

演讲与口才



态势语的训练

一、什么是态势语

态势语是指通过人体的一部分形态的变化来交流思想、表达感情的一种辅助性语言变现形式，是口才应用者在其交际过程中，以身姿、面部表情、
眼神、服饰等有意无意地显现意图或倾向的非有声语言的活动。

二、运用态势语的原则

目的明确、准确鲜明、切合交际环境、协调一致、
自然雅观、富有个性

态势语的训练

三、态势语的作用

1、强调作用

辅之以眼神或手势以加强听众的印象

2、替代作用

态势语可替代有声语言来传达信息，进行交际

3、辅助作用

态势语作为一种辅助语言，发挥着配合、辅助、加强言语的作用。

4、审美作用

态势语的训练

态势语同时是演讲者风采、气度、风度的展示。

二、态势语言的类型及表现

态势语包括面部表情、眼神、身姿、空间距离、服饰装束

（一）面部表情

喜悦、愤怒、悲哀、快乐、惊讶、坚定

（二）目光语

1、眼神表达的时间

态势语的训练

- 2、目光的投向
- 3、目光的视式
- 4、视线的长短与软硬的内涵
- 5、如何控制对方的眼神
- 6、眼神表示的态度
- 7、眼神训练法

（三）手势语

手的动作是传情达意最有力的手段。

- 1、按动作幅度范围

态势语的训练

高势 中势 低势

2、按方向

3、按含义

指示性手势

象形性手势

象征性手势

情绪性手势

倾听能力训练

一、良好的听话态度

- 1、以诚恳、谦逊的态度集中聆听
- 2、和蔼的态度注视对方的眼睛
- 3、送去适时的点头和微笑
- 4、尊重别人说话和听话的权利，不要没礼貌地打断或中途插话
- 5、有不同意见应等人讲完，在适当的时候再说

二、倾听的“听众意识”

- 1、要善于用“听众意识”控制说话的停顿和速度

倾听能力训练

2、听众意识，就是设定我是一位听众，我希望你怎么说话，用听众的心态来设计自己讲话的模式

三、听话的思维方式

大多数人都可以以 4 倍的说话速度来听话理解，
所

以可以提前对话语内容进行揣测

思考方法：

推断法 小结法 品味法 自问自答法

倾听能力训练

四、聆听的方法

离散式听话	关注式听话	选择式听话
评议式听话	神入式听话	组合式听话

五、倾听的技巧

1、抓要点

用说话人话语的层次来捕捉要点；说话人在强调某些重点语句时，常采用故意放慢语速、突然停顿、提高声调或故意降低声调以及手势等加以提

倾听能力训练

示。

2、诱导

听者要学会运用应答、三言两语的评论或必要的提示来诱导说话人。