



司法行政系统政法干警招录
培养体制改革试点专业教材

口才训练

全国高职高专教育法律类专业教学指导委员会 审定

主 编 ◎ 何 欣

司法行政系统政法干警招录
培养体制改革试点专业教材

口才训练

全国高职高专教育法律类专业教学指导委员会 审定

主 编 ◎ 何 欣

副主编 ◎ 曹向红 王秉英 俞国女

撰稿人 ◎ (按学习项目先后为序)

何 欣 颜永平 王秉英

曹向红 程永艳 张丽华

谢东鹰 俞国女

◆ 中国政法大学出版社

2010·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

口才训练 / 何欣主编. —北京: 中国政法大学出版社, 2010. 9

ISBN 978-7-5620-3732-3

I. 口... II. 何... III. 司法-口才学 IV. D90-5

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第171086号

书 名 口才训练 KOUCAI XUNLIAN
出版发行 中国政法大学出版社
经 销 全国各地新华书店
承 印 固安华明印刷厂

787 × 960mm 16开本 17印张 320千字

2010年9月第1版 2010年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5620-3732-3/D·3692

印 数: 0 001-3 000 定 价: 26.00元

社 址 北京市海淀区西土城路25号
电 话 (010) 58908435 (教材编辑部) 58908325 (发行部) 58908334 (邮购部)
通信地址 北京100088信箱8034分箱 邮政编码 100088
电子信箱 fada.jc@sohu.com (教材编辑部)
网 址 <http://www.cuplpress.com> (网络实名: 中国政法大学出版社)

声 明

1. 版权所有, 侵权必究。
2. 如有缺页、倒装问题, 由本社发行部负责退换。

出版说明



为培养政治业务素质高，实战能力强的应用型、复合型政法人才，根据中央司法体制改革总体部署，中央政法委员会等 11 部委办于 2008 年 6 月联合印发了《2008 年政法院校招录培养体制改革试点工作实施方案》，开启了政法干警招录培养体制改革试点工作。2009 年 7 月，中央政法委员会等 15 部委办又联合印发了《2009 年政法干警招录培养体制改革试点工作实施方案》，司法行政系统 20 所院校承担了培养任务，相应开设了监狱管理、劳教管理、法律事务和司法警务等专科专业和监狱学、教育学（矫正教育方向）、法学（司法行政方向）等本科专业，主要为中西部地区和其他经济欠发达地区县（市）级司法行政机关定向培养监狱劳教和基层司法行政机关应用型人才。

为规范司法行政系统院校的试点培养工作，促进试点专业教学改革，保证人才培养质量，司法部和全国高职高专教育法律类专业教学指导委员会组织有关专家制订并颁布了司法行政系统政法干警招录培养体制改革试点各专业指导性培养方案，同时组织司法行政系统有关院校专业教师和相关行业专家共同编写了试点专业系列教材。该系列教材按照应用型、实战型人才培养的改革要求，根据基层司法行政工作岗位能力需要和职业特点，着力培养基层司法行政业务工作人员综合素质，以政法职业精神、基本技能和创新任职能力教育培养为核心，紧密结合司法行政系统业务工作岗位的实际，充分吸收基层政法机关工作实践的新经验和政法职业教育教学改革的新成果，力求达到内容实、体例新、水平高的编写要求。

该系列教材的编写得到了相关院校及司法行政系统基层单位的大力支持，全国高职高专教育法律类专业教学指导委员会秘书处、教材编写组成员及有关教育专家为教材的组织编写做了大量的工作。每一本教材的出版都凝聚了参编专家及出版社编辑人员的辛勤劳动和付出。在此，表示衷心的感谢！



这套试点专业教材在编写过程中，由于时间紧、任务重，尚存在不少有待改进之处，希望各院校在使用过程中及时反馈意见和建议，以便进一步修改和完善。

全国高职高专教育法律类
专业教学指导委员会
2010年6月18日

编写说明



《口才训练》是全国政法干警招录培养体制改革试点专业的统编教材。作为政法类高职院校各专业公共基础平台的主干核心课程，本教材以培养学生口语表达能力及沟通能力为主线，围绕“敢开口、善表达、会沟通、能思辨”递进式课程训练目标，采用“项目化”的方式编排教材内容，并以主题情景训练项目为载体，设计教材的训练目标、训练任务，注重理论与训练相结合，引导学生课堂演练、实践磨练以及平时修炼，使得学生通过训练达到敢说、能说、会说、巧说，从而具备一定的口语表达能力和人际沟通能力。

本教材分为两大部分，共6个学习单元。第一部分为通识口才基本训练内容，以训练学习者的口才基本功为目标，按照口才知识学习及口才形成渐进规律要求，依次选取绪论、口才基本素养、口才运用基本技巧、专题口才训练四个学习单元，共设置了13个学习训练项目；第二部分为职业口才内容，以培养学习者的职业口语表达能力为目标，分别依据法律事务工作者和监狱劳教人民警察等职业岗位（群）各典型工作任务的口语要求，设计了法律口才训练和警务口才训练两个学习单元，共设置了8个学习训练项目。每个项目的编写均体现教、学、练、评相结合的原则，设计了训练目标、训练内容、知识储备、训练任务、评价与考核和拓展学习六个内容。训练目标是学前驱动，知识储备是该项目学习必要的基本知识，训练内容是该项目学习的主题，评价与考核则提供检测学习训练效果的方法及参考标准，拓展学习主要是提供学习者课外自主学习、训练的拓展延伸资料。

本教材适用于全国政法干警招录培养体制改革试点监狱管理和法律事务专业教学，也适用于本科院校、高职高专其他专业演讲与口才类课程教学，同时还可供相关在职培训项目作为参考资料使用。本教材由长期以来从事口才课程教学的教师以及演讲学专家共同编写，各学习项目撰稿人分别是（按学习项目顺序）：



- 何欣（浙江警官职业学院） 绪论、学习项目一至三、五至六、十九
颜永平（北京演讲家文化传播中心） 学习项目四、七
王秉英（山西警官职业学院） 学习项目八、十、十八
曹向红（江西司法警官职业学院） 学习项目九、十三
程永艳（浙江科技学院） 学习项目十一至十二
张丽华（宁夏司法警官职业学院） 学习项目十四至十五
谢东鹰（浙江警官职业学院） 学习项目十六至十七
俞国女（浙江警官职业学院） 学习项目二十至二十一

本教材由何欣担任主编，曹向红、王秉英、俞国女担任副主编，全书由主编拟订编写大纲及编写体例，集体讨论，分头撰稿，最后由主编统一修改定稿。

本教材参考、借鉴了口才研究领域诸多前辈、同仁、后生的有关教材、著作、网络信息资源，在学习项目的拓展学习部分做了推荐阅读，可能还有许多遗漏，在此谨向原作者表示衷心的感谢！编写过程中，得到了全国高职高专教育法律类专业教学指导委员会秘书处、中国政法大学出版社有关领导、专家和老师的的大力支持与帮助，在此一并致谢。

由于编写时间紧、体例新，加之作者之间又属首次合作，书中难免有不当之处，敬请读者批评指正。

编写组

2010年6月29日

序



口才是说话过程中所体现出来的个人才能，是一个人的心理素质、知识储备、文化底蕴、智慧才华、社会阅历、思想品德、理论修养、性格气质、兴趣爱好等综合素质的具体体现和展示。

一言而知其贤愚。在当今社会，口才的作用和地位越来越高，有人甚至称口才为天下第一才。为什么这么说呢？因为口才是一门工具，是一门学问，更是一门艺术。首先，口才是人与人之间交流、沟通最直接、最简洁、最有效、最实用的方式；其次，古今中外研究口才的学者如云，有关专著、文章不在少数，许多大学都开设了演讲这门课程。同时，好口才是门艺术，它具有很强的审美价值，表达要想出彩、出众，不仅要重视表达的内容，还得注重“情真”、“声美”、“形美”，“美是艺术的生命”。

知识是学出来的，德行是修炼出来的，口才是训练出来的。我本来是一个很不善言谈的人。生长在文学之家，爱读书，爱写诗，但不爱说话。遇到陌生人，十分腼腆。记得18岁进入大学学习时，在小组会上都不敢发言。后来，即便由于工作需要要在人群前讲话也显得很紧张。在大学学习期间，我当选了学生会主席，为了发表就职演说，这让我一直紧张了几天，甚至希望当我上台演讲时突然停电，摸着黑去演讲就可以避免同学们看到我的窘态。经过几天精心的准备和演练，我上台发表就职演说，讲到一半时，我突然发现自己讲得还不错，很有条理，很受欢迎。我感觉自己还有一点潜在的口语表达能力。后来经过多年的锻炼才在演讲上取得了一些成绩。有人说，李燕杰是天生的演讲家，一下子就轰动了全国。我说，第一，我不是天生的演讲家；第二，不是一下子轰动全国。我是在实践过程中逐渐学会了演讲，并且在实践中坚持学习，不断提高口才水平的。由于时代的需要，才在社会中产生了较大的影响。所以，如果你现在表达欠好，不善于说话，请不要灰心，只要勤学苦练，科学训练，终生修炼，就可以讲好话、会说话的！我就是从不会讲到会讲的例证。

现在书摊上有关演讲与口才的书籍非常多，但实用、能用、好用的并不是很多。我仔细研究了这种现象，发现过去一些演讲与口才的书很多是一些写作老师写的，他们虽有写好演讲与口才书的良好愿望，但他们不演讲或演讲少，缺乏演讲的实践。他们常年教语文、教作文，自然而然就提到了主题、



题材、情节、结构、语言、表达。书面表达与口头表达的确有相通、相近之处，但有一条根本上的差异：一个是让文字躺在纸上，让人来读；一个是躺在纸上的文字站起来，走向听众。让人家读的文字，如能做到文从字顺、准确、鲜明、生动，也就算不错了；走向听众的文字，想悦耳动听，为人接受，说话者必须再创造、再加工，使之有声、有色、有形，就像把黑白片变成彩色片，再变为宽银幕立体声的3D影片。要想有这样的语言表达效果，如果没有好的口才教材，没有切合实际的有指导性和针对性的口才训练，是很难做到的。

可喜的是，由中国演讲与口才协会副秘书长、有着二十年演讲与口才教学经验的浙江警官职业学院何欣副教授主编的《口才训练》，为广大学演讲、练口才者献上了一部难得的好教材。该书以训练人们“敢开口、善表达、会沟通、能思辨”为宗旨，以实战训练和实际运用为主体，以提高受训练者敢说、能说、会说、巧说的能力为目标，培养人们口语表达能力和人际沟通能力。

《口才训练》一书一改过去“理论+案例+评述”编写的老套路，融合了主编多年教学实践的心得、精华，创造性地构架了训练目标、训练内容、知识储备、训练任务、评价与考核和课外拓展六个步骤，为国内的口才学实践教学拓宽了思路，提供了全新的训练方法和培训标准，这是十分难能可贵的。可以说，由何欣同仁主编的《口才训练》是当今口才学研究与应用训练集大成的好教材。

江山代有人才出，各领风骚数百年。我今年整80岁了，从事演讲与口才的实践和研究已有六十多年了，能在有生之年看到中国演讲与口才事业的蓬勃发展，看到演讲与口才教学研究成果的不断涌现，看到有口才、能演讲、会沟通的人才辈出，我感到非常的欣慰。我期望《口才训练》一书能为渴望提高自己表达能力的人们，起到良好的帮助与促进作用，我更期待神州大地涌现出越来越多的“口能言之，身能行之”的栋梁之才！

时代需要人才，人才需要口才，有口才肯定会成才！

首都师范大学教授，著名演讲家
2010年6月12日

目录 CONTENTS

第一部分 通讯口才

学习单元一 绪 论 ▶ 3

- 一、口才概述 /3
- 二、科学训练口才 /6

学习单元二 口才基本素养 ▶ 13

训练项目一 思维素养训练 /13

- 一、口才与思维 /13
- 二、思维能力 /14

训练项目二 心理素质训练 /21

- 一、心理素质与表达 /22
- 二、克服怯场的方法 /22
- 三、克服自卑的方法 /24

学习单元三 口才运用基本技巧 ▶ 30

训练项目三 倾听技巧训练 /30

- 一、倾听能力 /31
- 二、倾听技巧 /31
- 三、倾听能力的培养 /32



训练项目四 语音技巧训练 /43

- 一、语音及特点 /43
- 二、规范语音的意义 /43

训练项目五 表达技巧训练 /55

- 一、叙述技巧 /55
- 二、说明技巧 /56
- 三、说服技巧 /57

训练项目六 修辞技巧训练 /65

- 一、比喻和夸张 /66
- 二、排比和对偶 /67
- 三、设问和反问 /68
- 四、双关与对比 /68

训练项目七 态势技巧训练 /76

- 一、态势语言的含义 /76
- 二、态势语言的作用 /77
- 三、态势语言的类型 /77

学习单元四 专题口才训练 ▶ 90

训练项目八 社交口才训练 /90

- 一、社交口才 /90
- 二、社交口才的基本原则 /90
- 三、社交口才的基本要求 /91
- 四、社交口才的主要形式 /91

训练项目九 沟通口才训练 /102

- 一、沟通及其要素 /102

- 二、沟通的基本步骤 /103
- 三、良好沟通的主要技巧 /103
- 训练项目十 求职口才训练 /114
- 训练项目十一 演讲口才训练 /124
 - 一、演讲的特点及类型 /125
 - 二、演讲的能力构成 /125
- 训练项目十二 辩论口才训练 /134
 - 一、辩论及其类型 /135
 - 二、辩论能力构成 /135
- 训练项目十三 口才综合训练 /145
 - 一、即兴讲话技巧 /145
 - 二、即兴演讲技巧 /146
 - 三、即兴辩论技巧 /147

第二部分 职业口才

学习单元五 法律口才训练 ▶ 159

- 训练项目十四 法律宣读口才训练 /159
 - 一、法律宣读口才的类型 /159
 - 二、法律宣读口才的特征 /159
 - 三、法律宣读口才的要求 /160
- 训练项目十五 法律咨询口才 /168
 - 一、法律咨询口才的类型 /168
 - 二、法律咨询口才的特征 /169
 - 三、法律咨询口才的要求 /169



训练项目十六 人民调解口才训练 /176

- 一、人民调解口才 /176
- 二、人民调解口才的特征 /177
- 三、人民调解口才运用的原则 /177

训练项目十七 法庭论辩口才训练 /187

- 一、法庭论辩口才的类型 /188
- 二、法庭论辩语言的特征 /188
- 三、法庭论辩的语言技巧 /189

学习单元六 警务口才训练 ▶ 198

训练项目十八 警务报告口才训练 /198

训练项目十九 警务谈话口才训练 /210

- 一、谈话口才的特征、类型 /211
- 二、谈话口才的要求 /211
- 三、谈话教育中的技巧表现 /212

训练项目二十 警务讲评口才训练 /230

- 一、讲评口才特征、类型 /231
- 二、讲评口才的要求 /231

训练项目二十一 警务教学口才训练 /242

- 一、警务教学口才的含义、特征 /242
- 二、警务教学口才的要求 /243

通识口才

第一部分

学习单元一 绪论

美国口才教育专家戴尔·卡耐基曾经说过：“一个人的成功15%是靠他的专业技能，而85%取决于沟通能力——发表自己意见的能力和激发他人热忱的能力。”如今，我们处于市场经济和知识经济激烈竞争的时代，科学技术的繁荣发达，传播手段的日益现代化，通讯工具、因特网的普及以及传声技术的迅速发展，使我们的舌头延长了，地球的半径却缩短了。过去靠文字传递的信息，今天都能用声音来代替。如今凡是人能到达的地方，都能做到直接对话。这就要求我们必须具备现代人的基本素质和能力，能在各种场合清楚、准确、简洁、具体、生动、形象地用口头语言表达出自己的思想和感情。只有善于表达的人，才能使人乐于倾听和接受，并能在现实生活或工作中解决许多实际问题。那些前言不搭后语、费很长时间却说不清、道不明的表达，无疑是在浪费别人的宝贵时间，影响自己的工作效率。因此，口语表达能力的提高是时代和社会发展的要求。

一、口才概述

我们人人都需要说话，人人都在说话，但未必人人都说得好，我们天天都在说话，但未必每句都说得那么得体。常言道“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒”。说话是门艺术。好口才，很多时候并不是夸夸其谈，不是口若悬河，好口才重在表达的效果。

那么，什么是口才呢？

（一）口才的含义

口才是口语表达的能力，它是口语表达能力的极致。口才指在任何场合，在没有准备或者准备不充分的前提下，能面对听众，用准确、生动、形象的语言，把话说得得体、策略、巧妙，让人喜欢听、乐意听，这样的说话才能就是口才，也就是通常说的“会说话”。

美国前总统卡特竞选时，有位女记者找到了卡特的母亲。要求从母亲的角度来考证卡特的人品。以下是女记者和卡特母亲之间的对话。

女记者：“你儿子向选民说，他如果说谎话，大家就不要投他的票，你敢说卡特从来没有说过谎吗？”卡特母亲：“也许我儿子说过谎，但都是善意的。”女记者：“什么是善意的谎话？”卡特母亲：“你可记得几分钟前，当你跨进我家门槛时，我对你说你非常漂亮，我见到你很高兴。”

看了上面的对话，大家都会明白，这位女记者的提问是很不友好的。如果卡特母亲回答儿子从没说过谎，她可能就会把卡特孩时的一些陈事拿来放大，并可



能会挖根溯源炒作成有其母才有其子。因此，面对来者不善的提问，卡特母亲的应答敏捷快速，周密细致，可谓针锋相对，她变被动为主动，变劣势为有利，答得巧妙、策略。也许有人会说卡特母亲不礼貌、不友善、不厚道，但是面对对方的不友好并步步逼问，针锋相对地应答是击破险恶居心的方法之一，也是自多保护的手段。女记者最后显得非常尴尬，是咎由自取。

（二）口才的特点

口才是在人际交往和社会实践中表现和发挥出来的才能。人是这种言语活动的主体，而这种言语活动又产生了积极的效果，因此，口才的主要特点有：

1. 明确的目的性。在口语交际中，表达者说话的目的虽然多种多样，但概括起来可表现为以下六个方面：

（1）明了。即让听者听懂所传递的信息，或明白、理解他所不知晓、不了解的事情。

（2）说服。即让听者在弄清思想观点、立场看法的基础上接受并信服，同时能产生相应的行动。

（3）感动。即让听者随着讲说者的表达而产生情感、心境的变化，同悲同喜，同忧同乐，产生心灵相通、精神共鸣效应。

（4）拒绝。即让听者明白其观点、看法、要求不被接受。拒绝是一种逆向交流，尤其需要注意讲究方式与技巧。

（5）反驳。即指出对方观点、要求的不合理乃至荒谬。

（6）赞许。即认为对方观点正确而加以称赞、肯定。

2. 高度的灵活性。在口语交际时，情形往往较为复杂，表达者为实现特定的目的，在因人、因事、因物、因景而进行的讲说中，必须会灵活机智地选用特定的表达方式和技巧以切合言语内容，切合特定语境，切合自己的身份和交际对象的特点。只有具有高度適切性的表达，才能创造出效果良好的口才。

3. 交流的吸引力。古人曾说“语不惊人誓不休”，语言是思想的外壳，思想的家园。言随旨遣，语与心通。在交流的过程中，要注重表达的效果，文雅、优美、幽默、诙谐的语言，可以活跃气氛，营造和谐的氛围，协调人与人之间的关系。因此，谈吐文雅、机智幽默、诙谐风趣、透彻深刻的语言具有感染力、震撼力、说服力和号召力，所以，我们要追求语言的美感，培养自己语言的才能。

4. 表达的综合性。优秀的口才是一个人素质和能力的全面综合反映。素质主要包括思想境界、道德情操、知识学问和天赋秉性。能力则主要包括观察能力、思维能力、决断能力、记忆能力、表达能力、交际能力和应变能力。素质和能力综合成一种文化储备。这种储备在特定的语境中，通过想象和联想，发挥和创造，促使讲说者取得所需材料和方式，实现口语表达的目的。所以，从根本上