

青年交际实务技巧丛书

从此说话不再难



陈再雄◎编著

会说话是一种资本

Huishuohua shi yizhong ziben

人若没有良好的口才，好像鸟儿没有翅膀。

会说话不是天生的，而是从现实中锻炼出来的。



中华工商联合出版社
CHINA INDUSTRY & COMMERCE ASSOCIATED PRESS

此说话不再难



江苏工业学院图书馆
藏书章



中华工商联合出版社
CHINA INDUSTRY & COMMERCE ASSOCIATED PRESS

责任编辑：刘向鸿
策 划：华牧文化

图书在版编目(CIP)数据

从此说话不再难：会说话是一种资本 / 陈再雄编著.
—北京：中华工商联合出版社，2004
青年交际实务技巧丛书
ISBN 978-7-80193-064-4

I.从… II.陈… III.口才学—技术培训—教材
IV.H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 125627 号

中华工商联合出版社 出版、发行
北京东城区东直门外新中街 11 号
邮编：100027 电话：64153909
网址：www.chgslcbs.cn
中国文联印刷厂印刷
新华书店总经销

880 × 1230 毫米 1/32 印张：9.375 190 千字
2007 年 3 月第 2 版 2007 年 3 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-80193-064-4/Z · 22
定 价：22.00 元

前 言

你是否有过这样的经历：你被邀请在众人面前发言，可大脑竟然一片空白、尴尬、遗憾……不一而足；在公司某次重要会议上，别人侃侃而谈，你却粘在座位上始终一言不发，从而错失了加薪升职的好机会……如果你是一位领导，经常向下属训话，可每次都觉得未达到理想效果……

这些情形并非罕见，据心理学家在美国作的调查：有 42% 的人对当众讲话比对死亡还感到恐惧，当众讲话真的如此可怕吗？

——非也！

正如书名所言：当众讲话是一门艺术，凡冠“艺术”之名者，仿佛必然晦涩深奥，非常人可涉猎，其实不然。艺术者，旨在修身养性、为我所用。当众讲话也并非蜀道之难，只要抓住其内在技巧与规律，再配之以恒心和毅力，必能于万众瞩目之下，笑谈风云，振臂一呼，应者云集。

在当众讲话的艺术长廊中，众星璀璨，知识浩如烟海，本书旨在于此烟海之中，取其荦荦大者，给脉络、明精髓、重实践，无关宏旨者不谈，隔靴搔痒者不言，望能使读者开卷有益。

中国传统文化有两个极端：要么滔滔不绝却言之无物，要么惧之不言而声小势微。本书旨在把和谐平衡带入你的表达，言众人所

必信、自己所熟知，培养自信与豪情，有此则不必声嘶力竭，亦不必啜嚅低语。

“心实不能仕途，言拙难会经济”，愿本书在鱼目混杂的书海中能为你吹来一股清凉之风，在人生的奋斗之路中能助你一臂之力！

是为序。

前 言

第一章 当众讲话的力量

当众讲话与个人价值 3

思想的狮子 3

生命的甲盾 5

信息沟通的渠道 6

言之方可知之 8

成功事业的催化剂 9

当众讲话与社会进步 12

一言而兴邦 12

不战而屈人之兵 14

言之即利 16

第二章 当众讲话的原则

话由旨遣 21

紧扣目的的技巧 21

发言活泼的原则 23

现场调控的原则	25
话因人异	28
识听众身份而发言	28
识自己身份而发言	32
话随境迁	35
利用社会背景	35
利用自然情景	38
利用特定场合	39
话贵情真	45
感人心者	46
发自内心	47
莫“滥情”	49
表达情感的技巧	50

第三章 提高当众讲话水平的基本途径

心理素质	55
心理类型	55
心理的调节	60
知识积累	64
处世知识	65
世事知识	66
文化知识	67
专业知识	69
控制能力	71
自我控制	71

怎样控制怯场	72
牢牢掌握主动	73
处理冷场	74
抗干扰	76
如何应付责难	77

第四章 当众讲话技巧训练

信心训练	83
------	----

借鉴别人的经验	83
开弓没有回头箭	87
热情之火	89
乐观轻松	90

口才训练	92
------	----

语速训练	92
背诵法	94
感受自己的声音	97
复述法	100
学会模仿	101
看图说话	103
开发你的表演力	104
讲故事法	105

语言训练	107
------	-----

通俗	107
----	-----

简洁	111
含蓄	114
幽默	120
体态训练	125
面部表情艺术	125
妙用心灵之窗	126
微笑	129
脸色	132
形体语言	133

第五章 演讲艺术

演讲稿的写作	141
开头	141
主体的写法	147
一、目标高	150
二、立志坚	150
三、生活俭	150
四、惜分秒	150
结尾	154
演讲语言艺术	160
让人听懂	161
口语化	165
生动形象	169

合乎人情的技巧	174
现场演讲技巧	179
用好你的语音	179
重复语言的艺术	180
非语言技巧	181
时间规则	181

第六章 谈判艺术

谈判中的破题	185
从寒暄开始	185
入题的技巧	186
谈判的语言技巧	189
提问的技巧	189
回答的技巧	191
当众讨价	193
沉默也是语言	195
谈判危机处理	198
僵局的处理	198
构思新方案	199
让步的策略	200

第七章 辩论艺术

辩论要领	207
主动权	207
辩论思路	209
逻辑思维	211
莫纠缠细节	213
情	214
退	216
两难问题	220
模糊作答	223
反问	226

第八章 主持会议的艺术

开会的技巧	229
介绍技巧	229
主持的技巧	230
会议进行的技巧	232
结束技巧	234
主持会议的语言技巧	235
开场白	235
营造气氛的技巧	236

准备与衔接	238
主题	239
引导的技巧	241
总结发言	243

第九章 即席发言的艺术

主题选择的技巧	249
出奇	249
抓住“题眼”	250
选题的原则	252
材料组织技巧	255
打腹稿的技巧	255
组材的方法	259
即兴说话的语言技巧	261
穿插的技巧	261
灵活生动的要求	262
结束语的技巧	263
简洁新颖的技巧	266
具体场合的即席发言技巧	268
被人发问时的即席发言	268
必须说明的即席发言	269
灵感勃发的即席发言	269

被邀请时的即席发言	270
-----------	-----

参观访问或集会的即席发言	270
--------------	-----

第十章 与媒体接触的艺术

与媒体接触的策略	275
----------	-----

尊重事实	275
------	-----

平等相待	277
------	-----

积极结交朋友	279
--------	-----

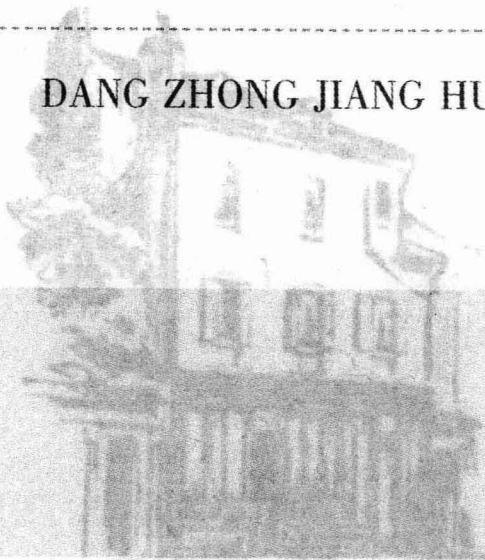
与媒体接触的说话技巧	281
------------	-----

说你该说的	281
-------	-----

智答的技巧	282
-------	-----

國策其，《楚辭·九章》有云：「黃龍，下平以澤而人壽也。」
王”曰一；美余能前作《中興楚辭》曰：「魏文昭帝將臨御時，
因太尉一屬士安田中，遂而獲龍須於干戈。」「平條武中，雖奉為
禮丁酉年立廟祀三，丁天街縣中南華只三千兩耳，伏願此由義疏
標如左展落一節世而出出，茲將儒乎小章全中三篇一十，賜于
，繼之共愛大和土耕漁男中。

当众讲话的力量



相信很多人都听过马丁·路德·金的《我有一个梦》，其慷慨激昂的演讲响彻云霄，一场反种族歧视的运动席卷全美；一句“王侯将相，宁有种乎？”万千农民揭竿而起，中国历史上第一场农民起义由此爆发；孔明于三尺茅庐中纵论天下，三足鼎立之势已了然于胸；十一届三中全会邓小平的讲话，及由此而产生的一系列决议将中华民族推上伟大复兴之路。

以上例子，莫不是当众讲话对社会进步产生的巨大推动力量。

对于个人，人生一世，不仅仅为活着而活着，是为成就一番事业，做不到青史留名，起码无愧此生。而当众讲话就是通向成功巅峰的通行证。“三年不鸣，一鸣惊人”，没有人不希望成功，在这个激烈竞争的社会中，拥有高超的当众讲话水平的人，可借语言这一工具，传递信息、交流思想，方能让人赏识，树立自己的良好形象，赢得人们的尊重，如愿以偿地扫除人生路上的障碍，跨过成功的门槛！



第 1 节

当众讲话与个人价值

说话水平的高低在一定程度上决定一个人身份的贵贱尊卑，因为它直接影响一个人跻身社会的层次，也直接影响一个人的生存质量。

在人生奋斗之路上，当众讲话无时无处不会出现，用好它可以出人头地、左右逢源。说话水平高，很多利益呼之即来；说话水平低，很多利益闻声而去。因为在这个熙来攘往的世界上，利益总是随着人的愿望和意思而流动的。而表达愿望和意思的基本工具便是语言，那些说话水平高超的人大都伶牙俐齿、巧舌如簧，把各种愿望和意思恰到好处地表达出来，把各种利益顺理成章地聚拢到对自己有利的方向上来。可见当众说话水平对个人价值的实现、人生成功的作用是难以估价的，我们可从以下几方面具体认识当众说话对个人发展的作用。

思想的狮子

人的思想犹如禁锢笼子里的狮子，不将它释放出来，就无法发挥其王者的力量，而笼子的钥匙就是语言，就是当众说话释放你思想的狮子。人的思想需要表达，需要与别人交流。这样，思想的狮子才能发出振聋发聩的怒吼。交流的方式很多，可以是文字、表

情、手势、动作，但更多的、更普遍的、作用更大的，则是口语。无怪民谚有云：“与君一席话，胜读十年书。”管子说：“心司虑，虑必顺言，言得谓之知。”也就是说，心主管思想，思想由言语来表达，表达出来别人就知道了。这就是思想交流了。生活在社会中的人，思想是千差万别的，对人、对事、对问题的认识，不可能都完美、正确。通过口语这一工具，便可以与别人切磋、沟通、交换意见，在不断的修正中，获得正确的认识。这样，自己的思想就会进步，境界就会提高。通过讲话这一工具，思想得以交流、表达，使本人被充分地了解认识，既净化了心灵，又可捕捉人生的良机 and 获得各种机会，这样，离成功也就不远了。

列宁是一个善于利用当众讲话与群众进行思想交流的人。前苏联历史学家、党的活动家普·凯尔任采夫的《列宁传》记载了这么一段：1921年列宁来到高尔基城的一个小乡村，“列宁走进了草房……然后他开始和农民谈话。他们先是像朋友间那样风趣地谈日常琐事。当他们已经这样打趣了半小时左右时，当他们把那些话题诸如粮食、巡逻队、跑单帮的和投机商人谈完了的时候——他们在列宁面前拿这些事情说笑，列宁听了他们叙述的这些欺骗行为也笑。这一切，作为题材，对他都是有用的——这时，伊里奇就势站起来开始清楚地用通俗的语言把新经济政策告诉给农民。农民用心听，他们之所以倾听，是因为他们看到这个人确是为他们开辟了“一个新的未来、一个幸福的生活”。列宁在同农民的思想交流中，使思想得以表达，狮子发出了力量，调动了农民革命生产的积极性，同时又获知农民的要求，为制定更完美的经济政策提供了宝贵的实践资料。