



全国各大电视台强档热播 唯一正版授权

巴拉拉小魔仙之彩虹心石

不学礼，无以立！
送给孩子最好的礼物！

礼仪养成魔法

4

谈吐礼仪

献给女孩的气质养成宝典

7-16岁完美女孩进化秘笈



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE



凤凰天舟荣誉出品
HONORARY PRODUCT PRESENTED BY
PHOENIX-TANGEL



礼仪养成秘法 4

谈吐与礼仪

7-16岁完美女孩进化秘笈

献给女孩
的气质
养成宝典

江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

凤凰天舟荣誉出品
HONORARY PRODUCT PRESENTED BY
PHOENIX-TANGEL

前言 不学礼 无以立

中华民族是一个非常注重礼仪的民族。早在春秋战国的时代，孔子便有了关于“礼”的思想学说，也留下了至今仍旧著名的五经——《诗经》、《尚书》、《礼记》、《周易》、《春秋》，其中《礼记》就是当时古代社会的典章制度和道德规范。

时过境迁，虽然现在我们所说的礼仪和礼貌与过去的有所差别，但正是经过世代的沿袭和传承，才有了我们今天狭义上的相关礼仪规范。然而今天，礼仪仍旧对一个人立足社会、成就事业和获得美好人生有着至关重要的作用。

从小的方面说，礼仪是衡量一个人做人、处事的重要标准，贯穿于人从小到大的生命历程乃至学习、生活及事业的每一个领域，一方面可以增进人与人之间的关系，获得别人的认同和理解；另一方面对我们的生活以及心智健康也极大的有益。

从大的方面说，礼仪是一个社会、一个国家、甚至全人类文明程度的体现，倘若不注重礼仪修养，从而导致礼仪修养的低下和缺失，势必引发道德危机、道德沦丧，从而阻碍社会文明的进步和发展。所以，不论从哪个角度讲，学习礼仪都是必须的。

本系列丛书分为四个部分：生活礼仪、社交礼仪、仪表礼仪、谈吐礼仪。目的是规范小朋友的日常礼仪行为。本书中所讲的主要是谈吐礼仪，谈吐礼仪是指人们在日常交际、谈话的过程中所遵循的一些礼仪规范。

现在魔仙小蓝到人类世界寻找逃出的小千，加上美雪、美琪用他们的机智勇敢和善良屡屡击败了巫神使者，那么作为大家学习的榜样，她们日常交往中会有哪些礼仪我们没有做到或者还不知道的呢？希望这部丛书能给小朋友们一些启发。使每个人在集体和社会中迅速成为最受欢迎的人！



谈吐礼仪

目录

一、谈吐之美P4

谈吐声音之美 P6

谈吐优雅之美 P13

敬语、雅语和礼貌用语 P16

二、谈吐原则与艺术P38

谈吐原则 P40

谈吐艺术 P45

三、谈吐的日常应用P50

谈吐要求 P52

通话礼仪 P56





谈吐礼仪第一课

谈吐之美



谈吐之美

人们在交际时大多使用语言做载体，这就要求在语言的表达过程中要传递给对方美的信息，这样才能更加有效地达到交际目的。小蓝现在就把这些谈吐要领讲给大家，希望大家能够活学活用。



声音之美、优雅之美、 礼貌用语之美

语言美直接影响语言交际的效率和人际关系的协调。达到语言美需加强语言修养，提高思想文化素质与培养心灵美。

简单来说，语言美包括三个主要的方面：一是声音美；二是谈吐文雅；三是会使用各种礼貌用语。

声音美不是单纯的音色，而是在说话过程中对音量、语调、语速的要求等等。

谈吐文雅要求我们不仅在措辞上要谦逊文雅，而且态度也要诚恳亲切。

礼貌用语要根据场合、地点及不同的人物来使用。



谈吐声音之美



声音美，不仅指嗓音的动听甜美，更重要的是如何正确发音，使自己的语言保持抑扬顿挫的声调，快慢适中的速度，自然地表达丰富的思想感情。

特别是青少年学生应该在学生时期养成讲普通话的习惯，训练自己一口标准流利的普通话。有口吃、谈吐不清晰的人，要下决心纠正此缺点，较好的方法是练习大声的朗读，只要坚持不懈、科学地勤学苦练，一定会提高自己的谈话水平。



声音美的基本准则有：

正确清晰：正确就是发音正确，不读错别字。

明快清脆：说话时爽利痛快、干脆利索、不拖泥带水。

圆润清亮：声音流畅自然、圆浑雄厚。

富丽清新：声音既富于变化，丰富多彩，又生动活泼。

音量适中

关键词：音量

讲话时声音不宜过高,音量大到让人听清即可,明朗、低沉、愉快的语调最吸引人,放低声音比提高嗓门声嘶力竭地喊听起来更让人感到舒适。



有理不在声高

美雪和美琪有一个习惯,那就是遇到感兴趣的话题时,一定会不由自主地提高声调,尽可能地表现自己对这个话题的见解。两人经常为此争执不下,期间嗓门高得令小蓝和凌爸爸、凌妈妈都颇为烦恼。为此,小蓝专门对姐妹两个进行了培训……



在讲话的时候,要特别注意声音的高低,大声说话很容易给人没有修养、没有礼貌的感觉,而且往往会令人误会你的态度。特别在一些比较安静的公共场所,愉快的交谈并不需要大声喧哗,干扰别人是有失公德的表现。适当控制自己的声音高低,可以表现出特有的成熟与自信。

点评：语调偏高、音尖的人应该设法练习变为语调。当然这要把握适度,声音太低太轻也不好。

讲话速度

关键词：快慢适中

讲话时，要依据实际情况的需要调整快慢。

朗诵和背诵



语文课是最有趣的，老师说了在课堂上可以讨论任何与课文有关的内容，同学们畅所欲言尽情展现着自己的观点。语文老师不仅要教同学们学习生字，还要让同学们掌握朗诵的技巧，每次到这一环节时，同学们就踊跃地举起手，而美琪也在其中。

朗诵的语速不宜过快，快了让人无法回味。班上有几个同学的朗诵水平很好，每次都能将内容的意境最大程度的表达出来。

背诵就不一样了，不必像朗诵那样抑扬顿挫，语速快一点也没关系，这也可以显示出对于背诵内容的熟练程度。



点评：与人交谈不是朗诵更不能像背诵，语速不仅要控制好，更要给他人留下稳健真诚的印象，也给自己留下思考的余地。

抑扬顿挫

关键词：节奏

讲话时应注意抑扬顿挫，以增强讲话的效果。应避免平铺直叙过于呆板的音调，这种音调让人听着乏味，无法达到预期的效果。



演讲比赛的收获

美琪美雪准备参加学校的演讲比赛，为此两人接受了老师的特别辅导。通过这次学习，她们明白了讲话时应注意抑扬顿挫的道理！

须知，语气的和缓流畅，声调的抑扬顿挫，速度的快慢得体，不仅有利于更好地表达自己的思想，还能加强感染力。

抑扬顿挫的言语节奏被认为是年轻、富有朝气、富有艺术感的表现，而平板的声音则被认为冷漠、呆滞和畏缩。

此外，对抑扬顿挫的处理可以更加丰富、生动、完整、准确地表达人的情感状态，展现人的文化水平、价值取向和性格特征。



点评：任何一次讲话，速度的变化，音调的高低，抑扬顿挫，就像一首交响乐，搭配得当才能和谐动人。

吐字清晰

关键词：清楚

声音清亮圆润，段落分明。讲话时应吐字清晰，避免含糊其词、咬字不清和咬舌。



★言谈吐字字正腔圆



在美琪和美雪的学校，有些低年级的同学总会犯吐字模糊的错误，这难免招来高年级同学的嘲笑。老师为了解决问题，特别安排了对低年级同学的吐字发音训练，而美琪和美雪也被邀请成为“小辅导员”。

生活当中，有的人说话很清晰，有的人说话却很含糊，有的人则是一半清晰，一半含糊。这“含糊”主要是因为“吐字”存在问题。

吐字既要准确清晰，又要圆润饱满，前者关系到“字正”，后者关系到“腔圆”。字音只有进入语流才能传情达意。吐字必须灵活自如、轻快流畅，才有助于

表达。如果字音咬得过死，不仅听起来不自然，而且还会使语流滞涩，影响语言表达的顺畅。

点评：宁可把讲话的速度放慢，也要把话说清楚。

普通话

关键词：标准

普通话是我国的通用语言。各种教材、书籍和报刊杂志均使用普通话书面语。普通话也是学校的教学语言。因此普通话已成为人们学习科学文化的基本工具。



提高普通话水平

包括美琪和美雪所在的学校在内，大部分学校都要进行普通话的考试，推广普通话的目的是为了让人们可以更方便地进行语言上的沟通。

交谈时发音准确规范，这是最起码的要求。而要做到准确规范，就要按照普通话的标准发音，每个音的发音部位、发音方法都要准确无误。在这个基础上，还要努力提高发音质量，改正那些一般人不易察觉的细小的发音问题。



点评：青少年学生应该在学生时期养成讲普通话的习惯，训练自己讲一口标准流利的普通话。

语调柔和

关键词：柔美。

在社交场合中，一般以柔言谈吐为宜。尽可能使声音听起来柔和，避免粗厉尖硬的讲话。



★美琪的智慧

美琪和美雪从小便喜欢争论，但是自从上学以后，在凌妈妈的教导下，两人开始有意控制自己在公共场合的言谈语调。这样做
的效果十分明显，每次都会收获旁人的由衷赞美“美琪和美雪真是一对小淑女呢！”



事实上，言语交际中的语调问题一直受到语言学家的普遍关注，语调不仅帮助听话者理解所接收到的语义信息，而且传达语用信息。鉴于此，在言谈礼仪的领域，语调也是一个不容忽视的因素，它直接影响和制约着言谈的礼貌等级。

根据语言声调的不同特点还可以判断人的情绪状态和性格特征：悲哀时语速慢，音调低，音域起伏较小，显得沉重而呆板；激动时声音高且尖，语速快，音域起伏较大，带有颤音。

点评：语言美是心灵美的语言表现。“有善心，才有善言”，因此要掌握柔言谈吐，首先应加强个人的思想修养和性格锤炼。

谈吐优雅之美

谈话文明礼貌的基本原则是尊重对方和谦恭自省。



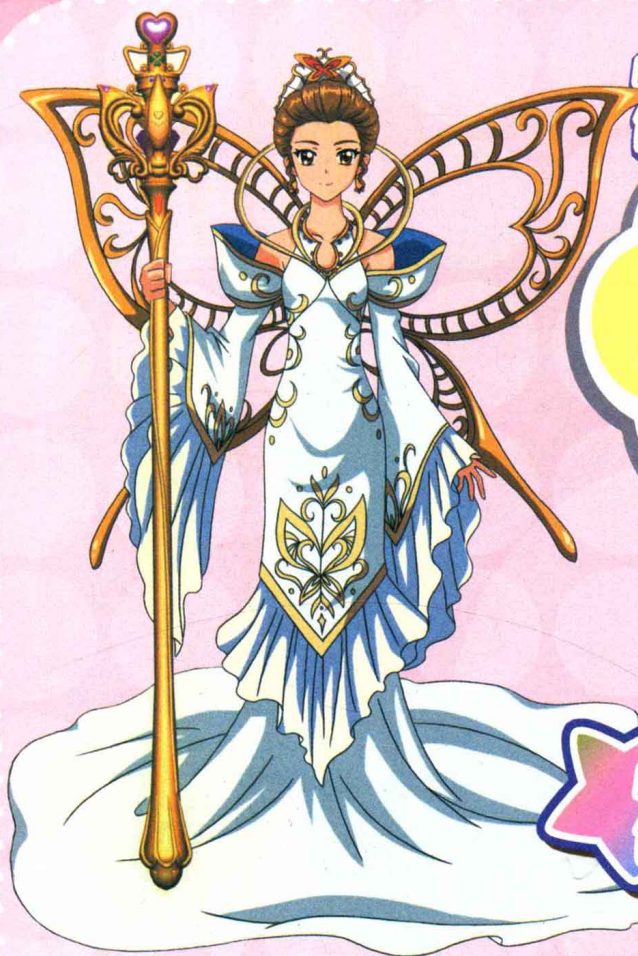
讲话的态度要诚恳亲切，谈话中要给对方一个认真、和蔼、诚恳的感觉。因为说话时的态度是决定谈话成功与否的重要因素。谈话时交谈双方都互相观察注意着对方的表情、神态，反应极为敏感，稍有不慎就会使谈话不欢而散或陷入僵局。

言谈措词要谦逊文雅，这主要体现在两个方面：对他人大多用敬语、敬辞，对自己则应用谦语谦辞，即外敬内谦。

敬语与谦语是相对的。因为一个会尊重他人的人必然是自谦的；反之一个狂妄自大的人，也不会尊重别人。



小蓝还提醒小朋友们，谈吐文雅还包括不说脏话。有的小朋友学了一些不良的习惯，比如说脏话，这是最不文雅的表现。



态度诚恳亲切

关键词：态度

俗话说“态度决定一切”，做人、学习需要有端正的态度，谈话也需要有诚恳的态度。诚恳的态度就是专注、关切，表情和神态时刻跟随对方而变化。

★态度决定结果

想知道不同的态度都有什么结果吗？小蓝刚开始教两姐妹学魔法时，魔仙女王突然降临了，魔仙女王责怪小蓝教授两姐妹魔法，两姐妹为不使小蓝受责备而愿意承担使用魔法的责任，令魔仙女王感受到两姐妹的真诚善良。



所以说，诚恳的态度是取得别人信任的重要途径。

此外，当别人遇到不幸时你去看望安慰，你的态度一定要同情、专注；别人有了成绩你去祝贺，你的态度就要真诚、热情、愉快。如果你三心二意、心不在焉，那么就是失礼，会引起别人的反感。

点评：如果你在谈话过程中态度轻浮或者注意力不集中，那么难免会令对方留下负面的印象。

措词要谦逊文雅

关键词：文明

措辞就是与别人的谈话内容，首先要文明，能做到谦逊文雅就更好。



从文明用语开始！

最近，学校推广文明用语。美琪和美雪每天见到爸爸下班回来，就躬身说：“您好！您回来了！”见到妈妈正在做家务，就说：“您辛苦了！”妈妈和爸爸虽然觉得有些夸张，但还是对女儿们的礼貌给予了好评。

在不同场合，文明用语有所不同，在日常生活中只要认真观察其实可以学到很多很多。我们常说的文明用语包括了对人的尊称，还有一些礼仪方面的语言。比如说：“您”、“您好”、“谢谢您”、“没关系”、“不客气”等等都是。

特别要注意的是，在我们的对话中，“请”字往往不是多余的，它多含有谦虚、尊重对方的意思，或使语气委婉。尤其是用在指令性的句子中会显得分外有礼貌，不生硬，有很好的语气调节作用。



点评：措辞的文明程度体现了一个人的素质，也体现了一个国家的人文素质。

敬语、雅语和礼貌用语

敬语包括我们日常使用的“请”字，第二人称中的“您”字，代词“阁下”、“尊夫人”、“贵方”等，请人批评称“请教”，请人原谅称“包涵”，麻烦别人称“打扰”，托人办事称“拜托”，赞人见解称“高见”等等。



谦语亦称“谦辞”，它是与“敬语”相对，是向人表示谦恭和自谦的一种词语。谦语最常用的用法是在别人面前谦称自己和自己的亲属。例如，称自己为“愚”、称家中成员为“家严、家慈、家兄、家嫂”等等。

雅语是指一些比较文雅的词语。雅语常常在一些正规的场合以及一些有长辈和女性在场的情况下，被用来替代那些比较随便，甚至粗俗的话语。多使用雅语，能体现出一个人的文化素养以及尊重他人的素质。

