

通过科学的学习锻炼 你也会成为口才大师

☆☆☆



Z E N Y A N G



怎样 提升说话能力

宏森/编著

T I S H E N G S H U O H U A N E N G L I

中国民族摄影艺术出版社

通过科学的学习锻炼 你也会成为口才大师

☆☆☆



Z E N Y A N G

怎样

宏森/编著

提升说话能力

T I S H E N G S H U O H U A N E N G L I

中国民族摄影艺术出版社

图书在版编目(CIP)数据

跟我学口才/宏森编著.—北京:中国民族摄影艺术出版社,2005.3

ISBN 7-80069-657-X

I.跟… II.宏… III.口才学 IV.H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 012330 号

跟我学口才

怎样提升说话能力

宏森 编著

中国民族摄影艺术出版社出版发行

(北京市东城区和平里北街 14 号 邮编:100013)

全国新华书店经销

北京市洛平印刷厂印刷

880×1230 毫米 1/64 印张:4.75 字数:130 千字

2005 年 4 月第 1 版 2005 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 7-80069-657-X/Z·63

(全八册)定价:80.00 元

前言

每个人都会说话,但每个人说话的效果却千差万别。为什么会这样呢?原因在于说话的方法,说话的能力,说话的内容差异,也就是我们所说的口才水平的高低。

一个人如果善于言辞,口才好,就可能把自己的工作生活安排得有趣高效而且非常愉快,不仅使自己快乐,也使他人快乐。具有超一流的口才,是一个人能否取得成功的关键因素之一。在商界、政界以及个人生活中,如果拥有迅速说服他人的好口才,就会赢得令他人羡慕的机会:受到上司的赏识,同事的尊敬,下属的爱戴,还有客户的信赖。

通常情况下,我们当中的许多人,都不能称得上是会说话、口才佳的人,但同时也不能归为对说话一窍不通的人之列。逢人就像哑巴



一样不会说话的人，毕竟是极少数，大多数人都多多少少懂得一些说话的技巧与方法，只不过缺少用科学系统的训练方法去进一步提高自己的口才水平而已。

其实，对于每一个人，只要你会说话，你就有可能拥有一副好口才。我们当中的许多人只是因为平时没有注意培养和锻炼自己的说话能力，以致于现在的口才水平不高。不过，不用担心，只要你肯努力，通过科学的学习和锻炼，你一样可以成为口才大师。

对于一个不会说话、口才不佳的人，首先应该知道随时随地找机会说话，加强口才训练。练习的机会多，改进的机会也会多，这样坚持下去，你就会发现你的口才水平在迅速提高。

那么如何才能做到这一切呢？请你先不要着急。先认真看完这本《怎样提升说话能力》，再按照书中叙述的方法去做有针对性的练习，不久你就会发现，你也拥有了一副能说会道的好口才，而不再是仅仅站在一旁欣赏羡慕别人的口才了。



目 录

前 言

口才的重要性

1. 口才是一门学问 ... 1
2. 为“能说会道”正名 ... 3
3. 消除恐惧与人际关系 ... 5
4. 分析你讲话的能力 ... 7
5. 充实你自己 ... 9
6. 见什么人说什么话 ... 12
7. 口才与场合、时机、心境 ... 15
8. 明确表达的起码要求 ... 17



令人赞赏的口才

1. 做一个成功的谈话者 ... 22
2. 商业上谈话的心理学 ... 23
3. 应付挑剔和责难 ... 26
4. 静听比说话还重要 ... 29
5. 辩论决不能取胜 ... 31
6. 承认——当你错了的时候 ... 35
7. 使对方多说“是” ... 39
8. 用友善和赞赏的方法 ... 44
9. 让别人多谈他自己 ... 47
10. 不要指责别人的错处 ... 50

口才与人际交往

1. 口才在交际场所起的作用 ... 55
2. 交往中说话的对象 ... 59
3. 交往中说话的方式 ... 61
4. 说话的策略 ... 65
5. 口才在请客中的运用 ... 68



展现口才的场合

- 1.个性的发挥 ... 73
- 2.适当地运用幽默 ... 76
- 3.训练说话的方法 ... 77
- 4.说话的策略 ... 78
- 5.沉默是金——以听者为主体 ... 81
- 6.语句——语言的基石 ... 86

口才和待人的艺术

- 1.运用你的机智和幽默 ... 88
- 2.适当地吹牛 ... 91
- 3.拒绝的艺术 ... 96
- 4.议论须知 ... 99
- 5.和上司谈话 ... 103

口才和处世的艺术

- 1.说话多留神 ... 107
- 2.逢人只说三分话 ... 110
- 3.说话的方式 ... 112



4. 说话的条件 ... 114
5. 说话要投其所好 ... 117
6. 说话的对象与时间 ... 119
7. 说话留心对方的忌讳 ... 121
8. 说话的技巧 ... 122
9. 恰当地恭维 ... 125
10. 吹牛拍马不是正道 ... 127
11. 不要以言语伤人 ... 130
12. 诙谐也要有本领 ... 133

说话的方法方式

1. 怎样抓住听众 ... 138
2. 热诚可赢得胜利 ... 140
3. 当你处在难题前和窘境中 ... 143
4. 口才在于勤奋 ... 145
5. 无声语言的
 交际功能——姿势、表情 ... 148

说话的技巧

1. 打动人心的说话方法 ... 156

2. 良药未必苦口——准确、中肯 ... 159
3. 高超的应付才能 ... 161
4. 发问的要点 ... 164
5. 虚心是进步的阶梯 ... 168
6. 声音的关键 ... 169
7. 巧妙活用词语 ... 171

说话的讲究

1. 揭人隐私是不道德的 ... 176
2. 争辩伤感情 ... 178
3. 维护他人的自尊心 ... 181
4. 避免自吹自擂 ... 184
5. 口才来自生活的积累 ... 189

说话的毛病

1. 何以有口难言 ... 194
2. 言语要有文采 ... 202
3. 音调的调节 ... 207

说话与和解

1. 说话要摸清人的心态 ... 209



2.说服的要领 ... 214

3.说服的技巧 ... 220

说话的风格

1.执拗并不明智 ... 229

2.妙用比喻使人一听了然 ... 233

3.说话要引人入胜 ... 237

4.体态就是信息 ... 240

5.如何借助手势 ... 245

口才的训练

1.最基本的训练法 ... 249

2.时刻保持乐观 ... 253

3.克服自卑的心理 ... 255

4.随机应变,妙趣横生 ... 258

说话的学问

1.知识来自于积累 ... 266

2.会说还要会听,才能沟通 ... 268

3.面部表情是关键 ... 271



- 4. 怎样使言辞通畅 ... 274
- 5. 激发他人努力的方法 ... 277

同名人、上司、陌生人说话

- 1. 不卑不亢, 充满自信 ... 280
- 2. 适可而止, 恰到好处 ... 282
- 3. 投其所好, 旁敲侧击 ... 284



口才的重要性

1. 口才是一门学问

一个人若不具备良好的口才,一旦走上社会,走上了独立生活的道路,就很难在事业上、爱情上、社交上取得自己满意的效果。好像鸟儿没有羽翼,不能飞上天空似的痛苦,没有很好地发挥本身应有的技能,这就失去了鸟儿生活在空中的基本作用。

每天,我们每一个人,都会遇到这样那样的一些场合,需要我们说上几句适当的话。这几句所谓适当的话,能够帮我们很大的忙,解决我们生活中很多大大小小的问题。因此,我们如果能够就地运用我们很适用的口才、技



巧,这对于我们的生活、工作、事业、爱情都有很大的益处,甚至会出现令人意外的结果,令你自己兴奋万分。

一个会说话的人,总可以完整流利地表达出自己的思想、意图,也能够把道理说得很清楚、很完整、很动听。使别人很乐意地来接受,有时候还可以立刻从问答中,测定得知对方的意图,而且能从对方的谈话中得到启发,增加对双方的了解,从而使双方能够很好地建立起良好的友谊。

我们常常可以看到不会说话的人所遭遇到的困难:说话不连贯、断断续续,站着或坐着都不自在,自己总感到非常别扭,甚至会出现面红耳赤的现象。他们的说话,当然就不能完整、清楚地表达自己的意图,往往使对方又不能信服地接受。由于你不会说话,口才能力差,说起话来有时吞吞吐吐,这样造成的一种交流上的困难,会给你自己的事业、爱情、生活、交际带来或造成不少阻碍,抑制你自己的发展前途。

遇到有事情和别人接头,或有事情需要跟

别人合作的时候，说话流利的人，总可以很愉快地使很多事情顺利成功；而不会说话的人，却是不容易使人信服。口才流利的人，总是会使人清清楚楚地明白自己的意图；而不会说话的人，经常使人发生误解。

2. 为“能说会道”正名

在现在的社会生活中，人们的关系越来越复杂，人与人之间及人类与社会是非常密切的，因此，社交来往也是不可能缺少的，尤其是我们中国，更是不可能缺少的，不然的话就会寸步难行，一事无成。所以人们互相合作的机会越来越多，离群独处是不能生活的，我们的言语表达能力，也因此越来越使人觉得重要，而且不可缺少的了。

人类生活到现在，口才已经成为并决定一个人生活及事业优劣成败最重要的因素。由一个人每天所说的话，可以判定他每天的遭遇；一个人每天的祸福悲欢，往往是由他本人的言语来决定。因为口才技巧的失败，而造



跟
成
功
学
口
才

成一生事业上的失败的人是很多的。我们和人们所接触的时候所说的话，是很容易被他人估定其价值的。口才好，说话完整流利，会使人产生好感，讨人喜欢。有了才干，即使没有口才，虽也可以达到成功的目的，但是，有了才干而且又有口才的人，他的成功希望更多，更大。

你的才干可以从言语谈吐之间充分地表露出来，能够使别人更深一层地了解你，并且由此而产生对你的信任，这样别人或上级领导才敢付重托任给你。尤其是一个有学问而没有口才的人和人接触交际时，就显得有点儿难于应付，感到拘谨，同时在无形中就会损失自己富有学问的形象，使之失去某些收获。

在繁忙的人事接触中，好像被威胁似的，觉得别人的说话太圆滑多变，太富于煽动性，自己反觉得木纳结舌了。

一个滔滔不绝的说话者，他的每一句话均能打动人们的心弦，具有一种不可思议的力量，可以影响到周围空气的松弛与紧张，这么具有口才能力的人，是使你自己及他人十分羨

慕的。

3. 消除恐惧与人际关系

口才,千真万确是人类生活中最难能可贵的技术;在外交上更是一门艺术,而且其技巧更显得高超了。

在生活中,在一百个人中,能有几个人是长于口才的呢?少数人的口才出于天才;多数人的口才,源于社会交往中的训练。

说话流利的人,到处受人欢迎,讨人喜爱,能够使许多不相识的人成为他的朋友,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,消除人与人之间的疑虑,更能医治人们的愁苦、心烦、忧闷和悲观厌世的心理,使别人生活得更聪明,更美好,更快乐。

我们又知道说话流利的人,能把生活弄得很快乐,他们业余的时间和朋友或家人可以快快乐乐乐过一个晚上,使大家比上音乐厅喝咖啡还能得到更多的乐趣。有许多人自己觉得说话不流利,感到生活上很不方便。他们虽然在大