第一图书网, tushu007.com

<<北大口才课>>

图书基本信息

书名：<<北大口才课>>

13位ISBN编号：9787512203112

10位ISBN编号：751220311X

出版时间：2012-11

出版时间：中国民族摄影艺术出版社

作者：张笑恒

页数：243

字数：220000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<北大口才课>>

前言

我们每天睁开眼的第一件事，就是张开嘴巴表达自己。
这看似简单到两三岁孩子就会做的事，却是一门我们终其一生都应该学习的功课。
也许有的人天生就有语言天赋，比如北大毕业，著名的央视主持人撒贝宁，4岁时，就一个人站在舞台上表演儿歌毫不怯场。
11岁时，和妹妹撒贝娜策划、导演、演出了一台家庭“晚会”。
从初中开始活跃于学校的晚会、演讲等舞台。
尤其是当演讲高手撒贝宁出马时，其它学生在参赛之前都会问撒贝宁参加吗？
因为大家知道，只要他参加，冠军必定非他莫属。
那段时间里，年少的撒贝宁甚至有了将来以演讲为生的想法。
关于口才的重要性，在此就不再重复强调了。
但好口才并非都来自天赋，就如季羡林所说：“把成功的三个条件拿来分析一下，天资是由‘天’来决定的，我们无能为力。
机遇是不期而来的，我们也无能为力。
只有勤奋一项完全是我们自己决定的，我们必须在这一项上狠下功夫。
”只有通过特有的敏锐的洞察力去感悟，在生活的每一个片段中不断地搜寻、提炼，最终把它与自己的生活融会贯通，才能掌握人际交往的诀窍。
也许我们没有演讲或主持的天赋，但我们每个人都得靠嘴巴与人交流，所以学习并掌握一些必要的口才技巧是必要的。
一个会说话的人总能讨得朋友的喜欢和陌生人的亲近。
因为，他们懂得什么时候该去赞美别人；懂得让微笑常挂于脸上，给人亲和、自信、谦虚好学的美好印象；懂得用倾听给予讲话者最大的认同；懂得如何巧妙地用问题来引导别人，让别人尽情地诉说，并从对方的回答中获得自己需要的信息；懂得游刃有余地展示幽默语言的魅力，令人由衷地折服；懂得用委婉含蓄的话语，坚持自己的原则，又不会让朋友受到伤害；懂得在说话的时候，给予对方最热切的希望，能够激励听者浑身充满力量，全力以赴去达成某件事情……　　西方哲人有这样一个总结：世间有一种成就可以使人很快完成伟业，并获得世人认可，那就是说话时能给人以喜悦的能力。
一切好口才的本能便是使说者言有所用，听者悦耳善听。
然而简单的一句话却包括了当代著名学者、哲学家、散文家、作家周国平所说的“真诚”；伟大的文学家、思想家、革命家鲁迅先生倡导的“真实的表达”“谦以待人，虚以接物”；国学大师、北京大学资深教授季羡林引导的“真话里的智慧”……这些从北大校门中做出的卓越者，每一位对口才都有着独到而又特别的见解，但他们无一不是成功的好口才的拥有者。
毕业于北京大学，中央电视台主持人董倩从自己经历中总结出一句话：让对方觉得你配坐在他面前。
她说：“不管什么人，部长也好，普通老百姓也好，所谓‘配’，就是让对方感到‘你懂我说的话’。
这样，在日后的采访中，能让别人把你当回事，还是一个‘配’字。
你更加‘配’，他就会更重视你，采访出来的东西就会更客观、更准确。
”　　一个“配”字，告诉我们口才中最重要的是“语带尊重”“语气中肯”、“简言意骇”、“通俗易懂”掌握了这几点，好口才方现雏形。
口才是一门巧妙运用语言逻辑的学问。
口才好的人，话会说得使人钦服，往往可以很顺利地达到自己的目的。
一个人如果具有良好的说话技巧，无论是立身处世，还是交友待人，或是工作创业，都一定会潇洒自如。

第一图书网, tushu007.com

<<北大口才课>>

《北大口才课》以北大毕业的名家经验为核心，多方面、多角度的阐述了拥有好口才的技巧，同时结合具体个案，深入浅出的与读者共同探讨锻炼口才、提高表达能力的有效方法。

第一图书网, tushu007.com

<<北大口才课>>

内容概要

百年北大的智慧积淀，通过北大名师、名家睿智的思维，告诉你如何说话才有底气，如何说话才有气场，如何才能说出笼络人心的话，如何才能巧妙地说出切中要害的话，如何说服他人，如何与陌生人沟通，如何拿捏好分寸、得体表意……《北大口才课》以全新的观点，多方面、多角度阐述拥有好口才的技巧，同时结合具体个案，深入浅出地与读者共同探讨锻炼口才、提高表达能力的有效方法。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

张笑恒，男，畅销书作家，作品畅销大陆、港澳台等地区。
凭借债和打工艰难完成大学学业，跑过业务、做过销售、开过公司。
目前已经出版了《孟非的说话之道》《乐嘉的处世之道》《30岁前跟对人30岁后做对事》《无法改变事情可以改变心情》等。
其丰富的个人阅历、缜密细腻的笔法和一针见血的笔触，总能给读者带来欲罢不能、直呼过瘾的阅读体验。

第一图书网, tushu007.com

<<北大口才课>>

书籍目录

第一章 魅力口才：修炼强大气场，领悟语言艺术的魅力
Lesson 1 知识深厚，才能妙语连珠
Lesson 2 冲破当众讲话心理恐惧的樊笼
Lesson 3 有自信的人有气场
Lesson 4 向高手借鉴口才之道
Lesson 5 热情的语言最有感染力
Lesson 6 你的语言有亲和力吗
Lesson 7 你的身体也会说话
Lesson 8 让微笑成为一种习惯
第二章 幽默口才：最具感染力的传……

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

Lesson 1　知识深厚，才能妙语连珠　有知识，一定是你可以获得的最有底气的一个武器，但是我们千万不要做另外一种人，就是在书本上很丰满，在现实中很骨感，这样一个很脆弱的人到了现实中经历大风大浪很快会夭折的！

——李响（北京大学毕业，中国江苏卫视著名主持人）　工欲善其事，必先利其器。

一个胸无点墨的人，是不能做到在谈话中应对自如、侃侃而谈的。

想和别人谈的愉快、顺畅，肚子里得有“货”。

广博的知识汇通四海，一路畅通无阻。

很多时候不是你不知道说什么，而是缺乏某方面的认知。

写文章讲究“读书破万卷，下笔如有神”。

说话其实和写文章是同一个道理，只有自己看的东西多了，才能够妙语连珠，说出有水平、有见解、有说服力的话。

苏秦依靠自己的口才成为战国时期一位有名的纵横家。

然而，他并非天生的好口才。

苏秦曾拜鬼谷子为师，学成出师之后，他先后去游说过周王、秦王，但是都失败了。

随后，苏秦很落魄地回到家里，受尽了亲戚朋友以及父母的冷遇。

受到的刺激越大苏秦越是不想轻易服输，于是便痛下决心，一定要争一口气。

从此以后，他发愤读书，钻研兵法，天天学习到深夜。

有时候读书读到半夜，又累又困，他就用锥子扎自己的大腿，虽然很疼，有时候都刺出血了，但是这样一扎，精神却来了，他就接着读下去。

就这样用了一年多的功夫，苏秦掌握了比过去更加丰富的知识。

随后，他周游六国去游说，宣传“合纵”的主张，功夫不负有心人，终于等到第二年，六国诸侯订立了合纵的联盟。

苏秦一人挂六国相印，成了威风八面的显赫人物。

他以三寸不烂之舌抵挡百万雄兵，成为了一个“前无古人、后无来者”的英雄。

古希腊著名演说家狄摩西尼斯亲笔抄写修西迪斯的历史著作达八次之多；著名演说家福克斯每天都高声朗诵莎士比亚的著作，以使他的演讲风格更加完善；英国桂冠诗人丹尼生每天研究圣经；大文豪托尔斯泰把《新约福音》读了一遍又一遍，最后可以长篇背诵。

好口才需要知识作为基础，想和别人谈得来，就必须积累更多的见闻和知识。

而书本是增长知识的重要的工具，即使是最伟大的口才家，也要借助阅读来丰富谈话内容。

美国最伟大的总统之一林肯，是世界上有名的演说家，而他的口才却得益于阅读。

林肯能把布朗特、拜伦的诗集整本背诵下来，还经常翻看莎士比亚的名著。

而在演说中那些旁征博引出来的卓越学识征服了千百万的听众。

例如，一次以尼亚加拉大瀑布为题材进行的演说“……当哥伦布最初发现这一块大陆，当耶稣基督被钉在十字架上，当摩西率领了以色列人渡过红海……古代人和我们现代人一样，他们曾见过尼亚加拉瀑布，比人类第一个始祖还老的尼亚加拉瀑布和现在同样新鲜有力。

前世纪庞大的巨象和爬虫也曾见过尼亚加拉瀑布……”如此精彩绝伦的演讲，把历史与传说结合起来，涉及了哥伦布、耶稣、摩西、亚当等对后世具有深远影响的人物，林肯让这条无生命的瀑布变得生机盎然起来。

其内涵之深厚，怎不令人拍手称赞？

说话虽然需要一定的技巧，但也与一个人掌握知识的多少有着密切的关系，正所谓“腹有诗书气自华”。

知识面不够宽广，就算口才学得再好，技巧掌握得再多，也是无法说服别人的。

当年诸葛亮在隆中苦读27载，一出山便有舌战群儒之功，恐怕当年的诸葛亮并不曾专门去学习过如何辩论，所依靠的是他数十年的苦读。

第一图书网, tushu007.com

想扩展谈话内容，想让普普通通的交谈变得绘声绘色有魅力，就必须让自己的头脑接受书籍的熏陶。
读书可以增长知识、开阔眼界，从而丰富谈资。
当你“读书破万卷”的时候，自然能做到“开口如有神”。
另外，还要紧跟时尚潮流，把握时代的脉搏，随时更新脑子里储存的信息。
社会正在不停的飞速发展，社会生活的各个方面日新月异，如果不能紧跟时代的潮流，必将会被时代远远地抛在后面。
一个落后于时代的人，是不会有好的谈资的。
Lesson 2　冲破当众讲话心理恐惧的樊笼　我认为，应当恐惧而恐惧者是正常的；应当恐惧而不恐惧者是英雄。
我们平常所说的从容镇定、处变不惊，就是指的这个。
不应当恐惧而恐惧者是孱头；不应当恐惧而不恐惧者也是正常的。
——季羡林（曾任北京大学教授，历史学家、思想家、作家）　美国的心理学家做过这样一个有趣的测验，测验的题目是：“你最害怕的是什么？
”结果名列榜首的竟然是“当众演讲”，名列第二的才是“死亡”。
有数字显示，有将近一半的人对在公众面前讲话比做其他事情感到恐惧。
通常情况是，站在众人面前，口干舌燥、脸红出汗、声音发颤、语速加快、头脑一片空白……这不仅影响自身的发展和形象，而且还给当事人的身心带来沉重的压力和痛苦。
天生不害怕当众讲话的人不多，但这并不意味着你的恐惧就无法克服。
我国近代史上学识渊博的大学者胡适原来也不是一个很会在公众面前讲话的人。
为此，他在美国留学期间，专门学了一门训练自己说话的课程。
酷暑夏日的某一天，他第一次站在讲坛上讲话，会场下面听讲的人们扇着扇子，而被叫上讲坛的胡适却因为紧张，全身发冷，腿直打颤，准备好的词都忘了。
他使劲地用手扶着讲台，希望借此掩饰一下内心的紧张，希望记起一些台词来。
但老师为了锻炼他的胆量，竟叫人直接把讲台搬走，弄得胡适更加没了自信。
后来，在各种场合都非常会讲话的胡适先生回忆起那次经历时笑着说：“因为我光顾着想下面的讲词，也就忘了我打颤的双腿了，奇怪的是它们渐渐地也不发抖了。
”　口才大师卡耐基先生对这种行为最有经验，而他克服说话的恐惧心理的经验之谈便是“你要假设听众都欠你的钱，正要求你多宽限几天；你是神气的债主，根本不用怕他们”。
一次，卡耐基参加训练班的毕业聚会，在聚会上，一个毕业生当着二百多人的面对卡耐基说：“卡耐基先生，五年前，我来到你举办示范表演的一家饭店。
当我来到会场门口，就停住了。
我知道只要走进房间，参加上课，早晚都得要讲演一番。
我的手僵在门柄上，我害怕走进去。
最后，只有转身走出了饭店。
当时，我要是知道你能教人轻而易举地克服恐惧，我就不会白白错过失去的五年了。
”　卡耐基深深的被这位毕业生大胆而自信的发言所吸引，因为他不只是隔着一张桌子，而是面对着几百个人发表自己的言论，他已完全克服了当众发言的惧怕心理，他必定能借助这份已拥有的自信和勇气，处理更伟大的事情。
爱默生先生曾说：“恐惧较之世上任何事物更能击溃人类。
”这话是很对的。
但无法克服畏惧，建立起自信，就无法实现更有效的说话。
日常生活中任何的沟通交流都离不开毛遂自荐，大胆言论等。
也只有克服了那份恐惧感，我们才能够最大限度地发挥自己的潜在能力，在各种场合下发表恰当的讲话，博得赞誉。
其实很多时候害怕当众说话的原因是不习惯于当众说话，第一次必定是最难熬的。

第一图书网, tushu007.com

美国前总统罗斯福说过：“每一个新手，常常都有一种心慌病。
心慌并不是胆小，而是一种过度的精神刺激。
”希斯洛是古罗马著名的演讲家，他第一次登台演讲就脸色发白、四肢颤抖；查理士是美国的雄辩家，他初次登台时更是两个膝盖不停地抖；印度前总理英·甘地首次演讲不敢看听众，面孔朝天……　　也许是曾经的失败发言造成了阴影，当别人对你的语言能力或者是行为举止表现出否定态度的时候，就会产生这种紧张感。
结果，再次面临同样的局面时，你还会畏缩不前。
但越是躲避，恐惧感就越会增加。
　　所以，调整好心态至关重要。
要时刻告诉自己，任何人都会有恐惧感，很多的演讲家、政治家，无论他们有多优秀，但最初都有怯场的经历。
比如林肯，林肯初登演讲台时窘迫不已，因为恐惧得连一句话都说不出来，结果被轰下台去，这对任何一个人来说，未尝不是最残酷的打击。
但林肯却勇敢地面对现实，勤讲多练，每一次演讲的机会都勇敢去尝试，为此他的演讲水平日益提高。
而后来他的总统就职演讲也被誉为最精彩的就职演讲之一。
　　又比如雅典著名的演讲家狄里斯。
虽然他初次登台演讲前已经做过周密细致的思索和充分的准备，但仍然遭到了失败。
现实与想象的差距让他陷入极度恐惧之中，因为这场演讲下来，他语无伦次，台下的观众甚至听不懂他在说什么。
然而这次压倒性的失败并没使他灰心丧气，而是比过去更努力地训练讲话的胆量。
他每天对着镜子发声，或者跑到海边，朝着大海呐喊，反复矫正，坚持不懈。
经过几年的努力，功夫不负有心人，他终于成功了，被誉为“历史的雄辩家”。
　　当众说话，产生一定程度的恐惧感是正常的。
有时候，即使这种恐惧感一发而不可收拾，甚至会造成心理障碍和言辞不畅等严重情况，也大可不必绝望。
大多数人都有这样的症状，很常见，只要肯多花时间，不断训练自己，就会发现这种恐惧感很快便降低到适当的程度，这时它就会成为一种动力。
　　美国前总统罗斯福曾说：“我们唯一恐惧的就是‘恐惧’本身。
”被誉为“保险推销之神”的日本明治保险公司理事原一平说：“只要自己坚信是正确的，就不要顾虑太多，重要的是要有先冲过去再说的勇气，万一失败，也不至于严重到对方会要你的命的地步。
”　　……

第一图书网, tushu007.com

<<北大口才课>>

编辑推荐

齐集北大名家、名师于一堂，教你学说话、敢说话、会说话。
千万人排队抢读的黄金智慧课！
好口才，能把握分寸赢得人气；好口才，能洞察实质把事做成；好口才，能抓住关键获得财富。甩掉平庸的语言习惯，把话说得滴水不漏、淋漓尽致，就能Hold住场面，做得成事。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com