# 提高口才2

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-09-12

*要想获得自信心、勇气以及能力，以便在向人们发表谈话的同时能够冷静而清晰地思考，这并不象大多数人所想象的那般困难。这就如同你打高尔夫球一样，任何人都可以发展出他潜在的能力，只要他有想要如此做的充分欲望就行。还有另外一个例子，一日，一个公司的董...*

要想获得自信心、勇气以及能力，以便在向人们发表谈话的同时能够冷静而清晰地思考，这并不象大多数人所想象的那般困难。这就如同你打高尔夫球一样，任何人都可以发展出他潜在的能力，只要他有想要如此做的充分欲望就行。

还有另外一个例子，一日，一个公司的董事长顾立区来到卡耐基的办公室。他对卡耐基说：“我这一生每逢要说话时，没有一次不是惊惧万状的。

身为董事长不能不主持开会。董事们个个都已熟悉多年，大家围桌而坐时，我同他们对答如流，一点困难也没有，然而一旦起身说话，我就会惊恐万状，一个字也说不出。

这种情形已有多年。我不相信你能帮得上忙。

我的毛病太严重了，它由来太久。”卡耐基说：“你既然认为我帮不上你的忙，干嘛还来找我？”“只为了一个原因，”他答道。

“我有个会计师，他处理我私人的帐目问题，他是个羞怯的家伙。进自己的小办公室前，得先穿过我的办公室，好多年来，他一直都是蹑手蹑脚地走过我的办公室，眼观地面，难得说一个字。

不过最近，他改头换面了。如今他走进办公室时，下颚抬起，眼里闪着一股光亮，而且还说：‘早安，顾立区先生。

’信心十足，神采奕奕。我吃惊于这种改变，就问他：‘你怎么现在变得不腼腆了？’他于是告诉了我参加你的训练课程之事。

我就是因为看见那个吓坏了的小人物身上的大改变，才来找你的。”卡耐基告诉顾立区先生，定期来上课，并照课程的要求做，不出几星期，就会喜欢在听众面前讲话了。

“你要真是办得到，”顾立区说，“那我可就要成为全国最快乐的人之一了。”顾立区先生果然来参加课程，并且进步神速。

三个月后，卡耐基邀请他参加阿斯特饭店舞厅里的三千人聚会，并谈谈自己在训练中所获得的收益。他很抱歉不能参加，因为他事先已有约。

但第二天他挂电话给卡耐基说：“我把约会取消了。我准备去参加那个聚会，并为你而讲演，这是我欠你的。

我要告诉听众这个训练给我的帮助。我这么做，是希望借自己的故事来激励一些听众，让他们祛除残害他们生命的恐惧。

”卡耐基说让他讲两分钟就行，结果对着三千人，他足足说了十多分钟。类似的奇迹在卡耐基先生的演讲口才训练班上很多。

许多人由于参加这项训练而改变了自己的命运。其中，有好多人在自己的岗位上获得了远远超过自己所希望的擢升，在商业上、事业上和社会上达于显赫的地位。

也因为如此，卡耐基先生认为，在正确的时刻，一场演说就足以使大功告成。因为在这样一场演说中，受训者就可以借助别人的经验，克服不良心理，获得演讲的信心、勇气和技巧。

2、时刻不忘目标。

卡耐基认为，在演讲和口才训练中，受训者首先必须将自己投入未来的形象中，然后努力使其成为现实。这是每个人都必须做到的。

我们可以想象自信与流畅的说话能力对于一个人有多么重要，想想因此而结交的朋友和在社交上获得的成功对于一个人的重要性，想想自己能力大增而在事业上所受的影响，可以说，它是在为我们的美好未来而辅路。“国家现金注册公司”理事会会长、联合国教科文组织主席艾林先生曾在《演说季刊》上，发表了一篇题为《演说与领导在事业上的关系》的文章，他指出：“干我们商业这行的历史中，不少人是借着讲坛上的杰出表现而蒙器重的。

许多年前，有位青年，当时是堪萨斯州一处小分行的主管，在做了一场精彩无比的讲演之后，今天已是我们的副总裁，掌管业务。”能够起立，从容不迫地娓娓而谈，将使你的前途不可限量。

卡耐基学校有位毕业生亨利·柏莱史东先生，他是美国舍弗公司的总裁。他说：“与他人做有效的交谈，并且赢得他们的合作，是我们往上爬的人选中所积极追寻的一项能力。

”想想当你信心十足，起身与听众共享自己的思想和感觉时得到的满足和舒畅。卡耐基说，他曾数度环球旅行，但是凭借语言的力量操纵全场听众的那种快乐，却是别的事物堪与比拟的，因为它会使人有一种力量感，一种强劲感。

有个毕业生说：“开始说话前两分钟我宁可挨鞭子，就是开不了口；可是说到临结束前两分钟时，我又宁可吃枪子儿也不愿停下来。”现在就开始想像自己面对着观众。

想着自己满怀信心，迈步向前，听听你开讲后全场鸦雀无声；感觉感觉在你发表高见之际听众的全神贯注；感受感受你离开讲台时掌声的温馨；并听听聚会结束后个别的听众对你的称赏。哈佛大学最杰出的心理学教授威廉·詹姆斯曾写下六句话。

很可能对你一生发生深远的影响。这六句话，是阿里巴巴勇探宝穴的开门口决：“倘若你对某项结果足够关心，你自然一定会完成。

如果你希望做好，你就会做好。若你期望致富，你便会致富。

若是你想博学，你就会博学。只有那样，你才会真正地期盼这些事情，并一心一意地去做，而不会费许多心神再去胡思乱想其它不相干的杂事。

”学习有效地对人群说话，好处尚不止于可以做正式的公开讲演。事实上，就算你终生都不可能正式公开演说，接受这种训练的益处仍然是多方面的。

举例来说：当众演说的训练，是通往建立自信的大道，因为你一旦发现自己能够起立，伶牙俐齿、头头是道地对人群说话，你在与人个别交谈时，必然就更具信心和勇气。许多男士和女士去上卡耐基的“有效说话”课程，主要是在社交场合之中感到害羞而不自在。

当他们发现，自己能够站着和同事讲话心里不感到害怕时，他们便会觉得不自在是多么可笑，他们新培养出的泰然风度，令家人、朋友、事业伙伴和顾客刮目相看。许多人都是因为周围的人个性发生非凡的改变，才驱使他们去上卡耐基的训练课并获得成功的。

..

提高口才2责任编辑：飞雪 阅读：人次

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找