# 怎样培养自己的幽默感和专注感(三篇)

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-10-03

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。怎样培养自己的幽默感和专注感篇一老教授提着一...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**怎样培养自己的幽默感和专注感篇一**

老教授提着一个用黑布罩着的鸟笼，只露出鸟腿。

考的题目就是：由观察到的鸟腿，写下此鸟的种类。

某学生辛苦准备了几周，结果啥都没考，就考出这样的题目，他又不会…… 火大了，就拍一下桌子，提前交白卷了，又不写姓名！

老教授因而很生气，要那位学生留下姓名……

那学生只把裤管拉了起，露出毛腿，对老教授说：『你猜我是谁？』

这一招包含的范围最广、构成的条件最多、其实它冒用逻辑学中的「替代法」去假设一个合逻辑但不成立的对比。

听起来很深？让我举一个例子：综艺节目里常会出现一种情形博君一笑，假设对话如下：

来宾美少女：『我的歌声很像王菲吧？』

康康：『如果你是王菲的话，那应该会喜欢我。』

来宾美少女：『为什么？』

康康：『因为我是谢霆锋啊！』

没错，「假设」其实在幽默学中占有颇吃重的角色，如果再配合灵活的逻辑运用就可创造出一套与众不同的幽默风格。

**怎样培养自己的幽默感和专注感篇二**

choose to allow yourself to laugh at your own behaviors and beliefs—but not at yourself. make that distinction clearly.

让自己嘲笑自己的行为和信念——但不是嘲笑自己。分清两者的区别。see your life not as a distraught drama but as a romantic comedy. recognize the inherent farce-like quality in situations including sex and relationships.

不要把生活看成悲剧，把它看成烂漫的喜剧。承认与生俱来的荒。唐滑稽事情——就像性、爱情之类一样。

cultivating humor not only makes life more bearable, it makes you more attractive to others. study upon study shows that a sense of humor is high up on the list of traits that most people seek in a partner.

培养幽默感不仅可以让人更能忍受生活，还可以让人变得更有魅力。诸多研究表明，人们在寻求另一半的时候，普遍认为他/她对幽默的感知是一项重要的特性。

insert silliness. fill your life with one goofy thing a day. make an unusual observation about someone. or do something you normally wouldnt do. wear something silly. you will learn that nothing terrible happens—and you may also discover that something good often happens.

做点蠢事。每天都做点蠢事。对别人进行与众不同的观察，或者做些你通常不会去做的事情，比如穿身愚蠢的衣服。你会发现，这不会有什么糟糕至极的事情发生——恰恰相反，常常会有好事情发生。

puncture a rigid mindset with a mental exercise called \"paradoxical intention.\"

做一个叫做“矛盾的意图”的思维练习，打破刻板的习惯。

find the humor by saying, this makes me an utter wretch, a failure now and forever, a doomed and worthless subhuman, because i didnt get the part that i wanted or my partner isnt giving me the attention i want. get into the exaggeration until you see the absurdity of seeing yourself as a \"total failure.\"

你可以这样说来发现幽默：这让我变成了一个全然可怜的人，永远的失败者，命中注定的毫无价值的非人类，我无法实现理想，父母也不会注意到我。

**怎样培养自己的幽默感和专注感篇三**

只有迅速地捕捉事物的本质，以恰当的比喻，诙谐的语言，才能使人们产生轻松的感觉。

当然在幽默的同时，还应注意，重大的原则总是不能马虎，不同问题要不同对待，在处理问题时要极灵活性，做到幽默而不俗套，使幽默能够为人类精神生活提供真正的养料。

幽默语言表达的七种方法

一个人有趣的程度由易至深可分为三种：『滑稽』->『幽默』->『风趣』

『滑稽』- 我们形容一个人滑稽，因为他表现了诙谐有趣的言语和动作，或是可笑逗趣的样子，简单一点说就是搞笑。

此种行为较为通俗，也较容易上手，越是不顾形象越能发 挥的淋漓尽致。

但通常会随着年龄增长必须假扮形象的考虑而渐渐为人不屑。

这种特质可以与生俱来，五官的巧妙配置让人一见你就笑，被人形容长的很滑稽真不知 是喜还是忧。

搞笑不需要练习，不需要经过大脑的思索，如果加上充满戏剧性的夸张肢体动作，以「象形」取代「形象」，绝对会带给周围人们短暂的欢乐。

『幽默』- 既然是「含蓄而充满机智的」，就绝对不是扮猴子装恐龙这么简单。

你必须要由心出发，思绪要走的比别人快，用巧思安排布下诱因，让你的听众随着你主导的思路 渐渐且自发性的领悟，而发出会心的一笑。

不是会讲笑话就算懂得幽默，要知道笑话只是一条条钓好的鱼，并不能代表你是个钓鱼高手。

幽默不是天生的，而是可以 后天养成的，头脑灵活度、思想多元化、笑话库存的累积都会使你更有效的培养幽默感。

『风趣』- 幽默风雅、耐人寻思，讲究是骨子里散发出来的一种气质，幽默的最高境界。

不需要藉由夸张的肢体语言，或实际的笑话就可传达妙语如珠妙趣横生的言行，是智慧 和经验的完美结晶。

人说事都有两面，如果滑稽的缺点是不够稳重，幽默勉强可冠上轻浮二字，但是「风趣」是没有反面的。

在最适当的时机用最机智的言语或手法 达到幽默却意义深远的效果，是需要多年的体验加上快乐健康的心态所配炼出来的。

「幽默感」是现代人必备的一种生活技巧，二十一世纪生存的重要关键，而奇怪的是坊间并找不到任何的学术机构在传授或指导这么博大精深的课程。

一个没有幽默 感的人就像是一个肢体石化脑部硬化的残障者，周围的空气都是凝固的，跟他在一起真的让你乏味的想投井自尽，早早脱离这个枯燥沉闷的无聊小生命。

反而之，一 个有着上层幽默感的人绝对是有智慧且经验丰富的，处处带给你惊喜欢愉的感觉，有趣巧妙地化解尴尬，逆转式的从窘境中漂亮脱身。

中国社会的幽默感普及率及程度都不及西方国家，有可能是因为我们的绑手绑脚的理节太多，以至于「小不敢犯大」、「下不敢犯上」，无奈的局限在能被大众所接 受的范围内。

不过现在情形已稍有改善，社会较为开放，国家最高元首都不可幸免的被当成幽默话题，大家才渐渐解放自我，了解幽默进而享受幽默。

至于如何培养幽默感以获得更好的人际关系，本人斗胆提供我的看法给各位参考练习。

最简单的方法就是从众多的笑话中去体会领悟，我在这做了一个非常简陋的整理与分析，分享该如何把这些笑话灵活的运用在日常生活里，转换成自己独树一格的幽默感。

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