

《让你的声音更美好》

讲师：唐建光

【培训对象】 口语工作者

【课程目标】 通过学习科学的发声方法，学会正确发声，使自己的声音更悦耳、更持久、更具有穿透力和感染力。

【最佳人数】 30 人左右

【培训方法】 讲授、演示、练习、讲评

【培训课时】 公开了 1 天，训练课 2 天

一、认识你的声音

(一) 听觉感知基础知识

1. 视觉感知
2. 语言因素
3. 听觉感知

(二) 语音的美学构成

1. 音质
2. 音域
3. 音量
4. 语气
5. 语义
6. 节奏

二、让发音更科学

(一) 学会正确的呼吸

1. 胸腹式联合呼吸法

- (1) 闻香法
- (2) 吹烛法
- (3) 压力还原法

2. 呼吸训练要点

- (1) 身体姿势
- (2) 自如与急缓
- (3) 换气的把握

(二) 学会正确的发声

1. 发音训练

- (1) 呼吸器官的支持
- (2) 喉头和声带
- (3) 口腔和鼻腔

2. 声带训练

- (1) 音域练习
- (2) 声带保养
- (3) 生活禁忌

3. 共鸣训练

- (1) 开口音的共鸣
- (2) 闭口音的共鸣

(3) 训练 10 法

4.音量训练

- (1) 音量适中
- (2) 音量适境
- (3) 音量适意
- (4) 音量适幅

5.音质训练

- (1) 喉音校正
- (2) 唇音校正
- (3) 鼻音校正

6.吐字训练

- (1) 韵头 (声)
- (2) 韵腹 (调)
- (3) 韵尾 (归)
- (4) z、c、s 与 zh、ch、sh 的练习

7.读句训练。

- (1) 逻辑重音
- (2) 语法重音
- (3) 呼吸重音
- (4) 语流训练

三、让声音更美好

(一) 语气训练

- 1.陈述句练习
- 2.疑问句练习
- 3.感叹句练习
- 4.祈使句练习
- 5.语气训练“五步法”

(二) 美声技巧

1.“声音美”的标准

- (1) 正确清晰
- (2) 明快清脆
- (3) : 圆浑清亮
- (4) : 富丽清新
- (5) : 坚韧清越。

2.“声音美”的主要技巧。

- (1) 音节读准
- (2) 音节协调
- (3) 韵调和谐
- (4) 语气艺术
(气的徐、促 沉、满、提、短、粗、细、少、多的处理技巧。)

3.变换节奏的技巧

- (1) 标点知识
- (2) 换气停顿

- (3) 语法停顿。
- (4) 逻辑停顿
- (5) 感情停顿

4.把握语调的技巧

- (1) 重音技巧
- (2) 升降技巧

四、语音的岗位应用

(一) 职场语言的“七律”

- 1.尊重为先
- 2.表现真诚
- 3.热情亲和
- 4.赢得信任
- 5.言简意赅
- 6.遇事克制
- 7.语音悦耳

(二) 职场语音标准

- 1. 语速要求
- 2. 清晰度要求
- 3. 语气要求
- 4. 音调要求
- 5. 节奏要求
- 6. 音量要求
- 7. 热情度要求
- 8. 带笑的声音
- 9. 自信
- 10. 专业
- 11. 简洁
- 12. 在语言中注入情感

(三) 语言基本功的培养

1.文字

- (1) 纠错工具表
- (2) 纠错练习

2.词汇

- (1) 避免方言的直译
- (2) 动词、名词、形容词和代词处理原则

3.语法

- (1) 语法基础
- (2) 工作应用

4.语感

- (1) 语感训练
- (2) 朗读训练

5.表达和沟通技巧 (2 课时)

- (1) “说”之技巧
- (2) “听”之技巧

- (3) “问”之技巧
- (4) 电话金卡片的撰写

6.职业语言训练

——略