



卓越成长书系

少年儿童 成就金口才的 80个秘诀

没有良好的口才，怎么能健康快乐成长？
80个口才秘诀，为你卓越的明天打下基础！

**小故事大道理，
轻松提高自身的表达水平！**

兰怀玉 编著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



卓越成长书系

少年儿童 成就金口才的 80个秘诀

兰怀玉 编著

少年儿童时期是锻炼和培养卓越口才的最佳时机,本书正是基于这一点,从少年儿童自身的年龄、成长环境出发,从基本语言表达、交谈、朗诵、演讲、辩论、即席发言及巧妙问答等几个方面,为少年儿童朋友们提供80个口才技巧。冲破认识与实践的樊篱,让我们在家里、在学校、在社会交际中都能轻轻松松地提高口语表达水平,从而成为口才高手。

图书在版编目(CIP)数据

少年儿童成就金口才的80个秘诀/兰怀玉编著. —
北京:机械工业出版社,2012.10

(卓越成长书系)

ISBN 978-7-111-39788-5

I. ①少… II. ①兰… III. ①口才学—少儿读物
IV. ①H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第217806号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:谢欣新

责任编辑:章钰

封面设计:吕凤英

版式设计:北京创智语言中心

责任印制:乔宇

三河市国英印务有限公司印刷

2013年1月第1版·第1次印刷

169mm×239mm·14印张·146千字

标准书号:ISBN 978-7-111-39788-5

定价:32.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服务中心:(010)88361066 教材网:<http://www.cmpedu.com>

销售一部:(010)68326294 机工官网:<http://www.cmpbook.com>

销售二部:(010)88379649 机工官博:<http://weibo.com/cmp1952>

读者购书热线:(010)88379203 封面无防伪标均为盗版



前言

PREFACE

阅读是少年儿童健康成长的最佳途径之一。读什么书、读多少书，将直接对少年儿童产生影响，更直接地为少年儿童提供各种帮助和启迪。通过阅读陶冶情操，形成高尚、正确的道德观，对个人、对家庭、对国家、对社会都意义重大。

本系列图书结合少年儿童的身心特点，从口才、安全、习惯、行为规范四个方面对少年儿童的健康成长进行全面指导。本系列图书共有四本，分别是《少年儿童成就金口才的80个秘诀》、《少年儿童安全成长不可不知的80个常识》、《少年儿童要养成的80个好习惯》、《少年儿童不可不知的80种文明礼仪》。

本系列图书配合少年儿童的学习和生活需要，精心挑选了与其关系密切的故事，从行为习惯到安全常识，从风度礼仪到口才技巧，对少年儿童的成长提供了有利的帮助，力求做到既好读又实用。

社会的进步，人与人之间的沟通交流，都是通过出色的语言来表达的。无论你生性多么聪明，接受过多么高深的教育；也不管你穿着多么高档，拥有怎样雄厚的财产，如果在与人交流时你不能恰如其分地表达自己，展示自己，你仍旧并不成功。

看到那些自信地登上讲台，在台上声情并茂、慷慨激昂地进行演说



的人；看到晚会上，那些意气风发、妙语连珠的主持人……你一定对他们羡慕不已吧？你是否为自己不能在台上赢得阵阵掌声而沮丧难过？

其实他们的好口才并不是天生具备的，而是通过后天不断地学习和努力练成的。在我们的成长过程中，口才的培养和提高肯定会遇到各种各样的困难。这时就需要我们掌握一些切实可行的方法和技巧，以求自己少走些弯路，少遇些挫折。

对少年儿童而言，虽然这一阶段主要以校内学习为主，但作为社会的一分子，少年儿童要学习的不仅是书本知识，更应该将这个阶段作为提高自己各方面素质的重要阶段。努力锻炼自己的口才，提高自己的表达技巧，也是每个少年儿童都应该重视的问题，这关系到你未来人生的发展，甚至有可能会成为你未来的生存技能。

本书从少年儿童自身的年龄、心理特点、知识结构及成长环境出发，从日常表达、交谈、朗诵、演讲、辩论、即席发言及巧妙问答等几个方面，为少年儿童朋友提供了方法和技巧。

愿本书可以给你及你的同学带来实实在在的帮助，愿你的口才能够快速得到提高。

开卷有益，益己、益人、益民族、益国家、益未来！希望本系列图书可以让父母、老师、同学共享读书的美好时光，分享读书的无限乐趣。



目录

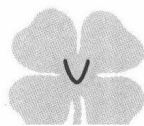
CONTENTS

前言

>>> 第一章 表达：迈出自信的第一步

不管与谁交谈，你都需要将你的意思准确无误地表达出来，这是最基本的交流要求。而表达，不仅仅是表现文字本身，还包括你的感情、语调、形象、表情以及说话节奏等多方面，这就需要我们用点技巧了。

1. 好口才 好未来
——了解口才能为我们带来什么…………… 2
2. 好口才不是天生的
——口才后天培养的秘密…………… 5
3. 敢开口你就是大赢家
——练习大胆表达…………… 8
4. 好的开始是成功的一半
——说好第一句话…………… 11
5. 勿让怯懦成为拦路虎
——克服交谈的恐惧…………… 13
6. 为有效沟通架起桥梁
——积极心理暗示…………… 16





- 7. 让人听到“心”的声音
 - 用心去交谈…………… 19
- 8. 鼓励会成为动力
 - 鼓励自己表达…………… 22
- 9. 众人面前露一手
 - 练习上台说话…………… 24
- 10. 未雨绸缪胜过临时预演
 - 为表达做准备…………… 26

>>> 第二章 交谈：会说话，好人缘

一次愉快的交谈，可以带来许多好的结果，还可以为你赢得尊重、信任，最重要的是可以为你赢得友谊。而要达到成功的交谈，除了基本的谈话内容外，你还需要学会一些交谈的技巧，这样你的谈话质量才会更上一层楼。

- 11. 让“一见如故”成为现实
 - 初次见面的技巧…………… 30
- 12. 让笑容融化冰雪
 - 交谈时别忘了“笑”…………… 33
- 13. “我”字当头 会被挡在外头
 - 交谈时巧妙使用人称…………… 36
- 14. 善于聆听 适时表达
 - 交谈时礼貌待人的技巧…………… 38
- 15. 不要事事唱反调
 - 交谈时避免抬杠…………… 40





16. 开玩笑切忌无所顾虑	
——交谈时慎开玩笑·····	42
17. 赞美为你赢得友谊	
——交谈时赞美他人·····	44
18. 真诚道谢与勇于道歉	
——道歉与道谢也有讲究·····	47
19. 祸从口出 患从口入	
——谈话要适度控制·····	50
20. 让适当插话成为“润滑剂”	
——交谈时如何插话·····	53

>>> 第三章 朗诵：展示无敌风采

朗诵是口才的艺术性体现。怎样让你的朗诵更具魅力？明亮的声音，自然的表情，出色的朗诵稿，都是构成你朗诵成功的必备条件。一次成功的朗诵，并不仅仅在于它的艺术性，更在于它的功用性，即能够提高你的口才和语言表达能力。

21. 万事俱备 只欠东风	
——朗诵前准备什么·····	58
22. 朗诵万不可千篇一律	
——区分朗诵文体·····	60
23. 让表情及动作为自己加分	
——朗诵时如何应用表情和动作·····	62
24. 让声音传递真情	
——朗诵的声音练习·····	64



- 25. 语速节奏巧把握
 - 朗诵节奏把握的技巧…………… 67
- 26. 声音抑扬顿挫的艺术
 - 朗诵中注意轻重读…………… 69
- 27. 朗诵勿像连珠炮
 - 朗诵停顿的技巧…………… 71
- 28. 向前冲！让朗诵与观众共鸣
 - 如何让朗诵富有激情…………… 73
- 29. 让想象力为朗诵插上翅膀
 - 朗诵离不开想象…………… 76
- 30. 为完美表现铺路搭桥
 - 朗诵的整体设计…………… 78

>>> 第四章 演讲：在舞台上秀出自己

当你看到在庄严的学术讲坛上有人用无懈可击的逻辑论证阐明自己独特的见解，你一定暗暗赞叹他们的智慧、干练和才华。但是，你最惊羡的，一定是他们的口才，是他们面对不同对象表述自己观点的演讲才能。

- 31. 兵马未动 粮草先行
 - 为演讲做准备…………… 82
- 32. 开头要适当 演讲一定棒
 - 演讲起头的技巧…………… 84
- 33. 用真情实感打动听众
 - 演讲中如何传情…………… 87



34. 营造属于自己的磁场	
——演讲与听众互动的方法·····	90
35. 克服紧张 卡壳勿慌	
——演讲如何避免卡壳·····	92
36. “秀”出最好的自己	
——演讲抓重点·····	94
37. 小故事 大智慧	
——演讲中如何说故事·····	96
38. 寓理于乐	
——游戏演讲术·····	99
39. 通俗易懂远胜晦涩艰深	
——使演讲内容通俗的技巧·····	102
40. 让“凤尾”为演讲加点料	
——演讲完美结束的方式·····	105

>>> 第五章 辩论：智慧及语言的较量

辩论作为一种培养思维能力、锻炼口才的训练形式，越来越被人们所重视。在这种唇枪舌剑的活动中，想要取得胜利，可是大有门道，必须运用智慧，用巧妙的辩论方法让对方无言以对，从而辩倒对手。

41. 了解辩论规则的重要性	
——掌握辩论规则的要求·····	110
42. 准备充分才能气场十足	
——搜集辩论资料·····	112



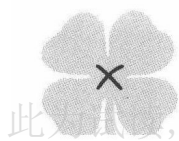


- 43. 反守为攻 先发制人
——巧设立论…………… 114
- 44. 以情动人 攻心为上
——如何用辩论赢得听众…………… 117
- 45. 反踢皮球 巧妙应答
——辩论“踢皮球”的技巧…………… 120
- 46. 巧避陷阱 迂回反击
——辩论躲避“陷阱”的技巧…………… 123
- 47. 将观众情绪带进自己的世界
——与观众交心…………… 126
- 48. 耐心倾听 寻觅破绽
——抓住对方“小辫子”的技巧…………… 128
- 49. 以退为进 反守为攻
——辩论“守”与“攻”的技巧…………… 131
- 50. 以子之矛 攻子之盾
——辩论中仿效的技巧…………… 133

>>> 第六章 即席发言：展现自己的智慧

所谓即席发言，就是指“对眼前的事物有所感触、临时发生兴致而发言”。怎样在即席发言中一展你的风采？这不仅需要在发言中运用语言技巧，还需要你具备一定的智慧、胆量以及对语言文字的驾驭能力。

- 51. 心中有数方能淡定平和
——即席发言的几种情况…………… 138

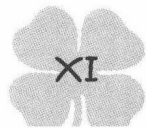


52. 快速构思 远离紧张	
——即席发言构思的技巧·····	140
53. 仔细筛选拟主题	
——即席发言选主题的方法·····	142
54. 打好腹稿才能出口成章	
——即席发言腹稿速成的技巧·····	144
55. 美言善德受人敬	
——即席发言抓住人心·····	147
56. 勿让发言成为“裹脚布”	
——即席发言简明扼要·····	150
57. 开口千言离题万里要不得	
——即席发言不跑题·····	153
58. 别让“客套话”使人心烦	
——即席发言慎说客套话·····	155
59. 三步训练 水到渠成	
——即席发言训练的方法·····	157
60. 巧妙结尾，余味无穷	
——即席发言如何结尾·····	159

>>> 第七章 巧妙问答：“滴水不漏”的口才

与人交谈，肯定少不了提出问题和回答问题，怎样让自己在问答时表现出色？其实，只要你能因地制宜地把握时机，掌握好提问和回答的技巧，你完全可以在与人交谈中施展你卓越的口才。

61. 巧妙提问 事半功倍	
——提出问题的技巧·····	162





- 62. 细节决定成败
 - 问话方式与方法…………… 164
- 63. 最佳时机获得最佳解答
 - 提问时机的选择…………… 167
- 64. 取人之长补己之短
 - 敢于请教他人…………… 169
- 65. “踢皮球”的艺术
 - 反问的技巧…………… 172
- 66. 推陈出新 巧妙设问
 - 明知故问的技巧…………… 175
- 67. 突然被提问 机智来回答
 - 回答突发性问题的技巧…………… 177
- 68. 现场发问 现场作答
 - 现场回答问题的技巧…………… 180
- 69. 掌握回答技巧 回答无需挠头
 - 回答难题的技巧…………… 182
- 70. 话说几分 巧避锋芒
 - 避免正面答话的技巧…………… 184

>>> 第八章 优化口才：做一个口才大“赢家”

想要拥有出色的口才，并不是一天两天就可以做到的，你需要掌握各种知识、技能以及技巧来不断优化你的口才，并要有不怕失败的精神，只有这样，你才能走出一条属于勇敢者的成功之路，成为一个口才大“赢家”！



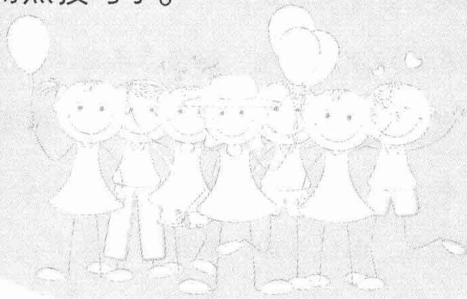
71. 真正让语言活起来	
——日常生活表达需注意·····	188
72. 走遍天下的普通话	
——提高普通话水平·····	190
73. 消灭话里的口头禅	
——说话巧避口头禅的技巧·····	193
74. 会说惹人笑 不会说惹人跳	
——谈话选择话题的技巧·····	196
75. 说得恰当胜于说得漂亮	
——用口语说话·····	199
76. 胸无“点”墨 岂能谈吐不俗	
——提高谈话质量·····	201
77. 口齿生辉的艺术	
——谈话适当联想·····	203
78. 说话节奏巧把握	
——控制节奏的技巧·····	205
79. “名嘴”是怎样炼成的	
——向“名嘴”学功夫·····	207
80. 真诚有涵养 胜过雄辩之光	
——做有涵养的说话者·····	209



第一章

表达：迈出自信的第一步

不管与谁交谈，你都需要将你的意思准确无误地表达出来，这是最基本的交流要求。而表达，不仅仅是表现文字本身，还包括你的感情、语调、形象、表情以及说话节奏等多方面，这就需要我们用点技巧了。





1. 好口才，好未来

——了解口才能为我们带来什么

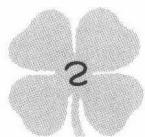
提到口才，也许你的第一反应就是“不就开口说话嘛，这谁不会”。事实上，很多人都会说话，但是却没有好口才。

让我们来看一下著名大哲学家、天文学家泰勒斯是怎样用自己的口才为自己“解围”的。

一个夏天的晚上，泰勒斯边走边仰望天空，他正在思考天文学问题。忽然，他的一只脚掉进了坑里，旁边一些人看后哈哈大笑。一个饶舌汉更是幸灾乐祸地奚落起泰勒斯：“你不是自称能认识天上的东西吗，现在怎么连地上的坑也不认识了？”

泰勒斯没有生气，他慢吞吞地从坑里爬出来，镇定地回答道：“我相信，只有站得高的人，才有从高处掉进坑里的权利和自由；没有知识的人，本来就是躺在坑里的，这种人又怎么可能掉进坑里呢？”饶舌汉顿时哑口无言，面红耳赤，默默地走开了。

从地面掉进坑里又从坑里爬出来的泰勒斯，正是从地面与坑的高度差





联想到了自己同奚落者之间的知识水平的高低差距，人品的高低差距，从而有效地回击、讽刺了奚落者，让本欲嘲笑自己的人理尽词穷。

你是不是觉得泰勒斯很“能说”呢？他不仅巧妙地化解了尴尬，而且还给奚落自己的人以有力的回击。事实上，只有拥有好口才的人，才能在与人际交往的过程中把握好分寸，巧妙地表达自己的感情。

口才是我们成长过程中必备的技能，好的口才不但对我们的日常生活有很大的帮助，而且还是我们抓住一切好机会的“敲门砖”。

拥有好口才对我们到底有哪些帮助呢？

> 1. 帮助你被人了解

良好的口才可以让你被他人了解。尤其是初次见面的双方，交谈就更为重要。如果你不善言谈，即便学富五车、才高八斗也没有用。因为没人愿意和一个“木头人”说话。

> 2. 与别人畅快交流

一定有一些奇妙的想法经常出现在你的脑子里吧？有没有想过与好朋友一起分享呢？或许有人会摇头吧？但是，一个人的思想如果只装在脑子里，无法表达出来，这一定是一件很让人郁闷的事情。可要表达出来，就自然需要张嘴说话了。只会说话也是没有用的，还需要清晰地表达出来。需要练习一下自己的口才了吧，否则说起来就会词不达意，或有话表达不出来，这种感觉可不好受哦。要想彻底告别“茶壶里煮饺子”的苦恼，就要用心练你的口才了。

