

青年口才训练系统

「口才交锋」训练

「口才交际」训练

「口才表述」训练

「口才思维」训练

刘伯奎

著

河南人民出版社

青年口才训练系统

王著

河南人民出版社



青年口才训练系统

刘伯奎 著 责任编辑 赵向毅

*

河南人民出版社出版发行

河南第一新华印刷厂印刷

新华书店经销

*

850×1168毫米 32开本 35.125印张 784千字

1997年9月第1版 1997年9月第1次印刷

印数1—3,000册

ISBN7-215-03993-5/G·576

定 价 45.00元(上下册)

前 言

1985 年底,当我几番推辞不成,不得不硬着头皮参加了芜湖市职工读书演讲比赛,意外取得了个人一等奖第一名时,可根本没有想到,由此起步,自己将开始一个新的人生路程。

也许因为是一个大学教师夺取了第一名的缘故吧,不久我就受到邀请,去市里某培训班讲课,主办人出的讲题就是——“演讲技巧”。我作了一番准备,甚至“挖”出了曾干过五年文工团员的“经验积累”,完成了这次“讲学”。没想到反应还挺强烈,于是,随之而来的是,我又不断地受到邀请,去“传授演讲技巧”。1986 年,我又一次夺得市演讲比赛第一名,接着又是 1987 年……后来,我不再直接参加演讲比赛,而是开始搞训练,当评委,就这么在演讲台上“泡”了好几年,到 1990 年,我出版了第一部口才学著作《演讲成功之路》。

这以后,顺应着在社会活动中获得的信息反馈,我又研究了“论辩与交谈”的技巧和理论,并于 1992 年出版了《论辩成功之路》和《交谈成功之路》。1994 年初,在安徽省教委的主持下,由我出任主编,出版了《教师口语:表述与训练》。1995 年,我又出版了《应用口才模式训练》。

其实,早在《演讲成功之路》出版之后,我就已萌生了一个“野

心”，想创立一个由我个人独创理论框架和训练体系的《口才学》。因为我看到，《演讲与口才》杂志已创刊多年，已产生了深入人心的影响力，而市场经济的发展又对口才学的兴盛产生了强大的推动力，继续喋喋不休地重复“口才重要”、“人才不能没有口才”之类的“公理”，已显得很乏味了。而广大青年、广大读者眼下迫切需要的是行动，是训练——通过科学的训练来获得口才水平的扎实提高，并能付之以实践与应用。但是，如果仅靠参加演讲比赛、辩论比赛等诸如此类的表演活动，真的能训练出高水平的应用口才吗？

于是，我开始了自己的“两条腿走路”式的研究。一条是投入社会，进行口才的应用研究，一投入不觉又是好几年。这期间，我曾在钢铁公司作过“口才与观念更新”的报告，也曾面对来自国内多个地方的煤炭系统的“笔杆子”们谈演讲辞、答辩辞等新应用文体的写作；我曾去检察院专题讲析司法口才，也曾在劳教农场与服刑犯人交谈，去各类学校和企事业单位同那里的师生、职工交谈等等。一次一次的讲学活动，使我坚定了一个信念——“要把口才从表演的舞台上解放出来，使之成为人们自身所拥有的，走向人生和事业成功的得力工具”。

另一条则是扎根课堂，进行口才训练的系统研究。几年来，我顺应着口才应用的分支类型，在有限的课时里，苦苦地探求着以“朗读、演讲、交谈、论辩”为主干的口才系统训练方法，在口才学的园地里构建着自己的理论和体系。关于这套理论和体系，我自定了如下鉴定标准：一是，要有我个人的风格印记，要经过我自己的实践检验，不搞那种美其名曰“借鉴”，而实为拼凑，甚至是抄袭的“创学科”方法；二是理论体系要科学合理，即为什么要如此，自己要经得起“推敲”，要能说得出“所以然”；三是训练方法要生动活泼，要

有趣,这样,才可望通过课堂教学训练推动学生课后自练,才可望使口才技能获得扎实提高;四是,这套理论框架和训练体系要能凸现这样一个原则:“口才训练必须落实在能解决现实问题的目标上,背离了这一点,口才就成了花架子,这种训练也就成了花架子训练”。

从1985年我迈出“口才学”的第一步至今,12个年头过去了,这12年中,为了创立这个系统而曾经郁结心头的欢乐、苦恼、亢奋、沮丧,曾经受到过的夸赞、批评、嘲讽、攻击,也都随着时光的逝去而淡化了,消散了,留下来的是眼前这部厚厚的手稿。

在这部书稿的“成型”过程中,我意识到自己已不只是在训练学生的口才技能,而是在对他们进行一项“人才再造”的大工程,因为口才技能,只有具备广博的社会知识与系统的专业知识,才可能口若悬河,滔滔不绝;只有具备深邃的思考能力与敏锐的观察能力,才可能语惊四座、引人入胜;只有具备“嘴皮子功夫”过硬,吐字清晰流畅,语调节奏适中,才可能使人听之入耳,听之入心;只有具备良好的风度仪表和态势动作,声情并茂,恰到好处,才可能使人视之舒心,听之动情……方方面面,环环节节,先掌握什么,如何起步;再学习什么,如何提高;最后,怎样才能由“口才训练”的“启蒙阶段”一步一步地进入口才运用的高水平?在青年朋友们面前,口才学常常显得好像是仙女扔向人间的一团乱麻,一旦解开便可以得到宝贝,而捧在手里又不知从哪里开始才能理出头绪,既令人神往,又令人迷茫。

然而,口才技能训练的“棘手”并非只是对青年求学者而言,从另一角度看,即使是已经站在了口才教练队伍中的教师们,也并没有种种亟待解决的困惑。因为,无论你站在什么形式的口才培训

讲台上,也无论你面对什么水平的学生,在两个小时左右的时间里,作一场“优秀人才一定要有好口才”之类的专题报告,或是对名人的口才名篇作一番鉴赏剖析,其实都不难。难的是,如何对一个或是一群从没有接受过口才技能训练的人(每一个人的文化水平、个性气质又都是不相同的),在一定长度的时间阶段内,周密系统地、按部就班地进行有具体针对性的训练,使其成为既有水平又不失却其个性的,具有好口才的人。

当我在一个个具体问题指引下,一边对学生进行训练,一边总结观点理论、构建方法体系时,我就觉得自己成了——与学生朝夕相处,平等交流,共同探索人生哲理与理想追求的教书先生——“孔子”。

本体系呈“一纲(思维训练)四目(朗读、演讲、交谈、论辩等四项技能训练)”的系统结构。四个分编既有各自独立的理论框架与系列训练方法,其内容又互相衔接,互相补充。

这部书除理论阐述部分的文字外,训练部分是通过两个方面来落实的。

一是训练形式的多样性。主要注重于集体轮训与个人自练的多种形式的结合。所谓集体轮训,主要是指适用于各类学校(以及各类学会、社会团体主办的培训班)的口才课教学轮训项目,如演讲训练、交谈训练等,这类训练由指导教师针对训练目标选定某一训练模式,由学员自选话题或按规定话题轮流登台进行。这类训练,由于训练模式统一,便于制定相对一致的评定标准,便于进行水平测定,而每一种训练模式,由于均可派生出大量的新话题,学员可自由选定,这就有助于调动学员的主动性,有助于克服学员

“无话可说硬找话说,以至于不得不说官话、套话”的不良学风。所谓个人自练,主要是指不适宜进行集体轮训的项目,如发声吐字训练、风度态势训练等,这类训练多由个人根据自身不足进行有针对性的自我训练,但即便是自练时,也最好能及时得到老师的指导,以免误入“歧途”而不自知。另外,个人自练也包括参加集体轮训时的登台前的准备,例如,关于演讲、论辩的准备与模拟等等。需要指出的是,完全由个人独自进行的演讲训练、论辩训练是很难获得真正的成功的。

二是口才训练形式的完备性。这里的“完备”当然只能是相对而言,如口才应用形式,本书分为单向表述与双向交流两大环节;口才训练角度,本书涵盖了六个基础训练环节和四个技能训练环节。这就基本上将“以口显才”的主体环节与其它相关环节全部包容了,使这套训练系统具有了适应社会各行各业需要的特点。例如,不论你从事何种职业,只要当众开口说话,与他人进行语言交际,就难免会存在发声能力、念读能力、听话能力以及风度态势、心理素质等方面有缺点需要加以克服,有不足需要加以完善的问题。再如朗读、演讲、交谈、论辩等技能训练,教师需要,播音员需要,司法人员需要,思想政治工作人员需要,就连日常生活中替人读报纸读家信,也要用得上……因此可以说,朗读、演讲、交谈、论辩等专项技能的内涵和外延已基本上覆盖了各行各业的口才应用。

本书所介绍之训练方法,其模式均经过长达数年的多轮实践取得效果后才予以“定型”,而其理论阐述,则是在训练模式“定型”后才动笔撰写的。两者相比,训练法文字少,写得却慢,有的方法不过一二百字,其成型过程却要好几年,而理论阐述部分的文字量大,写得却较快,主要是针对训练法的形式与特点进行的力求具体

明晰的阐述。

口才之类的书籍,和传统的知识类书籍不同。后者,只要读通了,理解了,记住了,就可以说学会了,甚至今后都可以不必再去读它了。而口才理论与口才训练作为一门技能学科,读通了理论,理解了应当如何训练,却未能投入训练实践,扎扎实实地逐环节地解决问题,提高水平,这样的书读得再多,也没有用。

还需要指出的是,同为接受该套体系的训练,每个人由于生活经历、文化素养、个性气质等诸方面的差异,训练水平的提高也是不同的。本书旨在与您的交谈中使您得以提高。通过这本书,您改变了自己的生活质量亦或生存状态,哪怕是一点点,也使吾心足矣。

目 录

前言	(1)
----------	-----

一编：“口才思维”训练

理论系统界说	(3)
--------------	-----

一、练口才务须磨练思维

——一种“纲举目张”的行为	(3)
---------------------	-----

(一)思维训练是口才系统训练的中心环节	(4)
---------------------------	-----

(二)思维训练中的四项能力目标	(8)
-----------------------	-----

二、思维运动在口才显现中的四种状态.....

(一)消极状态	(19)
---------------	------

(二)积极状态	(24)
---------------	------

(三)能动状态	(29)
---------------	------

(四)主控状态	(34)
---------------	------

三、思维运动在口才显现中的主要依托和制约.....

(一)人生阅历	(41)
---------------	------

(二)经验感受	(44)
---------------	------

(三)知识积累	(47)
---------------	------

(四)观念理论	(50)
四、高水平思维素质在口才显现中的四种表现	(55)
(一)辩证性思考	(55)
(二)纵深性思考	(58)
(三)拓展性思考	(63)
(四)综合性思考	(66)
方法技巧训练中师生者语	(71)
一、逆向思维训练	(71)
例 1:“狐假虎威”,何错之有?	(72)
例 2:“黔驴技穷”,错在谁?	(73)
例 3:为“邯郸学步”鸣不平	(74)
例 4:“东施效颦”好!	(75)
例 5:“盗泉”之水未必不能饮	(76)
例 6:“玩物丧志”辨	(78)
例 7:“坐井观天”,有何可笑?	(79)
例 8:夜郎国君与汉朝君臣,孰为“自大”?	(81)
例 9:“好逸恶劳”赞	(82)
例 10:“自相矛盾”其实也“并无矛盾”	(83)
二、纵深思维训练	(88)
例 1:关于“托老”现象的思考	(88)
例 2:由“千吨啤酒倒进地沟”所想起的	(90)
例 3:面对“边吃肉边骂娘”的思考	(91)
例 4:由“城市禁放鞭炮”所想起的	(93)
例 5:面对“8”的深思	(94)

例 6:“全民经商”的忧思	(95)
例 7:面对“家教热”的思考	(97)
例 8:从“常在河边走,哪能不湿鞋”所想到的	(98)
例 9:从“猴子捞月”故事代代相传所想起的	(99)
例 10:由“植树节”所想到的	(101)
三、多向思维训练(上)	(104)
例 1:“0”的遐想	(105)
例 2:“手”的联想	(105)
例 3:“火”的遐想	(106)
例 4:“眼镜”的联想	(107)
例 5:“牙齿”的联想	(109)
例 6:“房子”的联想	(110)
例 7:“门”的断想	(111)
例 8:“窗”的遐想	(113)
例 9:“路”的遐想	(114)
例 10:“水”的联想	(115)
四、多向思维训练(下)	(119)
例 1:厕所(A)·黑豹乐队(B)·导弹(C)·宇宙(D) ——城市发展变奏曲	(120)
例 2:桔子(A)·马桶(B)·字典(C)·抹布(D) ——切勿以貌相物	(121)
例 3:纸(A)·铁(B)·录相机(C)·小河(D) ——关于文明进步的辩证思考	(122)
例 4:窗户(A)·渔网(B)·汽车(C)·女人(D) ——论中国女性地位的变迁	(123)

- 例 5:人(A)·枯木(B)·河水(C)·路灯(D)
——浅谈现代家庭对子女的培养 (124)
- 例 6:石头(A)·宴席(B)·轮船(C)·女人(D)
——谈《红楼梦》的构成要素 (126)
- 例 7:水瓶(A)·板凳(B)·飞机(C)·石灰(D)
——也论近、现代中国历史的发展 (127)
- 例 8:桌子(A)·苹果(B)·墙(C)·嘴巴(D)
——浅谈做人 (129)
- 例 9:足球(A)·蜗牛(B)·洒水壶(C)·金字塔(D)
——也谈“聚沙成塔,积腋成裘”的道理 (130)
- 例 10:蜗牛(A)·洒水壶(B)·足球(C)·金字塔(D)
——也谈中国古代文化的发展 (131)

五、综合思维训练(上) (134)

- 例 1:你的朋友在寝室里偷同学(同事)某票被人当场发现,他觉得从此抬不起头来了,以至情绪低落,请你开导开导他。 (135)
- 例 2:你有一个在大学读书的朋友,家庭经济情况不好,可是寝室里其他学生经常以各种名目聚餐,他很难,参加也不好,不参加也不好,很感苦恼,请你开导开导他。 (136)
- 例 3:你有一个朋友,想写入党申请书,可又怕受到周围的嘲笑,请你鼓励鼓励他。 (137)
- 例 4:你有一个朋友来访,交谈中说到一个问题:“现代科学技术的发展早已证明了上帝等神灵并不存在,可为什么信教的人还是有那么多?”请你就此事发表

看法	(138)
例 5: 你有一个朋友, 总是觉得周围环境太平庸, 人太俗气, 自己的才能受到压抑。请你开导开导他。	(139)
例 6: 在你的朋友圈里, 爆发了一场“当今时代, 还要不要学雷锋”的争论, 请你参与此争论, 并发表自己的看法。	(140)
例 7: 据报载, 某女大学生毕业后被分配去厕所收费, 请你就此事谈谈看法。	(142)
例 8: 你有一个朋友, 从小学到高中, 学习成绩一直比较拔尖, 但考进一所大学后, 面对强手众多的班集体, 觉得自己优势尽失, 心理上感到很压抑, 请你开导开导他。	(143)
例 9: 你有一个朋友, 性格爽朗, 处事果断, 但难免粗疏、浮躁。有人曾就此给他提出批评意见, 他认为不值得多加考虑, 并回答了对方一句: “我奉行的原则是: ‘走自己的路, 让别人去说吧’。”请你就此对他谈谈自己的看法。	(144)
例 10: 你有一个朋友, 最近突然宣布, 他要当一个基督徒了。请你就此与他作一次交谈	(145)
六、综合思维训练(下)	(148)
例 1: 《白毛女》新解	(148)
例 2: 不扫一屋, 可否扫天下?	(151)
例 3: “不想当元帅的士兵, 不是好士兵”的讨论	(153)

例 4:丢包悬赏纠纷案	(155)
例 5:怎样看待“女性美”?	(158)
例 6:男人能不能哭?	(159)
例 7:“5 万元医疗费该谁付?”	(162)
例 8:谁来承担这场悲剧的主要责任?	(164)
附录一:口才思维训练与三位先哲指导	(168)
(一)孔子与口才思维训练.....	(169)
(二)苏格拉底与口才思维训练.....	(172)
(三)黑格尔与口才思维训练.....	(176)
附录二:《千年悬案》裁决新探》及其商榷的评点	(181)
附录三:《论辩须防“论”而未“辩”》及其商榷的评点	(206)

二编:“口才表述”训练

理论系统界说.....	(221)
一、口才表述的学科界定	(221)
二、口才表述的多学科理论指导	(227)
(一)教育学原理与口才表述.....	(227)
(二)思维学原理与口才表述.....	(230)
(三)逻辑学原理与口才表述.....	(232)
(四)写作学原理与口才表述.....	(235)
(五)心理学原理与口才表述.....	(237)
(六)公共关系学原理与口才表述.....	(240)
(七)美学原理与口才表述.....	(242)

三、文稿对口才表述的依托和制约	(245)
(一)口才表述分类训练要领	(249)
(二)脱稿表述训练的四类三级标准	(258)
四、演讲稿的分类撰写技巧	(262)
(一)叙事(为主)类演讲稿的写作	(262)
(二)抒情(为主)类演讲稿的写作	(271)
(三)议论(综合)类演讲稿的写作	(285)
(四)演讲稿的选体与选题技巧	(294)
(五)演讲的主题挖掘与提炼技巧	(298)
(六)双层内涵的交相融合与“反复”技巧	(305)
方法技巧训练中师生生者语	(310)
一、发声、念读训练	(310)
(一)发声要求	(312)
(二)发声训练方法	(314)
(三)念读要求	(317)
(四)念读训练方法	(318)
(五)气声诵读训练	(322)
二、朗读、朗诵与训练	(326)
(一)朗读与朗诵之异同辨析	(326)
(二)朗读训练要领	(329)
(三)朗读训练方法	(337)
(四)朗诵训练要领	(339)
三、演讲训练的目标把握	(344)
(一)演讲的“三性合一”特点	(344)

(二)演讲与朗诵之异同辨析·····	(348)
(三)演讲的训练形式分类·····	(351)
四、演讲中的心理素质训练·····	(360)
(一)心理素质训练要求·····	(362)
(二)单向表述中的心理障碍克服·····	(364)
(三)单向表述中的心理自控·····	(366)
(四)心理素质训练莫忘“心理相容”·····	(367)
五、演讲表述与训练·····	(371)
(一)演讲的基本语调——亲切感·····	(371)
(二)演讲的语调设计·····	(382)
(三)态势语的设计与训练·····	(390)
六、比赛演讲的结构思考训练·····	(399)
(一)两种比赛类型的个性特点比较·····	(399)
(二)即兴演讲的心理控制技巧·····	(403)
(三)即兴演讲的结构技巧训练·····	(406)
(四)命题演讲的结构技巧训练·····	(411)
(五)比赛演讲的文稿命题形式·····	(416)
七、演讲训练方法与常见语病·····	(423)
(一)演讲教学轮训方法·····	(424)
(二)口才表述中的语病现象及其根源分析·····	(429)
附录一:《美啊!“三点式”泳装》及其写作构思·····	(435)
附录二:演讲话题“翻新”范例——《冲出怪圈》·····	(439)
附录三:“诗二首”情感语调设计·····	(442)
附录四:《我为“动真格的”叫好》及其语调设计·····	(447)