# 演讲与口才:口才训练三步曲

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2025-03-21

*平时我们会看电视，看报纸，看杂志，看书，交谈，观察。在这些活动中，有可以拓展话题的源泉。拿一个本子，把在这些活动中听到看到想到的趣事，要事，重要观念，好句子等记下来或剪贴下来，然后一天记下一两句或一两件趣事。强烈要求注意，不要贪多。 　　一...*

平时我们会看电视，看报纸，看杂志，看书，交谈，观察。在这些活动中，有可以拓展话题的源泉。拿一个本子，把在这些活动中听到看到想到的趣事，要事，重要观念，好句子等记下来或剪贴下来，然后一天记下一两句或一两件趣事。强烈要求注意，不要贪多。

　　一个月后，你会发觉自己的思想丰富了许多，而且有血有肉。

　　这是第一步的训练。

　　第二步，就是你在记忆东西的同时，要思考那些观点，概念。我举个例好了，卡耐基说：爱一个人就要给他自由。一般我们听到看到，就会习惯地接受或批判，或略过。不加深思，可是我不推荐你这么做。你要把自己的口才训练本中的观念加以分析。

　　有了一个深思的过程。谈起来就得心应手了。

　　第三步：从家人开始，进行交谈。不要只顾自己的口才训练成果，你要去留意他人在谈些什么，他人感兴趣什么。从他人的交谈中，找到与自己知道的有交集的。切进去。开始你的谈论。这里，注意他们的唇，还有他的肩，手。如果他要发表意见，从他的肢体上，有一些表现，你就要让出谈话权，引导他谈论。注意：真正善谈者是善听者。善听者即使一发一言，他们也会认为你是的谈论者。

　　然后，你可以到工作场所，朋友之中等，试试你的训练。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！