



一开口你就能征服众人

北京工业大学出版社



演说七裨

心态突破

内容为王

声音训练

肢体语言

控场训练

工具选择

实战演练

终身学习

改变命运

# 改变命运的 十堂演说课

周 浩◎著

练就演说才能，让你的人生从此不同凡响

GAIBIAN MINGYUN DE  
SHI TANG YANSHUOKE



北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

改变命运的十堂演说课 / 周浩著. —北京: 北京  
工业大学出版社, 2015.10  
ISBN 978-7-5639-4448-4

I. ①改… II. ①周… III. ①演讲—语言艺术  
IV. ①H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第216401号

## 改变命运的十堂演说课

---

著 者: 周 浩

责任编辑: 李 杰

封面设计: 国风设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园100号 邮编: 100124)

010-67391722(传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 三河市九洲财鑫印刷有限公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/16

印 张: 14.75

字 数: 159千字

版 次: 2015年10月第1版

印 次: 2015年10月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4448-4

定 价: 30.00元

---

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

## 序言 >>

在这个竞争日趋激烈的时代，怎样才能快速获得成功与财富？这个问题的答案可能每个人都迫切地想要知道吧。

其实，这个问题很好回答——拥有出类拔萃的能力即可。比如说创富能力、专业能力、组织能力、管理能力、口语表达能力等，这些能力就像是帮助我们走向成功彼岸的工具，能让我们加快成功的步伐。

那么，在这诸多的能力当中最重要的能力又是什么呢？让我说，就是口语表达能力，即口才。一个口才出众的人才可能在身无分文的情况下，说服别人为他投资，获得白手起家的机会，从而创业成功；一个口才出众的人才可能将众多的有志之士团结在自己的周围，为了共同的梦想而奋斗，从而实现自己的伟大抱负；一个口才出众的人才可能让每一个合作伙伴都对其心服口服，用杰出的管理能力减少成功路上的阻碍。

过去共产党带领人民军队打天下，靠的是枪杆子，如今成功者想要闯出一片天地，就离不开嘴皮子。权威的数据显示，效益和利润的80%都来自谈判桌与茶楼里面。

所以，在当今这个时代，口才是我们迈向成功不可或缺的重要工具。为什么这么说呢？我们可以看一下国际国内当前的实例。美国总统奥巴马



因为出众的竞选演说，在美国总统大选中胜出，并获得连任；中国台湾的马英九因为口才好，赢得人们的信赖，最终赢得大选。

在我国不管是公务员考试还是各类官员选拔、企业职位晋升都少不了竞选演说（面试）这一关。前两年中央电视台举办的以“励志照亮人生，创业改变命运”为主题的《赢在中国》大型励志创业电视活动，就是一个鲜明的写照。你的项目再好，如果没有优秀的口才把你的产品、人才、管理、市场、愿景还有你自身的优势突显出来，你就无法打动评委和观众。还有《中国梦想秀》、《加油，好男儿！》、《主持人绝对挑战赛》、《超级演说家》、《超级女声》等选秀节目，你参加哪一个节目要想获胜，都少不了要用你那优秀的口才和随机应变的当众演讲能力来赢得高分和评审团的支持和青睐。

当然，能够用到口才的地方，不仅仅只是电视台的选秀。如果我们是企业的领导，当我们的企业发展遇到瓶颈时，如果领导者具有非凡的口才和说服能力就可以帮助留住人才、留住客户，激发员工心中的希望和梦想，让企业转危为安、东山再起、再创辉煌。这样的例子有很多。

马云创业的路上也充满艰辛，但在他充满激情的演说中，人心聚到了一起，大家的劲儿都往一处使，每个人都对马云无比信任，最终成就了今日的电商帝国——阿里巴巴。

青岛海尔集团总裁张瑞敏不仅具备一流的管理能力，还具备出众的口才。当企业生产的冰箱出现质量问题时，张瑞敏不仅砸烂了冰箱，还对员工进行了入木三分的思想教育工作，他让所有人心悦诚服，最终成就了今日的“海尔产品——中国造”，为中国赢得了巨大的荣耀。张瑞敏更是成为中国企业家代表，站在美国哈佛大学的讲台上宣传海尔文化，

宣传中国企业，宣传伟大的中国。

相对来说口才分为两大类：一类是交际口才，一对一或一对少的；另一类是公众口才，它是一对多的，少的一人对几十人，多的一人对几百人、几千人、几万人甚至是更多的人。换言之，一个像零售，一个更像批发。

在商场上，零售的利润永远是有限的，而批发却能带来财源滚滚。打个比方，你在杭州只有一个小卖部，而且才几十款产品，而乐天玛特、家乐福、沃尔玛在全世界许多国家都有连锁店，你无法比。结果可想而知，你的销售业绩永远都比不上人家。

语言也是这样，你面对一个人都不敢讲话，而别人却能面对成百上千人自由演讲，你的个人影响力或者销售业绩就会远远不如别人。

所以，大家一定要努力提升当众讲话的能力，在最短时间，以最快速度把产品卖出去，把我们的生意做到全世界去。

著名人际关系专家卡耐基说过：

一个人能够站起来当众讲话，是迈向成功的第一步。

一个人的成功 15% 是靠他的专业技能，而 85% 是靠他的人际沟通能力。

一个人能够征服小小的讲台，就一定能够征服人生的大舞台。

说一千道一万，我不过是想告诉大家这样一个事实：在激烈的市场角逐中，如果你没有出众的口才，那么你很可能会在竞争中落败，甚至是被无情地淘汰出局。



所以，从现在开始努力培养自己的当众演说能力吧！当你能够做到对着任何人都能口若悬河，当你能够做到无论面对任何情况都能泰然自若地应对，当你能够做到无论面对多么糟糕的处境都能轻易化解，你就已经打开了成功的大门，你距离辉煌灿烂也就不远了。

# 目录 >>

## 第1课

### 演说七神：你为什么一定要学演说

好口才扫除个人发展障碍 / 003

好口才是职场升迁的助推器 / 007

好口才是市场营销中最有力的武器 / 013

好口才提升个人魅力 / 016

好口才赢得好人缘 / 020

好口才是白手起家的神奇密码 / 024

好口才成就辉煌的人生 / 029

## 第2课

### 心态突破：战胜自我，人人都能自信开口

战胜自卑，大胆开口 / 035

克服紧张，让表达流畅起来 / 040

当众讲话没有你想象的那么可怕 / 045

情绪准备：自信，让自己成为最受欢迎的人 / 048





### 第3课

#### 内容为王：有料，才能深深吸引观众

好内容，一定是观众愿意听的内容 / 055

掌握两个原则，把话说得更动听 / 059

运用三大法宝，开始魅力演说 / 064



### 第4课

#### 声音训练：声情并茂，让你的话更容易打动人

字正腔圆，增加观众的舒服感 / 071

节奏适中，让表达更清晰 / 075

抑扬顿挫，演说更具感染力 / 078

必不可少的课外朗读训练 / 081





## 第5课

### 肢体语言：让肢体语言为你的演说增添魅力

眼神：用注视表达你对观众的尊重 / 089

表情：让表情为你的演说服务 / 094

手势：用好你的第二张脸 / 098

动作：自然而然的动作辅助演说成功 / 103

## 第6课

### 控场训练：随时做演说的主人

学会七大互动技巧，避免冷场 / 109

牵着话题走，让观众始终被你吸引 / 113

提升应变能力，谨防意外发生 / 117

巧妙排除观众干扰 / 122





## 第7课

### 工具选择：不可低估的演说工具

学会使用视听工具辅助演说 / 131

机动灵活地使用多媒体工具 / 135

选好音响设备 / 138



## 第8课

### 实战演练：抓住一切机会去演说

随时随地进行实战演练 / 143

掌握即兴演说的魔法公式 / 147

善于运用经典的小故事 / 153

要善于打腹稿 / 160



## 第9课

### 坚定信念：人人都是超级演说家

大胆开口，没有什么能影响你当众讲话 / 167

告诉自己，你讲得是最好的 / 171

把演说当成是更高层级的朋友讲话 / 175



## 第10课

### 改变命运：人生因演说而不凡

即兴演说，随时开口征服众人 / 181

竞聘演说，一言之辩胜于九鼎之宝 / 186

竞选演说，让人心服口服才有大好前程 / 194

就职演说，帮你提前铺好职场升迁路 / 198

述职演说，说得好让你更得人心 / 203

谈判演说，三寸之舌强于百万雄兵 / 209

创业演说，帮你顺利获得风险投资资金 / 214

公众演说，随时随地成为最受欢迎的人 / 217



## 第1课



# 演说七裨：你为什么一定要学演说

人说商场如战场，其实职场的残酷丝毫不亚于战场。作为一个职场人，想要从激烈的竞争中脱颖而出，最需要具备的能力是什么？恐怕非口才能力莫属了。

俗话说得好，光干不说傻把式。你干了再多没有人知道，你就无法引起上司的重视；你具备再专业的能力，不能很好地和大家相处，别人依然会排斥你。

当今社会，口才已经成为职场人士必须要学习的重要能力。英国首相丘吉尔曾说：“一个人可以面对多少人，就代表他有多大成就。”无论是政界领袖还是商界精英，古今中外99%以上的深具影响力的成功人士，都具有超强的公众演说能力！

拥有一流的公众演说能力、在最短时间影响到最多的人，已经成为人们立足现代社会，快速获取成功的必备技能！



## 好口才扫除个人发展障碍

自古而今，历史上许多具备远见卓识的人都对说话给予了高度重视。“一言可以兴邦，一言可以丧国”“一言之辩，重于九鼎之宝；三寸之舌，强于百万之师”等古语足以体现出语言的分量。

然而，人们虽然对语言的力量十分推崇，但真正具备这种能力的人却并不多。调查研究发现：自认为在任何处境下都能说话得体、天衣无缝的人寥寥无几。不会说话，说不好话的人大有人在。

说话是一门学问，说得好与说不好面临的可能是“福从口入”与“祸从口出”两种截然不同的结果。

当今社会越来越注重“说”，无论是竞争职位还是应聘面试，无论是推销业务还是领导别人，甚至连谈恋爱都要有口才。拥有超人的口才，社交自然会很成功。说话不仅讲究方法，也讲究门道。懂得说话之道的人会把话说成“艺术”，我们经常可以听到这种说法“把话说出花来”，所说的也是同样的意思。演讲者能够使用一定的方法把别人巧妙地引导到自己的思想上来，这就是成功的演说。

一个人要想求人办事，首先得懂得用准确的语言表达自己，善于选用所求之人爱听的说话方式来与之交流。这样既不会显得阿谀奉承，又能让人觉得很受用，并很容易获得他人的好感，从而达成自己



的目的。反之，一个人如果不懂得说话之道，没有语言技巧，就会常常使自己陷入困境。比如应聘面试时，不会说话，给人的第一印象分就会大打折扣，如果你再没有真才实学，怎么可能从面试中脱颖而出呢？与人交往也一样，如果你不会说话，常常得罪人，你身边的朋友就会远离你。一言可以兴邦，一语也可以丧国。生活和工作中，如果没有处理人际关系的能力，怎么能够与人很好地相处，又怎么能够合作融洽呢？在现在这个讲究合作的时代，会说话、懂社交，是每个人必须拥有的技能。

大学毕业后，品学兼优的小孙进入了一家跨国公司任职。因为专业能力与工作态度都非常出众，小孙很快就在专业领域里取得了骄人的成绩。

在公司组织的员工大会上，总裁对小孙的表现大加赞赏，并明确表示将会重点培养他。

毕业没多久就被顶头上司如此器重，小孙虽然有一些飘飘然，但还是谦虚地说：“没什么，这都是我应该做的。”

话还没有说完，他就发现自己所在小组的项目组长脸色非常难看。于是小孙马上改口说：“当然，我能有现在的业绩，跟组长的专业指导是分不开的。如果没有组长的指导，我也不可能这么快就出成绩。”

这话一说完，组长面现尴尬，很多曾经给过小孙帮助的同事也纷纷露出了不屑的神色。小孙所在项目组组长是总裁的远亲，因此才被委任



组长一职。小孙这么一说，似乎是在含沙射影，讽刺组长在技术方面一窍不通。

小孙感到气氛不对劲，慢慢回过味儿来解释道：“不，不，不，我是想说，我是在同事的帮助和组长的带领下，才会……”

总裁笑着摆了摆手，轻描淡写地说：“年轻人嘛，有点儿能力，骄傲一些也是无可厚非的！”

从这以后，小孙在公司里被孤立起来了，不仅项目组组长不给他好脸色，连同事们都开始疏远他。在他需要同事们帮忙的时候，没有一个人对他伸出援手，甚至还有人阴阳地嘲讽他：“你既然那么厉害，就自己搞定算了，怎么会用得着我们！”

小孙在公司越来越受排挤，终于待不下去，选择了辞职。

小孙之所以会落得这般结局，不是因为他的工作能力有问题，而是因为他不善于使用嘴巴这个武器。如果当初小孙说出的话是：“能有现在的成绩，要多亏了同事们给予我的无私帮助以及组长的英明决策，没有他们，光靠我自己也成不了多大的气候。”那他也许就可以在职场上做得更好。

一个善于语言交流的人，必定是一个有智慧的人。他不仅可以将自己的意图流畅地表达出来，也可以把道理说得委婉、动听，使人乐于接受。除此之外，他还能做到在对话中及时地判断对方语言的意图，从对方的谈话中得到启示，了解对方，并与对方建立良好的友谊。

现代社会，尤其是在职场上，太多人的失败不是因为能力，而是因