

口才的訓練 與 演講技巧

方靜文



壹、口才的訓練

一處在紛紛云云的萬花筒裏，除了學識、涵養之外，一切的人情世故莫不藉著語言和動作表達出來，動物如此，萬物之靈的人更是如此，口才的重要性乃因此孕蘊而生！

「口才是什麼？就是那能緊扣人心弦的直覺力量！它是一種技術，更是一種藝術！」

二、口才的重要性：

(一) 口才的影響力——話要說得好，非但是人和人之間的潤滑劑，更是國和國之間的利益劑！

古人說：「一言可以興邦，一言可以喪邦」更足以顯示口才影響力之大；又云：「三寸不爛之舌」亦是讚美那辯士的口才無礙。歷史上諸葛亮的「舌戰群儒」和「罵死王朗」便是二件著名的口才戰鬥所獲得的輝煌成果。試看今日，那維護法紀尊嚴的律師法官，那為國為民橋樑的外文家，那維護國和國之間的正義鬥士——政治家們，乃至為國作育英才的教師都在顯示口才的影響力是莫可等閒視之。

(二) 適當的語言表達——人際道上的通行證

目前的人類社會關係越來越複雜，也越來越密切，高度的互助合作，使得彼此溝通的語言表達能力其重要性相形的提高。1 促進事情的進行和發展——當今社會我們每個人都有發表意見的權利和義務，對於何事應與與革乃至涉及吾人之安全和權利時，都不容我們再三緘其口，而產生自抑性的不滿的病態心理，這將嚴重的破壞社會安定的平衡面！

增進人與人之間的情感：

——化敵為友：這需寬廣的心胸和巧妙的言詞，朋友，讓我們

共同來培養吧！

——察言觀色：這將有助於彼此距離的拉近，因為於察言觀色之際我們給了對方有發言的機會和環境，同時藉此亦可培養吾人傾聽的能力。

——保留面子：這給予對方莫大的「自尊心」，因之在絲毫不使對方難堪的情況下，焉能不增進彼此的心靈相契呢！

(三) 口才的培養——多看、多聽、多學

每一個人均有其不可思議的潛能，莫道自己是個「笨舌頭」的人，而是壓根兒你就不想讓它靈活！朋友、想想，是不是？有個小建議！挑些自己有興趣且有助於自己的小品文用心的來唸誦，培養或改正自己的發音、語調，也藉此將情感隨文章內容及音調順暢表達。假以時日，便能培養出「心口合一」的表達法，非但能增進豐碩的字彙，更有助於情緒的自然流露，於人於己確是助益良多！

三、說話和待人處世的藝術

(一) 運用你的機智和幽默——待人處世的催化劑

適當運用則有助於人際關係的更趨和諧，化阻力為助力，更可化干戈為玉帛！總之時時於嚴肅中帶著活潑的氣息，將是令人愉悅

的。然若過度幽默則有欠莊重，易失去他人之尊敬心，切記！

(二) 拒絕的藝術——要有說「不」的勇氣

「不」字於含蓋的中華民族特性上，是很難啟口的，但是只要我們能以不傷害到對方自尊心的前提下，「委婉」且「果斷」的將自己的拒意表明，相信人人將能且樂於接受，同時也避免許多不必要的誤會和不悅；畢竟坦然的拒絕總比無謂的虛應故事要來得令人欣賞！

(三) 說話多留神——言不及義寧可不說

古人云：一言既出，駟馬難追，因此必需養成任何時候所說的話均是肯肯切切，踏踏實實的，一方面培養說話的可信度，且有助於情緒的縝密，最重要的是時時保有那一顆關愛他人的心，這對於「人格」的再健全，助益頗大！

(四) 恰當的恭維——激發自信心最明顯最通用的方法

當恭維用得恰到好處，在正需要它時，則對自信心無非是一個最適當的刺激，非但助人相處，同時更能使意見和知識交換得密切起來。這就是「恭維」在談話中的重要機能所在！

貳、演講技巧——演講之道乃處世大端，古今中外莫不崇尚。

一緒言：演講是一種思想、知識、智慧之傳遞，透過演講者生

動合理的講解論述，使聽衆得到共鳴的一種方法。而欲使演講駕輕就熟，並無他法，只是於講態講材及聲調中，動和揣摩而已。總之生則畏、熟能巧，看看當年美國文豪馬克吐溫的出言若棉塞口，演說家詹寧斯的兩膝抖戰似敵，知道凡事之初，均只是一種試驗而已，只要我們一往直前，自有駕輕就熟之日。

二要項

(一)資料結構：由既定之主旨來收集資料，擬定大綱，填充內容，使文章前後連貫，一氣呵成；再加以數喻以爲助講。最後再就全篇，察其總綱，提出了了數字，要具足全神，名與旨符，來定題目；此尤如畫龍壁上，而後點睛。

(二)講態儀式：視講場之環境，行應有之禮節；於講演之際，態度尤須從容自然，同時更可藉著頭面部的表情，來助言語之生動，使聽衆入神。

(三)言語聲調：講演前即須加以溫習揣摩，迨開講後，以不再看爲佳，且須口齒清楚，節段分明，同時運用言語聲調，緩急高低，自應隨其段落和層次方足。總之精彩的内容，配合扣人心弦的語調，將有助演講之功。

四契合聽衆心理及狀態，在講演之初，先察聽衆之品貌及資質程度等等，再適度的修正講演內容及方式，總以能應付群機爲要。至於講演內容之多寡及時間長短，亦應視觀衆動態而機動的調整，但總以嚴守時間爲原則。

三演講類別

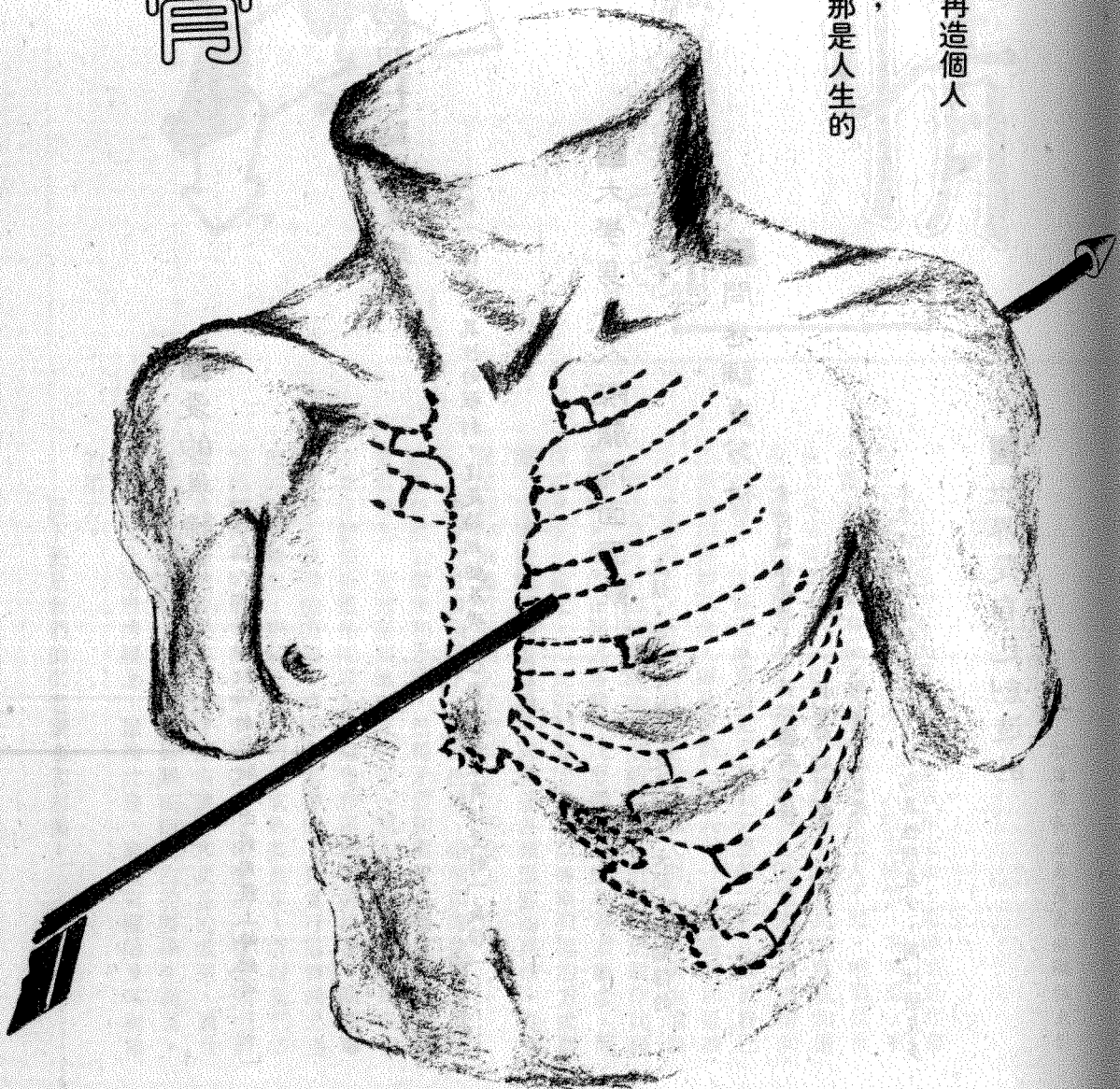
(一)一般演講：如前述，有備而往。

(二)即席演講：乃應人、事、時、地之須而作的臨時演說，這必須要有豐富的學養和知識，再配合敏捷的思考力組織力、系統化科學化的扼要中肯的說出。所謂「書到用時方恨少」爲了彌補此種缺陷，我們可於閒暇之時廣泛的閱讀各種好書，來充實我們的知識寶庫，來激發我們的求知慾，永遠的對這世界充滿好奇心、喜樂心，那麼你將會發覺即席演講就是我們最好的發抒方式。朋友，願意試試看嗎？

四結語：口才固然重要，但並非要吾人伶牙利嘴，而是要一本「誠」心，唯有配合「誠心」散發出去的包容心和愛心的口才，方有助於人類社會的和諧和進步！否則亦只流於共產黨式的鬥爭圈套。朋友，我們能不小心謹慎嗎？

肋

骨



■上帝取了亞當的一根肋骨再造個人

，說：「這是夏娃！」

■蛇在萬劫沉淪的谷底醒來，

告訴亞當：「吃了它吧！那是人生的果實。」