# 演讲与口才:说话难发原因

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-06-19

*有口难言，这种情况是很多的，在你听别人讲话的时候，你虽然不出声，可是你心中随时都在起反应，你自己独自地在沉默中对听到的话加以批评，加以补充，可是一切都没有说出口来。 　　在这种情形下，你可能有几种原因。 　　有口难言，可能是你怕羞，你不敢把...*

有口难言，这种情况是很多的，在你听别人讲话的时候，你虽然不出声，可是你心中随时都在起反应，你自己独自地在沉默中对听到的话加以批评，加以补充，可是一切都没有说出口来。

　　在这种情形下，你可能有几种原因。

　　有口难言，可能是你怕羞，你不敢把你的意见说出口来，你不敢预测说出来之后的效果怎样，你怕人们听了笑你，或是在心里笑你。自然，有的时候，你会遇见别人笑你的。

　　有人专门生来是取笑别人的，你错，他固然要笑你；你对他也仍然要笑你，无论你说得好，说得坏，总之，他就好象有天生的特权来取笑你那样，总在你身上找出他认为可笑的地方。

　　这种人到处都要用压低别人的方法来抬高自己，随时都要打击别人的自尊心，摧毁别人的自信心。如果你不幸，在你周围，在你的生活圈子里，有这么一千人存在，他不但是你口才不好的主要原因，恐怕他还会给你其他性格上的苦恼，例如怕羞，胆怯、自卑、优柔寡断等等的缺点。如果他是你家中的成员，或是在你小时已经跟你接近，那你的不幸就更要加深。

　　如果你只是普通的害羞之病患者，那就让我告诉你一个最简单有效的方法。你不是怕别人笑你，你为什么会怕人笑你呢？一定有人笑过你才会怕人笑，如果你从小到大从来没有被人取笑过，你怎么会怕呢？你从何而怕呢，你觉得我说得对不对？如果你相信了这一点，那么你就要好好地回忆一下，把以前被人笑过的事实追记出来。在你几岁的时候，在什么人面前，是为什么事情了现在我们谈的是口才，我们更关心的是你那时说了什么话？当然别的事情也仍然和口才有关的。我们常常是经过了一些事情，使我们的心灵受了什么刺激，到后来，日子久了，那件使你受刺激的事情已经模糊了，不记得了，但它发生的影响还是存在的。最初是怕某一些人，或某一件事，到后来我们便笼笼统统地怕起来，即使那一个人，或是那一件事老早不存在的，而我们的“怕’人却总跟着我们，使我们变成一个胆小的人，现在我们只要把以前那个笑你的人，或是使你被笑的那句话，在回忆中找出来，让我认识清楚怕的来源，我们怕的根，我们就觉得怕了。

　　不是有一个人笑过你么，那么，这就是说，并不是每一个人都要笑你。不是你曾经说了某一句话，别人才笑你的么？这就是说，并不是你每说一句话，别人都要笑你，如果是你的话可笑，可笑的只是那句话，那么，别人笑的只是你的那句话，不是笑你。换个人说了那句话，你听了也会笑的，你难道就没有笑过别人么？谁都笑过别人，谁也都被别人笑过，这是很平常的事。自然，你必须明白，为什么那句话会是可笑的，还有，如果那个笑你的人是一个喜欢取笑别人的人。那么，多半错不在你身上，而且，多半这个人不仅取笑你，还取笑别人，那么，只要避免在这个人的面前说话就可以了。在我们的世界里，人与人之间，有充满了互相尊重，互相同情，互相帮助的气氛，也有互相轻视，互相讥笑，互相欺侮的气氛，有轻视别人的人，自然同时就产生了被别人轻视的人，也就同时产生了回为被人轻视而养成害羞习惯的人，因此，我们一方面不要日为别人笑，就什么话都不敢说，一方面千万要警戒自己不要也沾染上这种恶习惯。

　　不要取笑别人，尤其不要取笑那些因为怕羞而沉默寡言的人，说一句话就面红耳热的人，我们应当特别体贴他们，尊敬他们，鼓励他们，同情他们，使他们在你面前，大胆他说话，自由他说话。不要因为他们不说话，就以为他们什么都不懂，其实他们在心里，储藏着许多宝贵的意见，也隐藏着许多急于要问人的疑难呢。

　　有口难言，可能是你对自己要求太高。你希望你的每一句话，别人听了都很佩服，只要你一开口，别人都立刻静下来听你讲话。你看见有许多人能够作到这一点，你佩服他，你羡慕他，你希望你也能和他一样。可是当你发现事实并不如此的时候，你失望了，你气闷了。因此，你变成一个不大出声的人。如果你是这样，那治法倒并不难。

　　你对你自己要求高一点，那是应该的，或者说是值得鼓励的。不过你同时也要认清楚一点，口才也和其他的各种才能一样，不是一下子就可以达到很高水准的。你看那些口才很好的人，他们之所以有那么高的水准，就是因为他们肯不断地练习，不断地一步一步提高。如果你早几年见到他们，听过他们讲话，也许他们那时的口才连你都不如哩。

　　有口难言，可能是你不明白话是要一句一句他说出来的。许多人都有这种情形，想把所有的话，一下子全倒出来，想一下子就说清楚他们的感觉、想法、主张和意见等，这自然不可能。于是他们就摇摇头说：“不行，我说不出来。我知道，可是我说不出来。’或是说：“我要说的话大多了，反而一句也说不出来。一句都说不出来么？先说一句试试看，不知从何说起么？从什么地方说起都可以。悦话到底不是作文章。作文章可以写出来之后再删改，说话为什么不能说出来之后再补充再修正呢。你说出一句话，不够是不是，那很简单，再加上一句，还不够，再加上第三句，第四句。这样讲下去，讲完一段，再讲一段，今天讲不完，明天再讲，明天没有时间，约定一个时间以后再讲。发现什么地方讲得不对了，还可以加以修正，这样讲下去，多么长的故事也可以讲完的。的确，有些事情，三言两语就够了。有的事情的确要花相当多的时间和气力，才能交代明白，不要以为什么都可以一下子说完的。不要心急，不要偷懒，对于那些难以说明的事，讲一点是一点，讲一段是一段。否则，永远不能把你要讲的讲出来。事实上，有些事情必须明白才能够互相谅解，互相合作。怎么办呢？回答是“讲不通又有什么办法？俗话说：“鼓不打不响，理不讲不明。”为了要使人明理，许多人讲啊讲啊，讲了多少次。而且还有许多人跟着讲下去，因为必须讲通，讲不通的想尽办法也要把他讲通，否则，有许多的事情，就办不通了。

　那些以为别人讲不通的人。有一个地方他没有想通。每个人都有他自己的看法，而这个看法，是经过长时期形成的。经过长时期形成的的东西，也是必须经过相当的努力才能改变的。所以，千万不要三言两语就希望跟你意见不同的人马上同意你，否则就说别人固执，成见很深，不可理喻等等。有些人总觉得没有人了解他，回为他一讲什么，只要一遇到不相同的意见，或是没有的同意他的意见，他就急了，甚至生气了。他根深蒂固地认为人与人之间是没有办法互相了解。至少。他认为自己是一个不能被人了解的人。

　　讲不通的看法，要探讨各种讲得通的技术。使讲不通的，变成可以讲得通的，这正是我们研究如何提高我们口才的主要目的。

　　为了免犯许多可以避免的错误，为使我们大家可以过一个互相了解，互相同情，互个合作的快乐的日子，让我们好好地锻炼我们的口才吧！口才虽然不能解决一切的问题。可是它能做的事情也多得很呢

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！