



说话 · 沟通 · 演讲 · 辩论

卓越素质成功技能

青年口才

训练教程

贝思德教育机构 编著

Eloquence

口才就是资本

反应敏捷、能说善辩乃青年口才之要诀。掌握方法，强化训练，是提高口才的捷径。本书教你练好口才的若干要领，使你职场得意，事业增辉。

西北大学出版社

178

H019
S171

卓越素质成功技能

青年口才

训练教程

贝思德教育机构 编著

史 晟 周 荣 主编

西北大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

青年口才训练教程/贝思德教育机构编著. - 西安:西北大学出版社,2002.9

ISBN 7-5604-1766-3

I. 青… II. 贝… III. 口才学-教材 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 068576 号

青年口才训练教程

贝思德教育机构 编著

出版发行: 西北大学出版社

地 址: 西北大学校内

电 话: (029)8302590

邮政编码: 710069

经 销: 全国新华书店

印 刷: 郑州文华印刷厂

开 本: 880×1230 毫米 1/32

字 数: 350 千字

印 张: 13

版 次: 2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5604-1766-3/H·109

定 价: 23.80 元

前言

《青年口才训练教程》是一本有关青年口才训练的工具书。它针对青年特点,紧密结合各项职业技能和古往今来各行各业的口才训练方法和技巧,帮助人们在工作和生活中不断进行自我进修、自我提高。同时,它还详细地阐述了年轻人应当怎样提高说话能力的问题,十分适合广大青年朋友阅读参考。

本书的最大特点是通俗性与专业性的统一,即文章所讲的内容是专业性的,但写作上并非篇篇都是教材式的体例,整部书具有极强的趣味性、知识性和可读性,文风清新、简练、洒脱,富于文采,绝非一般的文艺性散文。它既区别于传统意义上的教科书,又不同于文艺散文创作。

本书的内容,力求丰富多彩,涵盖面广。它详细地告诉你有关不同形式交流所必须具备的口才基本功、口才表达基本原则,包括常用口头术语,常用专业词汇活用,包括面对不同对象所必须采取的针对性的方法,其中大量的结合实际工作生活的谈话和演讲实例,将会告诉读者如何循序渐进地提高自己的工作口才表达能力,如何避免社交活动中口才表达的

误区和过失,如何结合自己的语言等基本的口语技能,使口头表达得体而适中,生动而严谨。

青年人富有激情,善于思辩;青年人活泼好动,乐于演讲……因此,在本书的写作过程中,作者既有针对性地慎重选材,保证本书的质量和特色,力求体现青年口才的特点,又采取了规范教程式的写作方法,可以让人们在轻松的学习过程中得到深刻的教益。

更为可贵的是,本书针对青年读者提供了一整套具有实用价值的知识和方法,它们都是些读者可以学到、用到的,可以重复使用的,而且是卓有成效的知识和方法。同时它还将教会读者一种开拓创新的思维方法和勇于实践的精神。本书强调指出,口才作为人的一种才能,它和其它技术一样,也需要在后天实践中经过长期锻炼而得到提高。

本书明白地告诉广大青年朋友锻炼口才的独特思路和实用技巧,这便是成就雄辩口才的有效途径。愿普天之下的年轻读者都能走好这条捷径,做生活和事业上的成功者!

目 录

第一章

青年口才的一般特性

第一节 口语的基本特征	1
●语言的特点	3
●口语的主要特性	5
●语气的“神”	6
●语音的情绪特点	8
第二节 口语的魅力	9
●言而有礼的语言艺术	9
●莫使交际语言受污染	11
●语言具有感染力	13
第三节 口语使用的要领	14
●恰当说话的要领	14
●语言是把双刃剑	18
●提高语言驾驭能力的途径	21
●“学舌”的益处	24
第四节 口语沟通的韬略	25

训练教程

- 语言沟通的原则和技巧 25
- 影响沟通接受的因素 28

第二章

口语技能基本训练

31

第一节 培养良好的用声习惯 33

- 必须克服不良的用声习惯 33
- 保持音色甜美的要领 36
- 让声音富有激情 37
- 呼吸增强声音的活力 38
- 语音的纠错练习 39
- 抑扬顿挫可强调话语 42

第二节 矫正口吃的途径 44

- 口吃的矫正技术 44
- 唇舌要灵活有力 47
- 声音的走向和字音的冲击点 50

第三节 正确的发声练习 51

- 声母绕口令 51
- 韵母绕口令 57
- 声调绕口令 63

第三章

评估青年说话能力

67

第一节 评估说话能力的内容 69

- 评估说话能力 69
- 造就语言的音乐美 71

●常用的辞格种类	72
●词语的运用	77
●学会使用突出闪光的词	79
第二节 评估说话能力的方式	81
●说话素材和题材的运用	81
●复述的种类	82
●复述的要求和练习步骤	85
●描述的种类	86
●描述的要求和训练方法	88
●评述的种类	90
●评述的要求及训练方法	92
●解说的种类	93
●解说的方法和要求	95
●抒情的种类	97
●抒情修辞方法和要求	100

第四章

青年口才的五种技巧

103

第一节 幽默的言语技巧	105
●幽默的语言艺术	105
●涉足幽默的技巧	109
●幽默谈吐三法	116
●周恩来应对筵席间	119
第二节 赞美的言语技巧	121
●赞同别人的艺术	121
●赞美别人的妙方	122

训练教程

● 赞美要恰如其分	124
第三节 批评的言语技巧	126
● 批评开始于赞扬	126
● 批评别人要讲究策略	129
● 批评之前须知	130
● 批评不要翻老账	131
● 批评要委婉含蓄	133
第四节 说服的言语技巧	134
● 劝导的作用	134
● 做好说服工作的方法	135
● 说服的三大方法	138
● 以迂为直的说服策略	139
● 宽慰的科学方法	140
● 说服让人心服口服	142
● 冗长的说服令人反感	145
第五节 拒绝的言语技巧	146
● 拒绝他人有高招	146
● 拒绝应当机立断	148

第五篇

交谈口才规范练习

151

第一节 成功交谈的常识	153
● 谈话艺术的立足点	153
● 交谈的种类和特点	156
● 交谈的原则	159
● 会谈的纲要	160

●谈话线索须抓牢	163
第二节 交谈话题的选择	165
●灵活运用话题的意识	165
●找好初次约会的话题	166
●发掘交谈的内容	168
第三节 异性交谈的注意事项	169
●异性交谈的独特心理	169
●异性交谈的态度	170
●同女士交谈十法	172
●让对方心门洞开的方法	174
●影响别人的技巧	178
第四节 直接交谈的一般技巧	179
●交谈的技巧(之一)	179
●交谈的技巧(之二)	183
●初次交谈的技巧(之一)	187
●初次交谈的技巧(之二)	190
第五节 直接交谈的具体技巧	194
●不宜使用的词语	194
●恰当地介绍自己	196
●表情举止宜得体	197
●数据需要活用	199
第六节 电话交谈的口语技巧	200
●提高电话使用效率的方法	200
●好声好气好交谈	202

第六章

辩论口才实战策略

209

第一节 有关辩论的要点	211
●辩论的本质和种类	211
●辩论的特点和要求	213
●有关论辩的哲学	218
第二节 辩论取胜的捷径	219
●提高话术的五条捷径	219
●反驳的取胜之道	224
●机会可以制造成功	226
●以请教的方式提出建议	227
●抓住焦点问题来辩论	229
第三节 灵活多变的辩论技巧	230
●辩论的技巧	230
●以物拟人	237
●以实相告	238
●巧妙设喻	239
●以问为驳	240
●以眼还眼	241
●以守为攻	243
第四节 应对诡辩的方法	244
●诡辩的技巧	244
●对付诡辩的办法	245

第七章

演讲口才制胜方法

249

第一节 演讲的基础知识	251
●演讲的特点和种类	251
●演讲的基本要求	256
●演讲的艺术	258
第二节 演讲语言的特点	261
●演讲语言的风格美	261
●使演讲语言口语化	266
●演讲中重音的确定与处理	271
第三节 演讲前的准备工作	273
●演讲的准备	273
●有关演讲的命题	279
●演讲稿的概念、范围和分类	281
●演讲稿具有的特殊性	283
●演讲稿提纲的写作标准	286
●为演讲设计一个精彩的段落	287
●演讲中强调的三种方法	292
●初次演讲的心理调节	295
●培养演讲才能的方法	298
第四节 吸引听众的技巧	300
●演讲的技巧	300
●增强演说效果的方法	305
●妙语巧开场	308
●演讲的入题、破题与点题	310

训练教程

● 演讲中的空白技巧	315
● 设置空白需处理的关系	319
● 微笑可以赢得听众	320
● 妥善对待听众的反应	321
● 吸引听众的窍门(上)	325
● 吸引听众的窍门(下)	330
第五节 即兴讲话的特点和要求	332
● 即兴讲话的特点	332
● 即兴讲话的素质要求	334
● 即兴讲话的技巧(上)	336
● 即兴讲话的技巧(下)	340
第六节 商务演说的实际方法	343
● 商务演说的质量标准	343
● 商务演说务求真诚	345
● 商务演说的控制方法	349
● 充分准备商务演说素材	354

第八章

工作口才成功谋略

361

第一节 工作口才的一般技巧	363
● 健谈的基本技能	363
● 把对方的名字记住	366
● 发现有益的问题	368
● 听懂弦外之音	371
● 听话的才能和修养	375
● 获得好感从聆听开始	378

●巧妙地调动别人的情绪	379
第二节 改变不良的语言习惯	380
●语言陷阱处处有	380
●节制是良好的语言习惯	382
●谈话也要民主	383
●如何改掉讲粗话的习惯	385
第三节 面试成功的口语要点	386
●成功面试的要领	386
●介绍及自我介绍	387
●避免不恰当的表现	389
第四节 和睦共事的说话艺术	391
●同事间批评的要点	391
●要真诚地赞赏下属	393
●书面汇报	394
●口头汇报	395
第五节 提高说话能力的技巧	396
●说和问都不要太多	396
●顺手牵羊的试探手段	399
●巧妙暗示的力量	400

第一章

青年口才的一般特性

青年人富有激情,善于思辨;青年人活泼好动,乐于演讲……青年人可以口吐莲花,出口成章;青年人可以口若悬河,滔滔不绝。青年口才的特点鲜明,内容丰富。它既具备所有口才的一般特性,又具备其独有的特色。

第一节 口语的基本特征

● 语言的特点

音高、音强、言长、音质是语音的四个主要特点。这四点要素的好坏将直接影响到一个人的语音面貌,同时也是评价语音的主要标准,下面就其特点一一予以说明。

一、音高

音高取决于物体的振动频率。频率变化作用于人耳,使我们感觉到声音的高低。人耳感觉的频率范围是有限的,大约在16~20 000 赫兹之间。发音时,声音的高低与发音体声带的长短、厚薄有关。妇女和儿童的声带短而薄,声音显得高些;男子声带厚而长,声音显得低沉浑厚。人们的声带形态并不完全一致,能发出的声音高度也不同,因此,不同的人发音时有不同音高。而同一个人,由于发音的需要,也可以通过肌肉力量改变声带状态,形成错落有致的声音高低变化。在语音中,音高变化主要体现在声带振动的元音或辅音上。一些辅音发音时声带并不振动,虽然这些音也具有音高特征,但其构成主要是噪音成分,因此,音高变化不如声带振动的乐音明显。

二、音强

音强是指声音的强弱,即我们平时所讲的声音大小。音强取决于振动体的振动幅度。振动幅度越大,声音越强。语音的强弱主要与声带的振动幅度有关。声带的振幅又与其承受的气流强度相共连。语音中非声带振动产生的声音,其强度也与气流强度相关。可以说,在语音中,声音强度的变化,主要依靠气