

SUZH
YUAN
KOUCAI

素质·语言·口才

杨海明 著

重庆教育学院素质教育丛书

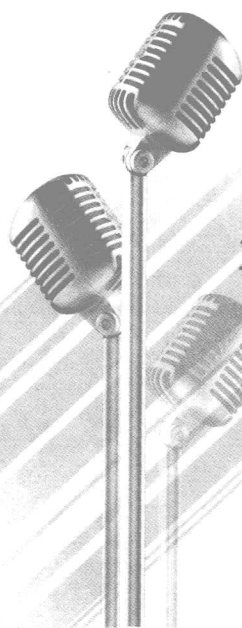
重庆出版社



重庆教育学院素质教育丛书

素质·语言·口才

杨海明 著



131985

重庆出版社

图书在版编目(CIP)数据

素质·语言·口才/杨海明著. —重庆:重庆出版社,
2002. 6

ISBN 7-5366-5790-0

I. 素… II. 杨… III. ①个人—素质②口才学

IV. ① B848 ② H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 026119 号

▲ 素质·语言·口才

杨海明 著

责任编辑 刘 嘉

封面设计 王 多

技术设计 刘黎东

重庆出版社出版、发行

重庆长江二路 205 号

新华书店经销

重庆华林印务有限公司印刷

开本 850 × 1168 1/32 印张 13.5

字数 340 千 插页 2

2002 年 6 月第 1 版

2002 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

印数 1 - 2100

ISBN 7-5366-5790-0/B·116

定价:20.00 元

《重庆教育学院素质教育丛书》
编委会名单

丛 书 主 编

李万福

丛书副主编

吴晓珍 袁 红 杨 涛

自序

目前在经济全球化、信息网络化和社会知识化的大潮中,一切皆流,这本小书只是想为在素质教育,培养创新精神、创业精神和具有国际竞争力的人才提供一点笔者自己对相关知识和技巧的思考。

本书的初衷是想把目前素质、语言、口才三个领域里的新的科研成果做一番梳理,在众说纷纭的基础上把三者综合起来,至少目前笔者还没有见到过这方面的综合研究,然后在此基础上自己做一个综合性研究。然而名家大家高山仰止,非个人所能超越。笔者从1997年起就搜集相关资料,然而相关资料浩如烟海,特别是网上相关资料多如牛毛,如果把每一条信息都仔仔细细地研究一遍困难是太大了。退而求其次,紧密结合当今的实际,特别是在深入改革开放走向世界大形势下,将素质、语言、口才三者结合起来,看作是一个有机的整体,从这个角度写一本综合性的书出来,也许能让大家接受。

等而下之,不求其虚而求其实,把自己研究、教学过程中的一些想法、见解、心得体会写出来,力求紧密联系实际,在当今学科专业的条块分割的情况下,融各方面的知识于一炉,争取有点新东西供大家参考。历时5年,终于成了今天这本小书。由于水平有限,时间仓促,错误在所难免,还请大方之家多多批评指正。

杨海明

2002年4月于重庆南山脚下

目 录

第一章 素质	1
第一节 素质的构成	1
一、素质分析	1
二、素质与人才	9
第二节 素质与发展	21
一、素质的硬件与软件	21
二、素质与成才	27
三、素质与其他	35
第三节 素质、性别与其他	42
一、两性差异	42
二、关于女性	49
第二章 语言	58
第一节 语言	58
一、语言与语言观	58
二、语言是工具	65
第二节 语言与人	72
一、语言与大脑	72
二、有效地交谈	78
第三节 语言运用与口才	90
一、语言表达与口才	90
二、语言的技巧与口才	96
第三章 口才新论	116

第一节 口才	116
一、口才新解	116
二、口才也是扬长避短	122
第二节 知识	128
一、知识与知识结构	128
二、知识与口才	140
第三节 心理	148
一、心理过程	148
二、心理与口才	157
三、心理与人格面具	162
第四节 性格与气质	171
一、性格	171
二、气质	176
第五节 思维	184
一、思维与思维方式	184
二、思维的多样化	190
第六节 技巧	203
一、一般原则	203
二、一般方法	210
三、一些常见技巧	217
第四章 演讲·辩论·谈判面面观	237
第一节 演讲	237
一、如何演讲	237
二、风格各异的演讲	244
三、即兴演讲	255
第二节 辩论	262
一、各种辩论	262
二、辩论要注意的问题	276

第三节 谈判	291
一、谈判口才	291
二、谈判的三个阶段	297
三、谈判的听与问	315
第五章 主持·教学·求职面面观	328
第一节 主持	328
一、主持人	328
二、节目主持语言	337
第二节 教学	346
一、教学的特点与要求	346
二、教学与教师	357
三、教学口才	366
第三节 求职	383
一、社会与人才	383
二、求职心态	393
三、自荐原则	408
四、成功范例	414
本书主要参考文献	423
后记	425

第一章 素 质

第一节 素质的构成

一、素质分析

(一)人的基本素质

1.素质的基本体现

“素质”是 20 世纪末最流行的词,很多学科或领域都能用素质了,如“素质教育”“素质培养”“素质训练”“素质测试”“素质考评”等等;“高素质”“创新素质”“创业素质”“国际竞争素质”“人才素质”“口才素质”等等。就一般情况而言素质大致包括以下八方面:

- 一是良好的心态:积极、乐观、旷达、向上。
- 二是明确的动机:想要得到和一定要得到的区别。
- 三是深刻的思考:运用立体、空间思维,具有丰富的想象力。
- 四是敏锐的判断:对事物作科学的、理性的分析。
- 五是火速的行动:不是在口头上,而见于行动中。
- 六是强烈的欲望:远大目标的设定。
- 七是丰富的知识:阅读大量的书籍,积累丰富的社会知识。
- 八是执着的追求:一旦认定,决不放弃。体现出钢铁般的毅力。

这些都与人的基本欲望、基本才能、基本潜能甚至性别有关。

培养或提高人的素质就要从最基本的地方做起。了解人的基本欲望,了解人的基本才能和基本潜能,在此基础上再通过素质测试了解自己的基本欲望倾向,基本才能和潜能发展倾向,然后从自己的实际出发扬长避短提高自己的素质和口才水平。

2. 人的基本欲望与价值观

美国俄亥俄大学的一项研究结果表明:人类所有的行为都是由 15 种基本欲望和价值观所控制的。

这也许是人类第一次将自己的行为列出一个清单,在此之前,从没有人将人类的行为分解为一系列内在欲望的组合。在弗洛伊德的眼里,人类一切行为的背后只有一个唯一的冲动——性。而一些心理学家则认为,性和好奇心、仇恨、荣誉感一样,是行为的驱动力,而这些驱动力都与人的最基本的 15 种欲望和价值观有关。这 15 种欲望是:

一是食物欲:对食物饱腹的占有欲望是人本能的需求。

二是好奇心:所有人对学习求知的渴望是不可抗拒的。

三是性欲:人类的一种与生俱来的本能,是最重要的动物性。

四是恐惧感:被社会排斥的恐惧感,这令人们被动自觉地遵守规矩。

五是荣誉感:也称道德感,以此满足个人心理,并构成一个完整的社会结构。

六是体育运动:人们对运动锻炼健身的渴望是天生的。

七是秩序欲:人人都希望在日常生活中占据一席之地。

八是独立性:对自作主张的渴望也是不可抗拒的。

九是复仇欲:人不会轻易忘记仇恨。

十是社会交往:渴望成为众人中的一分子并拥有众多的朋友。

十一是家庭:与家人共享天伦之乐的欲望与生俱来。

十二是社会声望:人对名誉和地位的渴望是十分强烈的。

十三是厌恶感:对疼痛和焦虑的厌恶,是人类的本能。

十四是公民权:对服务公共和社会公正的渴望。

十五是力量感:希望影响别人的渴望人人都有。

几乎人类想做的每一件重要的事情都可以分解为 15 种欲望中的一种或几种,这些欲望引导着人们的行为。除公民权、独立和被社会排斥的恐惧没有遗传学基础外其他大都具有其遗传学基础。

研究者指出,不同的人对这些基本欲望的要求是不同的。拿性来说,性几乎对每一个人都是愉悦的,但对每一个人的驱动力并非一致,有的人终其一生沉溺于其中,而有的人则在这方面投入甚少。其他欲望也如此,有的人追逐成功,有的人淡泊名利,有的人重视亲情和家庭,有的人则是工作狂。这些研究给我们观察个人素质的生理基础提供了一个极好的窗口。

(二)能力

1. 人的基本才能

许多人在幼儿时期就表现出某种才能,遗憾的是,没有得到父母的理解和重视,甚至被认为是怪异。不少天才往往就这样被埋没了。有 6 种才能会在幼儿时期崭露头角,如果得到鼓励和引导,发展这些能力就可能培养出杰出人物。这 6 种才能如下。

第一语言表达能力。具有语言天才的孩子通常学说话早,并且特别是喜欢谈话。这样的孩子还可能有一套表达方式,或者有意把话说得使人不易听懂。他喜欢模仿电影或电视上的台词,喜欢读书,还乐于讲故事。

第二音乐感知能力。有音乐天才的孩子喜欢乐调和有节奏的声音,比如打字机的按键声、洗衣机的洗衣声、水管里的流水声和汽车的喇叭声等,都会使他出神。当他听到钢琴演奏时,会表现出

好奇和喜悦的形态。以后,他能分辨出外面演奏的他熟悉的乐曲。这样的孩子能较快地学会新曲子。

第三数理逻辑能力。有这种才能的孩子自有特殊的兴趣和思维方式。在玩积木时,他总是会想:它们有什么异同?他喜欢玩不同的棋类活动,这里总会涉及到复杂的计算和判断。他还能迅速地理解和应用相等的概念,比如两天等于48小时。

第四空间想象能力。具有这种才能的孩子往往是超级想象者。他们往往把一些没有任何联系的事物、动物组合成一幅有趣的图画或是一个离奇的故事。

第五身体协调能力。如果一个孩子能无师自通地学会精彩的翻筋斗、游泳的花样乃至双手离把骑自行车等,就说明他有一定程度的协调天才,也就是通常所说的心灵手巧的孩子。这样的孩子有可能成为体育和影视明星。

第六人际交往能力。这种天才长期以来被人们忽视,现在逐渐认识到确实存在这种天才,而且还占有相当重要的地位。未来的管理者,不管是经理,还是政府首脑,都需要这种才能。具有这种天赋的孩子知道如何发挥最大的能力。另外,他观察细致,能注意到别人的变化,这有利于处理人际关系。

这六种能力中人的语言能力是最基本的能力,要提高人的口才水平就要发展语言能力并迁移到其他能力上去,因为语言能力是最重要的,其余的能力也要有语言能力作为基础。

2. 潜能及开发

一般人都有不少潜能,其中有9种潜能是人所共有的。这些潜能是:

第一创造潜能。创造性不只是可以画一幅画或者会使用一种工具。做一顿晚餐是创造,侍弄花园也是创造,考虑如何让足球队战胜对手也需要有创造性。要当个想入非非的人,每天至少浮想联翩10次。我们不妨做个试验,起床时继续做梦并把它作为日记

记录下来。通过游戏发挥我们的创造性。把用一根曲别针可以做出来的所有东西都记录下来,想法会不会超过 16 种? 如果有则说明每人都像爱迪生一样有创造性。创造性对口才的帮助是不言而喻的。

第二个人反思潜能。谁如果能够做到使自己的内心处于平和状态,那么他就可以比较充分地发挥个人的潜能。对个人来说经常检查什么是好的、什么是不好的事情。每天享受 10 分钟的安静并反思,对自己进行评价,从而对自己生活中积极的和消极的事情有个更加清醒的认识。只有了解自己而且内心充实的人,才能充分发挥个人潜能。

第三社会潜能。社会潜能同个人反思潜能相反,也可以理解为组织能力,也可以理解为调动别人的积极性的能力。如果需要这样的话,人与人之间的交往就是一种奇迹。每天人们都在有意识地这样做。当人进了剧院,舞台就是建立社会关系的练习场地。如果一个聪明人和一个傻瓜在谈话,谁学到的东西更多? 对这样的问题人们应该经常考虑,所以我们要学会多听别人的意见。

第四精神潜能。聪明智慧的人不会仅仅看到自己或小集团的利益而且更会看到民族和国家的全局利益。他不只是聪明,而且是明智的。个人的价值观给他以动力,会对自然产生灵感,我们会享受到阳光的照射和鸟儿的歌唱,会发现儿童天真的本质并感受到什么是健康。如果人们对自己的价值观是明确的,并采取相应的行动,那么他在精神方面就永远是有智慧的人。

第五身体潜能。人的躯体拥有自身的潜能,无论是演员,还是运动员,凡是靠体力工作的人都知道这一点。经常锻炼可以增强身体的潜能。为了使身体保持灵活,人应该经常跳舞或者练气功,吃健康食品。使运动成为习惯,每个月有 21 天的时间就足够了。那时人的身体就会自发产生有助于健康的锻炼要求,人们便有了这方面的意识,因此人们要学会遵从自己身体的需要。

第六感觉潜能。多数人进食不辨味道,没有感觉。我们的鼻子有 500 万个嗅觉感受器,我们的眼睛可以辨别 800 万种色彩。应该尽可能把人体内潜在的 5 种丰富的感觉能力充分发挥出来。可以经常进行有意识的锻炼。经常练习分辨大自然的声音,例如各种鸟儿的叫声。体验能使自己皮肤舒服的衣服。

第七计算潜能。许多人认为,计算能力是一种天才。这种看法是错误的。每个人都具备计算能力。这种能力需要被激发出来。如果人在使用袖珍计算机计算之前,先心算一遍,日常生活中需要计算的内容,身边的内容等等,持之以恒就会使自己的大脑得到巨大的锻炼。

第八空间潜能。空间才能就是看地图、组合各种形式以及使自己的身体正确通过空间的能力。舒马赫就是一位空间天才。在赛道上,他能够驾驶时速为 300 公里的法拉利赛车灵活地在其他 F-1 赛车之间穿行。调查表明,上海的出租汽车司机的脑子随着开车时间增加越来越好使,因为他们把城市的情况都储存在脑子里了。社会活动有助于一个人的空间潜能的发挥。

第九语言潜能。许多人在书写时用 1000 个单词,当说话时用 1200 单词,并懂得 5000 个单词的意思。莎士比亚就是表达天才的典范。他在 37 部戏剧和 154 部作品中使用了 2.5 万个不同的词。所以人们拓展文字财富很重要,如果开始掌握 1000 个单词,哪怕每天只增加一个新的单词,那么文字表达能力就会提高 40%。最好的办法是多看书,多练习写作,买本同义词典,学习快速阅读的技巧,最好每 10 年学习一门外语。

人的这 9 种基本潜能与口才都密切相关,充分发挥这些基本潜能就能使自己的口才水平得到极大的提高。基本潜能中最直接表现的是语言表达潜能,但其他潜能对口才潜移默化的影响是丝毫不能忽视的。要开发人的 9 种潜能,即让 9 种潜能一齐发挥作用,对提高人的口才水平有极大的作用。要提高自己的口才水平,

除了要注意训练外,还要科学地认识和开发这些潜能。

(三)相关测试

1. 基本素质测试

选择:A.是 B.基本是 C.不一定 D.基本不是 E.不是

(1)过马路只有方便时才走人行横道线。

(2)知道父母的生日,在生日时给父母买礼物并祝他们生日快乐。

(3)到风景名胜旅游,一般都要在醒目或是有别人题字的地方签名留念。

(4)不随地吐痰不乱扔垃圾。在公共卫生间大小便后主动冲洗。

(5)在公共汽车上或是公共场所一般不让座,因为现在社会是自己顾自己。

(6)平时,在利益面前经常想到古时都有“孔融让梨”,应该让一让。

(7)上班时间,接到找人电话,当发现与此人关系极其一般且要花2~3分钟时间,就说“他不在!”

(8)买东西时,卖东西的人多补了钱,一定要如数退还给别人。

(9)在公共场所看见小偷行窃,一般是视而不见。

(10)看见路边的水龙头没有关,毫不犹豫走过去给关上。

(11)看见有人打架一定要去围观。

(12)无论在哪里都能遵守公共秩序。

评分:单数题答A得0分,B3分,C6分,D9分,E12分。双数题答A得12分,B9分,C6分,D3分,E0分。

0~29分:基本素质亟待提高。

30~59分:基本素质一般但有提高的基础。

60~89分:基本素质较高,但有提高的空间。

90~119分:基本素质高,注意自己的形象,要求自己严格。

120分以上:基本素质很高,一点私心都没有,即使误认为你是在装面子,但你也不在乎,只是需要注意方式方法。

2. 自控素质测试

选择:A.是 B.基本是 C.不一定 D.基本不是 E.不是

(1)容易紧张和着急。无缘无故感到害怕,觉得可能将要发疯。

(2)不容易心里烦乱或感到惊慌。

(3)常常因为工作紧张或自责而出现头痛、头颈痛和背痛而苦恼。

(4)自己感觉不容易疲乏,心跳很正常。

(5)常因头晕而苦恼。

(6)每天早上起来总觉得心情很好,很想干一番事业。

(7)手脚麻木和刺痛,吸气呼气都感到很不容易。

(8)从不因胃痛和消化不良而苦恼。

(9)遇事儿或出远门就常常有小便感,脸红发热。

(10)很容易入睡并且从不做恶梦,也很少惊醒。

(11)发生误会,从不容忍。

(12)能正确分辨什么是超常发挥与情绪失控。

评分:单数题答A得0分,B3分,C6分,D9分,E12分。双数题答A得12分,B9分,C6分,D3分,E0分。

0~29分:自控素质亟待提高,焦虑情绪相当强,要非常小心,注意克服焦虑情绪。

30~59分:自控素质一般,有点焦虑情绪,还好,不算很严重,

也许只是由于个性所致,但要注意及时调整心态。

60~89分:自控素质较高,少有焦虑情绪,但还有进一步拓展的空间,要扬长避短保持良好心态。

90~119分:自控素质高,没有什么焦虑情绪,奋斗目标明确,能分清大事和小事重点和非重点,不太在乎别人说你什么。

120分以上:自控素质很高,一点焦虑情绪都没有,即使误认为你很没有个性或是没有性格,但是你一点也不在乎,宁愿把注意力放在重要的事情上,也不愿庸人自扰。

二、素质与人才

(一)人才素质对话

1. 创造与人品

2001年微软总裁7人智囊团成员李开复与北大副校长陈章良他们在中央电视台《对话》节目中走到了一起,他们在人才需要具备哪些素质这个问题上进行了很有意思的辩论,是他们的首要辩题是:“什么样的人才是好人才?”“要创造力,还是要人品?”

李开复[以下简称李]:我们为什么首选人品?公司的精神就在于此。微软公司雇用的都是最好的人,公司要对雇员绝对的信任,让雇员去把握自己和公司的未来发展方向。因此一个人的人品出了问题,一定不会在考虑范围之内。

陈章良[以下简称陈]:作为老师,人才要为人师表,人品虽然很重要,确实判断一个人值不值得信赖,人品应该是第一位的。但是,现在招聘雇员的时候关键是看这个人能不能干活。很多人品非常好的人但是工作能力不行,雇用这样的人对公司来讲肯定是不行的。(有人插话:要是一个人创造力很好而人品很差怎么办?)创造力好人品不好的人,社会会淘汰他的。人品这个事情,一次两