(146)
(一) 礼貌性	(137)	(一) 医患沟通方式	(146)
(二) 讲究诚信	(137)	(二) 医患沟通的内容	(147)
(三) 保守秘密	(138)	三、模糊、委婉和幽默语言	(148)
(四) 准确原则	(138)	四、医患纠纷及其语言应对	(149)
(五) 注重人文关怀	(139)	(一) 医患纠纷的定义	(149)
四、患者语言的特点	(139)	(二) 医患纠纷的分类	(149)
(一) 求助性	(139)	(三) 语言应对	(150)

名篇鉴赏	(152)
------------	-------

主要参考文献	(172)
--------------	-------

好口才将使得你雄辩滔滔,占尽上风。

——镌刻于3000年前埃及古墓上的铭文

良好的口才,可以让人倾心于你,交结更多的朋友,替你开辟人生之路,让你获得幸福美满……

——戴尔·卡耐基

大多数成功的人都能言善道,而不成功的人大多数不怎么会说话。如果你真的很会说话,请相信,你便能成功;如果你觉得自己已经是个成功之人,要是你更能说,你会更成功。

——拉里·金(美国CNN著名节目主持人)

导 论

教学目的 与要求

通过学习了解口才的真实内涵,口才的作用与功能,树立练好口才的信心,为将来更好地发挥个人才能打好基础。

一、口才概说

语言的历史和人类的历史同样久远。自从第一声音义结合的符号在先民的嘴里发出,人就成为万物的灵长。借助语言这个工具,人们创造了自己辉煌的文明史。语言是人类分布最广泛、最平均的一种能力。在人的各种智力中,语言智力被列为第一种智力。事实表明:语言在人的一生都占据着重要地位,是人们发展智力和社交能力的核心因素。

社会是人的社会,人是社会的人,生活在社会中的人离不开和其他人的交流。人与人的交流有多种方式,但是其中最重要、最基本的莫过于直接进行口头表达了。人类生活到了现在,口才已成为决定一个人生活及事业优劣成败的一个因素,通过一个人每天所说的话,可以判定他每天的工作生活情况。一个人每天的喜怒哀乐,往往由其言语来决定。因为口才拙劣而失败的人很多,我们和人接触时所说的话,是很容易被人估定其价值的。例如,同样是说话,同样要表达一种意思,有的人会“妙语连珠”,而有的人却“词不达意”?这就是心智能力的差异。假如一个人其他方面的能力很优秀,同时他的语商能力也在逐步提高,那么他一定会更优秀。语商不但可以使人用大脑思考问题,还可以随时用语言表达思考的问题。如果我们说话时用语准确,修辞得体,语音优美,那我们从事各项工作会更加游

刃有余,事业就会更加成功,人生也会更加丰富多彩。

(一) 良好的语言艺术称为口才

人们经常说,某某人口才好,某某人口才劣。什么是口才呢?怎么样的口才算口才好呢?伶牙俐齿、滔滔不绝、口若悬河、妙语连珠等字眼用来形容一个人口才的高妙,这很容易让人误解,认为说话快、连贯、花哨就是口才好。其实不然,口才绝不是指讲话利落。有的人一说话就脸红脖子粗,或者说了一句话就无话可说,或者说了四、五句却吭哧了老半天。有的人虽然讲话利落,但是喋喋不休,夸夸其谈,东拉西扯,无边无沿,言之无物。他们都属于口才拙劣之辈。世界上能说话的人很多,但口才好、会说话的人却不多。那么,到底什么是口才呢?用一句话来概括,就是口语表达能力有了相当高的技巧和艺术水平的时候,就有了良好的口才,良好的语言艺术称为口才。

(二) 口才是一个人综合素质的反映

口才是指人的口头表达能力,是人用语言准确、生动、贴切地表达自己思想感情的一种能力。它集道德修养、文化积累、知识结构、思维方式、价值判断、心理素质、语言艺术和仪态仪表为一体,充分展示了个人的魅力和风格。口才也可以说是在交际过程中,人们凭借自己的知识和阅历,准确地表达自己的态度、见解和感情,充分发挥交际功能的口头表达能力。毫不夸张地说,口才是一门语言的艺术,是用口语表达思想感情的一种巧妙的形式。懂得语言艺术的人,懂得相处之道的人,不会勉强他人与自己有相同的观点,而会巧妙地用自己的思想去引导他人,那些善于用口语准确、贴切、生动地表达自己思想感情的人,办事往往圆满,反之,不懂得语言艺术的人,最后自己也会陷入困境。

一个善于表达的人,必然思维敏捷、洞察能力强。只有具备这种素质,他说出来的话才能既生动又准确地反映事物的本质。此外,他还必须具有严密的思维能力,懂得分析、判断和推理,使自己说出来的话有条有理、滴水不漏。最后,有口才的人还必须具有流畅的表达能力、丰富的词汇、渊博的知识等。口才实际上是一个人的综合素养、综合实力的外化,是一个人思维水平、观察能力、知识储备、表达技巧甚至心理素质、精神状态等方面的集中表现。正因为如此,口语表达能力是一个人素质的重要体现,是学识的标尺。在人们诸多能力与才干中,口才是最基本、最重要、最实用的才能,也是一种必备的才能。口语表达能力是反映一个人基本素质的重要指标。世界上的有识之士,已经把口才艺术能力的培养当作给人以勇气和热忱的成功之路的过程,认为开发人们潜能的途径可以从语言突破开始,事业走向成功和胜利大多需要通过口才锻炼奠定基础,培养团队精神和合作精神能够凭借口才训练增强效果。

二、口才的功能与作用

人类生活已经到了不能孤独生存的境地,语言的作用,更表现出不可一时或缺。你无论在什么环境中,你都不可能避免跟人们交往,那么你就不能不依靠说话来做交往的媒介。在整个人类社会生活当中,口才具有非凡的作用,其效应不可小看。翻看古今中外的历史,结合现代社会的实际,口才的效应无与伦比。慧心秀口使人办起事来如虎添翼。笨嘴拙舌则可能让人举步维艰。对一个普通人来说,口头表达能力会影响他一生的学习工作、事业家庭、人际交往,精神状态,日常情绪;对一个领导者来说,它会影响到一个集体的利益,对

一个领袖来说,它甚至会影响到一个民族、一个国家的命运和前途。“一言可以兴邦,一言可以误国”,我国古人早已认识到了语言的重要性。

我国的象形文字很有意思。中央电视台曾播出一个“赢家”节目,很受欢迎,每年评选一位成功人士,并邀请他们谈谈成功经验。而这个“赢”字由什么构成呢?“亡”、“口”、“月”、“贝”、“凡”组成。“亡”代表危机感,“口”代表口才,“月”代表时间,“贝”代表宝贝、健康、财富,“凡”代表要有一颗平凡心,具备了以上五个条件,你就是赢家。更有趣的是口在中间,起着中流砥柱作用,说明要取得成功口才作用举足轻重。

口才的非凡作用,还渗透于各个领域:国际争端,谈判顺利,可以化干戈为玉帛,避免战祸;商业桌上,巧于辞令,可以增加利润,甚至开辟贸易新渠道,拓宽财源;学术研究,阐释精义,可以方便交流,提高水平;一席恳谈,可以使绝望者重燃希望,丧志者再度立志,歧途者悬崖勒马;片言据要,百意烛照,可以使人感到“听君一席话,胜读十年书”。美国人在20世纪初就提出:一个人在专业上的成功,只有12%是仰仗其业务技术的,另外85%则要靠人际关系和处世技巧。然而,这85%的成功成分很大程度上取决于一个人的口才。不管是政界领袖毛泽东、周恩来、列宁、林肯、奥巴马,还是商界成功人士比尔·盖茨、松下幸之助、马云,他们无不具有良好口才。有位美国政界要人曾说过,个性和口才的能力比外语知识和哈佛大学的文凭更为重要。再看看我们周围,你一定会发现,那些领导者,那些成功人士,大多是擅长当众讲话的人。

案例 0-1:

我国春秋战国时代,君主崇尚口才,天下学者俊士更是趋之若鹜,蔚然成风。以在秦国推行连横策略而著称的游说家张仪,就颇懂得舌头的珍贵。他初到楚国当说客时,一天,碰巧相国家丢失玉璧,主人咬定他是窃贼,将其严刑拷打后逐出家门。回家后,妻子叹着气说:“你若不读书游说的话,怎么会遭到这样的奇耻大辱呢?”谁知张仪并无愠怒之色,却答非所问:“你看看我的舌头还在吗?”其妻说:“还在。”张仪听说舌头还在,舒了一口气说“够了”,因为他懂得:舌头在,就有飞黄腾达之望。后来,他真的扶摇直上,当上了“一人之下,万人之上”的相国。

(一) 政治生活中的鼓动作用

口才历来是政治家发表政见、阐明观点、批驳论敌、争取朋友,军事家鼓舞士气、激励斗志的有力武器。

我国历史上很多口若悬河、能言善辩之士,凭借一条剑舌,活跃在政治舞台。诸葛亮“舌战群儒”、“智激周瑜”是家喻户晓的例子。

案例 0-2:

古代的烛之武说退秦师,秦晋大军攻打郑国的时候,郑国的文臣武将一筹莫展,武将不敢出征,文将没有办法,最后郑王不得不让老将烛之武亲自出马,到秦国去一趟。烛之武受命危难之间,到了秦军,找到了秦军的统帅。他说起来,动之以情,晓之以理,情真意切,痛陈唇亡齿寒的利和弊,最后终于说服了秦国的统帅,秦国立即撤军不再攻打郑国,而且留下两员大将,协助郑国保卫家园。晋国一看无可奈何,也只好撤军。一个烛之武就把秦军大兵说退了,胜利了,成功了。这是什么威力?口才的威力。

大家知道,诸葛亮舌战群儒。请想一想,诸葛亮没有口才能行吗?正因为他有了口才,出使东吴的时候,建立了联吴抗曹的统一战线,最后致使号称“八十万大军”的曹兵,几乎全部葬于滔滔的长江之中。这不是口才的威力吗?设想一下,假如刘备不让诸葛亮去,让张飞去,其后果又会怎么样呢?

进入当代社会,政治生活内容更加丰富多彩,体现在政治演讲、外交谈判、法律辩护等诸多方面的口才艺术,更是发挥了不可替代的作用。多少优秀的政治家在风云变幻的政治舞台上凭借良好的口才挥洒自如,游刃有余,做出了不可磨灭的贡献,留下了千古美名,并传为佳话。

在当今社会,无论是竞选就职还是新闻发布、体察民情还是应对危机,政治家们时刻要面对挑战,口才的重要性也就越来越凸显出来,如历届美国总统选举,也就是一场激烈的唇枪舌剑的较量。政治家的口才不仅影响自身的政治生涯,在国际舞台上更代表国家的形象。

(二) 经济竞争中的公关谈判作用

在当今市场经济条件下,口才在市场竞争中扮演着十分重要的作用。

出色的口才是客户关系的润滑剂,有助于开拓和巩固公共关系网络。良好的口才可以拉近与客户的关系,赢得客户的信任,建立与客户的良好关系,并不断拓展新的客户群;而说话不当,不仅疏远客户,而且很有可能与财富失之交臂。

俗话说,“酒好不怕巷子深”,但是在信息时代中,再好的产品也需要吆喝,没有好的宣传推广,产品很难赢得客户和市场。而产品的推销、市场的推介等,都需要发挥口才的作用。

讨价还价、经贸谈判就更需要口才了,高明的谈判者可以说服客户,实现双赢;口才不好可能签订“不平等条约”,利润白白送人;但是如果过于精明,咄咄逼人,寸利不让,则容易导致谈判破裂,双方都一无所获。

(三) 教育活动中的传播作用

古希腊哲学家柏拉图把演讲视为一种社会现象,把它当做传授知识、培养智慧和美德的手段给予高度评价。

当今社会,尽管信息技术高速发展,知识传播的途径迅速增多,但是作为直接运用语言进行交流的演讲(包括课题讲授、专题讲座等)始终是传播文化知识的重要途径。口才好的教师能够准确清楚地传授知识,吸引学生注意力,教学效果好;而口才欠佳的教师往往无法有效地吸引学生,把自己的知识深入浅出地表达出来,学生听得晕头转向,不能实现教学目的。

在思想政治教育过程中,口才也起着重要作用。口才好的教师善于“晓之以理、动之以情”,让受教育者心服口服,产生共鸣。

(四) 日常生活中的沟通协调作用

在日常生活中,人与人随时都要沟通交流,从陌生到熟悉,从熟人到朋友再到知音,离不开沟通与了解。人与人的交往始于开口介绍,在不断交谈、交流、交心后,彼此的认识逐步深入,关系逐步稳定,感情逐步升温。会说话的人,总可以流利地表达出自己的意图,也能够把道理说得很清楚、动听,使别人很乐意地接受,有时候还可以立刻从问答中测定听众言语的意图,并从听众的谈话中得到启示,增加自己对听众的了解,跟听众建立良好的友

谊,不会说话的人,不能完全表达自己的意图,往往会使听众费神去听,而又不能使他信服地接受。

在现实生活中,无论亲情、友情还是爱情,交往过程中肯定有融洽也有矛盾。关键是矛盾出现的时候如何正确地应对。而要避免矛盾、化解矛盾、发展感情,归根到底都需要交流的技巧、说话的艺术。话说对了,可以缓解气氛,解决问题;话说错了,可能火上浇油、激化矛盾。因此,想要建立一个和谐的人际关系就必须学会看时间、看地点、看对象,巧妙地说话。

口才好的人很受欢迎,他能够使许多素不相识的人携手,亦能使许多本来彼此不发生兴趣的人互相了解,能替人排解纠纷,消除人与人之间的隔阂。能医治他人的愁苦、忧闷,使大家生活得更美好、更快乐。我们知道口才好的人能把生活弄得很快乐,可以快快乐乐地和朋友或家人渡过闲暇时光,使大家收获更多的乐趣。

三、提高口语表达的方法

每个人都希望自己拥有高超的口才,渴望能展示超凡脱俗的说话魅力,然而,人的口才并不是与生俱来的,而是在生活中实践中不断锻炼与积累获得的。

(一) 提高口才素养

有位美国政界要人曾说过,个性和口才的能力比外语知识和哈佛大学的文凭更为重要。的确,口才很重要。但你也许会说:“我先天不足怕开口,见人就脸红,没口才。”那么,我们告诉你:朋友,这不要紧,路就在脚下。口才不会与生俱来,也不会从天而降,就像庄稼需要施肥、道路需要整修,口才也要培养。如果我们把口才也看成是百花园中的一朵鲜花,那么它扎根的沃土就是人的思想、知识、能力、毅力,离开了人的这些素质,口才也就成了一朵空中的花,一朵永远不会盛开的花。

崇高的思想、渊博的知识、远见卓识以及一定的记忆能力、较强的应变能力、持之以恒的毅力,这些都是我们培育“口才之花”的“养料”,离开了这些,练口才只能是一句空话。

1. 崇高的思想 中国有句老话,“近朱者赤,近墨者黑”。品德、修养恶劣的人带给别人的也只能是卑鄙的灵魂、低级的趣味,而且很难受到大多数人的欢迎。这就是一种人格力量。演讲、谈话、论辩都是一种向听众做宣传的双重活动,你的思想、品德、感情、修养都会在有意与无意中影响着听众的思想、品德、感情、修养。而演讲者、说服者只有具备了高尚的思想修养,他的话才具有说服力。演讲所以能打动人、教育人、感染人,是与演讲者本人的崇高品德分不开的,是与他热爱党、热爱人民的炽烈感情分不开的,也是与他坚定的共产主义信念分不开的。如果一个演讲者、一个辩手没有高尚的思想修养做后盾,那么他的演讲、论辩是不可能成功的,其结果只能是台上他讲,台下讲他。

所以,我们要练口才,首先就要培养自己的思想美、心灵美、行为美,培养自己热爱祖国、热爱人民的高尚情操,学会用正确的方法、立场去分析问题、解决问题,只有这样,你才能用美好的语言去感染听众、说服听众、宣传听众,你练就的口才也才能为人民服务,为祖国服务。

2. 广博的知识 要想给别人一杯水,自己就要有一桶水。我们要说给别人听,首先就得自己有。别小看了演讲时的几分钟,论辩时的几句话,就这几分钟、这几句话,需要我们长期的丰厚的知识积累。

准备一个小本子,把每天从报纸、杂志、课本中看到的观点、方法,好的词、句都记录下来,有时间就拿出来看看,天长日久,就形成了自己的思想,有了自己的见解,也有了自己的词汇库,说起话来也就头头是道,也不觉得没词可说了,甚至常常能妙语惊人,这就是知识积累的结果。

3. 远见卓识 远见卓识是演讲者、交谈者、论辩者必须具备的一种素质。我们不论是演讲,还是谈话、论辩,面对的都是人,或是广大的听众,或是单个的个人。但不论是大众,还是个人,谁都不愿意浪费时间听那些老掉牙的、人人皆知的陈词滥调。如果你总是人云亦云,没有自己的见解,自己的观点,那么你永远也不会成为一名受人尊敬、受人欢迎的演讲者、谈话者、论辩者,你永远不可能征服你的听众。而要想自己的见识超群,见解独到,就要站得高,看得远,高瞻远瞩,言别人之未言,说别人之难说。但是,我们千万记住一定不要去追求华而不实的噱头,一定不要去哗众取宠。

4. 较强的应变力 我们无论是演讲、谈话,还是论辩,都是在与听众进行感情交流,在进行信息传递。这就需要在演讲、谈话、论辩的过程中随时注意对方的变化,观察对方的表情,掌握听众的情绪,并要根据听众的反馈及时调整我们演讲、谈话、论辩的内容及角度,把听众不愿听而你原本打算讲的东西删掉,加进一些听众感兴趣的内容,没有较强的应变能力是做不到这一点的。

案例 0-3:

著名相声演员马季,有一次到湖北省黄石市演出。表演之前,有一位演员错把“黄石市”说成了“黄石县”,引起了观众的哄笑。在笑声中,马季登台演出。他张口就说:“今天,我们有幸来到黄石省演出……”这话把哄笑中的观众弄糊涂了。正当大家窃窃私语时,马季解释道,方才,我们的一位演员把黄石市说成县,降了一级。我在这里当然要说成省,给提上一级,这样一降一提,哈,就平啦!几句话,引得全场哄堂大笑,马季机智巧妙地给圆了场,使演出得以顺利进行。

马季所以能把场圆下来,关键还在于他有较强的应变能力。一位艺术家如此,一个演讲者、谈话者、论辩者也是如此。

案例 0-4:

《正大综艺》的节目主持人杨澜,在广州市天河体育中心演出时,戏到中途,她在下台阶时摔了下来。出现这种情况,的确令人难堪。但杨澜非常沉着地爬了起来,凭着她主持人特有的口才,对台下的观众说:“真是人有失足,马有失蹄呀。我刚才的狮子滚绣球的节目滚得还不熟练吧?看来这次演出的台阶不那么好下哩!但台上的节目会很精彩的,不信,你们瞧他们。”杨澜这段非常成功的即兴演讲,不仅为她自己摆脱了难堪,更显示出她非凡的口才。她话音刚落,会场就立刻爆发出热烈的掌声。有的观众还大声说:“广州欢迎你!”

另外,我们在与人交际、交流时,还会遇到一些意想不到的事情。如你正在演讲时却有人起哄,正在交谈时却遭人抢白,你的辩词受到人们的反对,这一切一切都需要有从容镇定的应变力。所以为了使你在窘境中得到解脱,为了练就一副在任何情况下都对答如流的口才,为了在社交场合免受尴尬之苦,为了你临危不乱,请培养应变能力吧。

5. 一定的记忆能力 记忆力也是演讲者、谈话者、论辩者的一项重要素质。我们的演讲词、论辩词包括谈话的一些内容都是需要记忆的,通过记忆把演讲、论辩的内容储存在大脑中,登台演讲或进行交谈、论辩时,才能张口即来,滔滔不绝。如果记忆力不强,到了台上,一紧张就会丢三落四,甚至张口结舌。积累知识时也需要有较强的记忆力,否则,打开书什么都知道,合上书又什么都忘了,这是不行的。

培养记忆力是要下点苦工夫的。记忆的方法很多,我们可以自己从学习中寻找、总结一些记忆规律,供自己使用。也可以学习、借鉴他人的成功方法,如形象记忆法、数字记忆法、联想记忆法等。总之,我们只有过目成诵,才能出口成章。

6. 持之以恒的毅力 看了以上几点,可能会说:“练口才真难呀!咱也不具备这些素质,口才也练不成了,不用白费劲了!”那么你错了!我们讲的几种练口才的素质,是必备的,但不是天生的,不是与生俱来的,而是靠后天的苦学、苦练得来的。有一句名言:“书山有路勤为径,学海无涯苦作舟”。西方也有一句格言:“诗人是先天的,演说家是后天的。”确实,要练就一付悬河之口,非下一番苦工夫不可。

(二) 刻苦训练

口才是人类生活中最难能可贵的艺术或技术,人人羡慕那些妙语连珠、出口成章的说话高手,你看到一百个人中能有几个人是长于口才的呢?少数人口才好,可以说是出于天才,但多数人口才好,却是出于平常多锻炼的缘故。所以,要想练出人人羡慕的妙语连珠、出口成章的说话高手,临渊羡鱼不如退而结网,意识到口语表达能力的重要性后,不必为自己有种种不足而灰心退缩,只要你有一颗进取的心,就有了获得良好口才的重要条件;要想具有人人羡慕的好口才,就要下一般人没有下或者下不了的苦工夫。“宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来,”就是所有的成功者奋斗过程中最真实的“诀窍”。

口才并不是一种天赋的才能,它是靠刻苦训练得来的,是一分天才,九分努力的结果。古今中外历史上一切口若悬河、能言善辩的演讲家、雄辩家,无一不是靠刻苦训练获得成功的。

案例 0-5:

在古希腊,曾经谁能登台演讲,他就是这个城堡的领袖,那是了不得的!大演说家德摩斯梯尼第一次登台演讲的时候,他希望的是掌声,他希望的是笑声。最后,没有笑声,倒有了掌声——背掌!把他哄下台去。讲得实在是不行。讲着讲着,耸肩,肩膀往上耸。一个演讲者,耸肩这个姿势多难看!再讲讲,他的气不够用,说着说着就长出一口气。请大家想一想,这长出气的时候,这个形象又是什么样呢?台下的人把他轰下去。但是,德摩斯梯尼并不气馁,他回来以后,自己剃个阴阳头,以示再也不出去,借来很多的书籍,拼命地读书,为了克服自己耸肩的毛病,他在棚上吊了两把宝剑,剑尖正好对着自己的肩膀,如果一耸肩就扎着了。经过这样长期的练习,耸肩的毛病克服掉了。说话不清楚,怎么练?他找一个小鹅卵石含在嘴里。他本来说话就不清,再含着鹅卵石是更不清了。经过艰苦的努力和训练,最后含着鹅卵石说话都非常清楚。吐出鹅卵石以后,他讲话达到了炉火纯青的地步。气不够用,怎么办?他边朗诵诗歌,边往山上跑。最后,三个毛病终于都克服掉了。他的内功有了,有了丰富的学识和思想见地;他的外功有了,口才练成了。他再一登台演讲的时候,人们的掌声暴风雨一般地响起来。最后,他的七篇演说,永远垂于历史。

案例 0-6:

美国第十六任总统林肯,起初一开始说话,他根本什么也不是。第一次说话,嗓子里面好像棉花堵住了嗓子,脸色铁青,不知道手往哪儿放。为了练口才,他徒步 30 英里,到一个法院去听律师们的辩护词,看他们如何论辩,如何做手势,他一边倾听,一边模仿。走在乡村路上,见到树桩、高粱地,他也对着它们演讲,手势怎么做,面部表情应该什么样,他也在学。经过长期苦练,林肯终于成为世界的名演说家、雄辩家、交谈家。在葛底斯堡的演说,林肯总共才三分钟十句话,竟使一千五百人落了眼泪。现在已经铸成经文,放在英国的牛津大学里,作为英文演说的典范。

案例 0-7:

闻一多先生,1919 年在清华学校读书的时候,那时候不叫清华大学,还叫清华学校,他为了学演讲,早晨五点多钟就起床。有一次,他发现演讲落后了一点:“近来发现演讲渐落他人之后,乃奇耻大辱也!必须急起直追。”他马上又开始五更半夜的勤学。最后,闻一多先生终于成功了,他最后一次演讲为我国演讲史上添了一个光辉的一页。这不都是练习得来的吗!是苦练得来的。

案例 0-8:

我国早期无产阶级革命家、演讲家肖楚女,更是靠平时的艰苦训练,练就了非凡的口才。肖楚女在重庆国立第二女子师范教书时,除了认真备课外,他每天天刚亮就跑到学校后面的山上,找一处僻静的地方,把一面镜子挂在树枝上,对着镜子练演讲,从镜子中观察自己的表情和动作,经过这样的刻苦训练,他掌握了高超的演讲艺术,他的教学水平也很快提高了。1926 年,他 30 岁时,就在毛泽东同志主办的广州农民运动讲习所工作,他的演讲至今受到世人的推崇。

这些名人与伟人为我们训练口才树立了光辉的榜样,我们要想练就一副过硬的口才,就必须像他们那样,一丝不苟,刻苦训练,正如华罗庚先生在总结练“口才”的体会时说的:“勤能补拙是良训,一分辛苦一分才。”

(三) 口才练习的几种方法

练口才不仅要刻苦,还要掌握一定的方法。科学的方法可以使你事半功倍,加速你良好口才的形成。当然,根据每个人学识、环境、年龄等因素的不同,练口才的方法也会有所差异,但只要选择最适合自己的方法,加上持之以恒的刻苦训练,那么你就会在通向“口才家”的大道上迅速成长起来。

1. 速读法 这里的“读”指的是朗读,是用嘴去读,而不是用眼去看,顾名思义,“速读”也就是快速的朗读。

这种训练方法的目的,是在于锻炼人口齿伶俐、语音准确、吐字清晰。

方法:找来一篇演讲词或一篇文辞优美的散文。先拿来字典、词典把文章中不认识或弄不懂的字、词查出来,搞清楚,弄明白,然后开始朗读。一般开始朗读的时候速度较慢,逐次加快,一次比一次读得快,最后达到你所能达到的最快速度。

要求:读的过程中不要有停顿,发音要准确,吐字要清晰,要尽量达到发声完整。因为如果你不把每个字音都完整的发出来,速度加快以后,就会让人听不清楚你在说些什么,语速快也就失去了快的意义。我们要求的语速快必须建立在吐字清楚、发音干净利落的基础上。我们都听过体育节目的解说专家宋世雄的解说,他的解说就很有“快”的功夫。宋世雄解说的“快”,是快而不乱,每个字,每个音都发得十分清楚、准确,没有含混不清的地方。我们希望达到的快也就是他的那种快,吐字清晰、发音准确,而不是为了快而快。

速读法的优点是不受时间、地点的约束,无论何时、何地,只要手头有一篇文章就可以练习,而且还不受人员的限制,不需要别人的配合,一个人就可以独立完成。当然你也可以找一个同学听听你的速读练习,让他帮助挑你速读中出现的毛病。比如哪个字发音不够准确,那个地方吐字还不清晰等,这样就更有利于你有目的地进行纠正、学习。你还可以用录音机把你的速读录下来,然后自己听一听,从中找出不足,加以改进。如果有老师指导就更好了。

2. 背诵法 大家都背诵过课文。有诗歌、有散文、有小说。背诵的目的是各不相同的。有的是因为老师要求必须背诵,而不得不背,以完成老师交给的学习任务;也有的是为了记忆下某个名诗、名句,以此来丰富自己的文学素养。而我们提倡的背诵,主要目的是锻炼我们的口才。

我们要求的背诵,并不仅仅要求你把某篇演讲词、散文背下来就算完成了任务,我们要求的背诵,一是要“背”,二还要求“诵”。这种训练的目的有两个:一是培养记忆能力;二是培养口头表达能力。

记忆是练口才必不可少的一种素质。没有好的记忆力,要想培养出好口才是不可能的。只有大脑中充分地积累了知识,你才可能张口即出,滔滔不绝。如果你大脑中是一片空白,那么你再伶牙俐齿,也无济于事。记忆与口才一样,它并不是一种天赋的才能,后天的锻炼对它同样起着至关重要的作用,“背”正是对这种能力的培养。

“诵”是对表达能力的训练。这里的“诵”也就是我们常说的“朗诵”。它要求在准确把握文章内容的基础上进行声情并茂的表达。

背诵法,着眼点在“准”上。也就是你背的演讲辞或文章一定要准确,不能有遗漏或错误的地方,而且在吐字、发音上也一定要准确无误。

方法:

第一步,先选一篇自己喜欢的演讲词、散文、诗歌;

第二步,对选定的材料进行分析、理解,体会作者的思想感情。这是要花点工夫的,需要我们逐句逐段地进行分析,推敲每一个词句,从中感受作者的思想感情,并激发自己的感情;

第三步,对所选的演讲词、散文、诗歌等进行艺术处理,如找出重音、划分停顿等,这些都有利于准确表达内容;

第四步,在以上几步工作的基础上进行背诵。在背诵的过程中,也可分步进行。

第一,进行“背”的训练。也就是先将文章背下来。在这个阶段不要求声情并茂,只要能达到熟练记忆就行。在背的过程中,自己要进一步领会作品的格调、节奏,为准确把握作品内涵打下更坚实的基础。

第二,是在背熟文章的基础上大声朗诵。将你背熟的演讲词、散文、诗歌等大声地背诵出来,并随时注意发声的正确与否,而且要带有一定的感情。

第三,是这个训练的最后一步,用饱满的情感,准确的语言、语调进行背诵。