

任何场合说服任何人，10天10堂课练就完美口才

# 高效演讲

如何把当众讲话变成影响力

柳婉琴◎著

Efficient  
Speech



一语定乾坤  
18分钟改变世界

卡耐基、比尔·盖茨、乔布斯、马云等演讲大家不公开的影响力秘诀

从此以后，全世界都听你的

 江西美术出版社  
JIANGXI FINE ARTS PUBLISHING HOUSE

# 高效演讲

如何把当众讲话变成影响力

柳婉琴◎著



江西美术出版社  
JIANGXI FINE ARTS PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

高效演讲 / 柳婉琴著. — 南昌: 江西美术出版社,  
2017.5  
ISBN 978-7-5480-4333-1

I . ①高… II . ①柳… III . ①演讲-语言艺术 IV .  
①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 036348 号

出品人: 汤 华  
企 划: 江西美术出版社北京分社 (北京江美长风文化传播有限公司)  
策 划: 北京兴盛乐书刊发行有限责任公司  
责任编辑: 王国栋 刘霄汉 朱鲁巍 宗丽珍 康紫苏  
版式设计: 曹 敏  
责任印制: 谭 勋

## 高效演讲

作 者: 柳婉琴

出 版: 江西美术出版社  
社 址: 南昌市子安路 66 号江美大厦  
网 址: <http://www.jxfinearts.com>  
电子信箱: [jxms@jxfinearts.com](mailto:jxms@jxfinearts.com)  
电 话: 010-82293750 0791-86566124  
邮 编: 330025  
经 销: 全国新华书店  
印 刷: 保定市西城胶印有限公司  
版 次: 2017 年 5 月第 1 版  
印 次: 2017 年 5 月第 1 次印刷  
开 本: 880mm × 1280mm 1/32  
印 张: 7  
I S B N: 978-7-5480-4333-1  
定 价: 26.80 元

本书由江西美术出版社出版。未经出版者书面许可, 不得以任何方式抄袭、复制或节录本书的任何部分。

版权所有, 侵权必究

本书法律顾问: 江西豫章律师事务所 晏辉律师

## 作者简介



**柳婉琴：**80后美女总裁，香港艾尚国际服饰有限公司联合创始人、艾美同学会联合创始人、幸福女人学院院长。

国际注册礼仪师，高级培训师，高级形象设计师，品牌策划师，擅长个人品牌形象策划与包装，品牌招商会，独创“三维度女神”塑造。

2015年中央电视台华人年度楷模人物、中国爱国国典“爱心企业家”、2017亚太女杰。



天猫兴盛乐图书  
专营店二维码

策 划：  兴盛乐

封面设计：  久品轩

## 读美文库书目：

马云工作法	人际交往心理学
高效演讲	失落的致富经典
奥黛丽·赫本	消费者行为心理学
人人都能成功	天才在左疯子在右
心静的力量	开一家赚钱的餐馆
思考致富	不生气，你就赢了
社交与礼仪	跟任何人都能聊得来
情绪急救	你当善良，且有锋芒
领导的艺术	你当温柔，且有力量
沟通的艺术	不畏将来，不念过去
推销的艺术	一切都是最好的安排
谈判的艺术	女人不要输在情商上
做生意的艺术	做一个刚刚好的女子
魔鬼金融学	灵魂有香气的女子
怪诞心理学	一年级影响孩子的一生
幽默沟通学	所谓做生意，就是交朋友
淡定心理学	所谓做销售，就是搞定人
性格心理学	所谓情商高，就是会说话
暗示心理学	提升女人气质的100个细节
自控力	别在该动脑子的时候动感情
拒绝力	对于自己，你还是个陌生人
回话的技术	别在该奋斗的年龄选择了安逸
竟然想通了	生命中最美好的事都是免费的
心理学与生活	将来的你，一定会感谢现在拼命的自己



## 柳婉琴

女性演说家

香港艾尚国际联合创始人

全国先进爱国企业家

中国女创学院金牌讲师

中国女创学院福州分院院长

E-MBA 云商学院事业合伙人

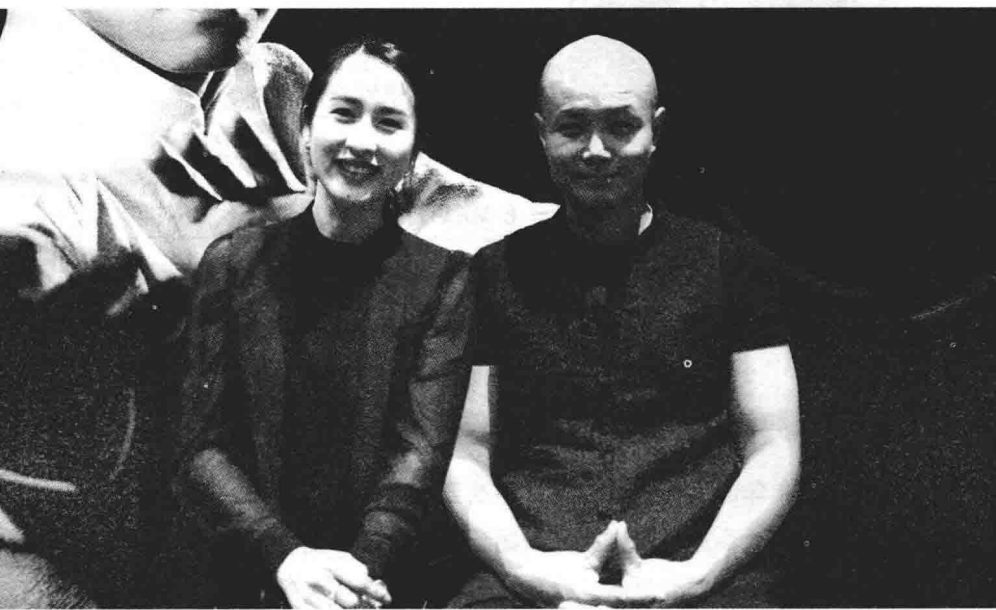
2015 中央电视台华人年度楷模人物

### 责任和使命：帮助女性实现美丽创业梦

半年时间让企业完成从电商到线下的华丽转型，帮助上万女性点燃生命激情，带领艾尚国际席卷中国美业，成为第一个闯入中国美业的服装品牌。今天，不只是在中国，在美国、日本、澳大利亚、新加坡……都拥有艾尚国际加盟商。

用演讲的力量时刻告诉自己：“每一位加盟商就像我的孩子一样，她们很多人没有从事过服装行业，所以我更要用心培训她们，影响她们。”

用爱构筑事业，用美丽影响世界！



柳婉琴与乐嘉合影

## 前 言

### P r e f a c e

当众讲话无时无刻不会出现。当众说话的水平对个人价值实现、人生成功的作用是难以估量的。事业的成功和失败，往往决定于某一次讲话，这话一点也不夸张。美国人类行为学家汤姆士指出：“讲话的能力是成名的捷径。它能使人显赫，鹤立鸡群。能言善辩的人，往往使人尊敬，受人爱戴，得人拥护。它使一个人的才学充分拓展，熠熠生辉，事半功倍，业绩卓著。”

无数成功者的事实证明，敢于当众讲话，善于说话是成功事业的催化剂，它直接关系事业的成败。综观历史，举凡政坛领袖、社会名流、商界精英等，无不拥有卓越的当众讲话能力。在每一次当众讲话中，他们都能够挥洒自如地展示口才，散发出非凡的影响力，从而赢得世人的仰慕和敬重。英国前首相撒切尔夫人，以其娴熟机智的出色讲话能力，塑造了英国史上一位崭新的风姿绰约、雍容而又不过度华贵、谈吐优雅和待人亲切自然的女首相形象。

在各种当众讲话中，演讲是被使用得最频繁，也最能展示个人的口才和影响力的一种。演讲是演讲者思想情操、修养学识、口才水准及气质风度、个性魅力的外在体现，是演讲者的仪表、举止、礼貌、表情、谈吐的综合反映。演讲者一经上场，一经开



口，就会把自己的形象诉诸听众的视觉，直接影响听众的评价和审美。成功的演讲者总是可以用各种方式让听众如痴如醉，充分展示自己的魅力，影响和征服听众。

很多人感叹自己演讲口才的平庸，羡慕和崇拜那些口才杰出的演讲家们。其实，“问渠哪得清如许，唯有源头活水来”，像毛泽东、周恩来等许多伟人和名人那样谈吐睿智、幽默，都是以学识渊博和阅历丰富为基础的。所以要有好的演讲口才，平时必须多读书、多参加实践，多积累书本知识和社会知识。知识在于厚积而薄发，有深厚知识积累的人，讲起话来，底气十足，成竹在胸。胸有成竹，欲发则出；积之愈深，言之愈佳。

“冰冻三尺，非一日之寒”，演讲口才是经过长期磨炼才形成的。古罗马著名雄辩家和演讲家西塞罗说得好：“训练有文化素养的雄辩家的方法，不在于背诵演说的规则，而在于实地练习。”必须下一番苦功夫，多学，勤练，抓住一切机会，运用恰当的方法刻苦磨炼，是演讲口才家们取得成功的一条重要经验。

本书为每一位渴望提高自己演讲口才的人们提供了一条便捷途径。全书用深入浅出的语言将演讲者应当掌握的重要知识和演讲中必须运用的技巧娓娓道来，告诉读者如何修炼自己的演讲素养，如何锤炼自己的演讲语言，如何开好演讲的头、结好演讲的尾，如何吸引听众的注意力，如何与听众进行现场互动交流，如何展示自己的魅力影响和打动听众等，最终流利地表达自己的思想，一步步实现演讲目标，高效圆满地将演讲推向高潮。

练好演讲功底，运用演讲艺术，在讲台上大展风采，发挥你无与伦比的影响力，让全场掌声经久不息！

CHAPTER 1

讲前演练：像演讲家一样演讲

- ◎ 修养：树立演讲家的风范 / 003
- ◎ 能力：娴熟自如地驾驭演讲 / 005
- ◎ 自信：满面自信上讲台 / 007
- ◎ 自制：镇定自若不冷场 / 009
- ◎ 目的：演讲以效果说话 / 011
- ◎ 准备：胸有成竹来演讲 / 013
- ◎ 风格：台上一分钟，台下十年功 / 015

CHAPTER 2

闪亮登场：一亮相就征服全场

- ◎ 风度：风度翩翩，折服听众 / 021
- ◎ 服装：让听众肃然起敬 / 022
- ◎ 礼仪：彬彬有礼，优雅有派 / 024
- ◎ 首语：“首先”向听众致意 / 026
- ◎ 表情：向听众真情表白 / 027
- ◎ 眼神：吸引听众的眼球 / 029

- ◎ 微笑：难以抵抗的魅力 / 032
- ◎ 手势：指点会场，激扬文字 / 034
- ◎ 演讲常用手势三十式 / 037
- ◎ 体姿：展示你的精神风姿 / 041

### CHAPTER 3

## 完美表达：字字句句感染人心

- ◎ 语言：通俗易懂，明白晓畅 / 047
- ◎ 口语：贴近大众，琅琅上口 / 049
- ◎ 发音：清脆优美，悦耳爽心 / 050
- ◎ 吐字：清晰准确，字字珠玑 / 051
- ◎ 语调：抑扬顿挫，多彩多姿 / 052
- ◎ 节奏：跌宕起伏，快慢适中 / 054

### CHAPTER 4

## 润色修辞：为演讲推波助澜

- ◎ 比喻：生动形象，加深印象 / 059
- ◎ 比拟：寄情于物，渲染气氛 / 060
- ◎ 夸张：夸大其词，震撼人心 / 062
- ◎ 象征：诱发联想，引发启迪 / 063
- ◎ 排比：语意强劲，气势磅礴 / 065
- ◎ 设问：启发思考，发人深省 / 067
- ◎ 反问：寓答于问，不容置辩 / 068

- ◎ 层递：层层递进，扣人心弦 / 070
- ◎ 反复：强化语气，增强语势 / 071
- ◎ 借代：以简代繁，意蕴风趣 / 073
- ◎ 对照：对比鲜明，透彻有力 / 074
- ◎ 引用：引经据典，强化分量 / 075

## CHAPTER 5

### 震撼开场：唱响演讲的开头戏

- ◎ 直接开场：开门见山，直奔主题 / 081
- ◎ 提问开场：直击心扉，开启心门 / 084
- ◎ 幽默开场：亦庄亦谐，妙趣横生 / 085
- ◎ 名言开场：烘云托月，做好铺垫 / 087
- ◎ 故事开端：有味有料，引人入胜 / 089
- ◎ 事实开场：实话实说，声声入耳 / 091
- ◎ 实物开场：匠心独运，耳目一新 / 093
- ◎ 巧设悬念：故弄玄虚，吊足胃口 / 095
- ◎ 转折开场：出其不意，峰回路转 / 096

## CHAPTER 6

### 吸引大法：牢牢抓住听众的注意力

- ◎ 现身说法：引发听众的同情 / 101
- ◎ 巧于赞扬：一句点赞兴趣浓 / 103
- ◎ 妙用笑话：牵动听众的笑神经 / 104

- ◎ 新闻时事：爆料耸人听闻的话题 / 106
- ◎ 变换方式：保持演讲的活力 / 107
- ◎ 有的放矢：满足听众的需求 / 108
- ◎ 投其所好：谈听众关心的事情 / 110
- ◎ 点名道姓：提及在场听众的姓名 / 111

## CHAPTER 7

### 煽情互动：拨动听众的心弦

- ◎ 套个近乎：拉近感情距离 / 115
- ◎ 表达尊重：唤起听众的崇高感 / 117
- ◎ 释放热情：把热忱传递给听众 / 119
- ◎ 撩拨情感：激起听众的共鸣 / 121
- ◎ 由近及远：以前排听众为突破口 / 122
- ◎ 现场交流：彼此说说心里话 / 123
- ◎ 置换角色：自己当一回听众 / 124
- ◎ 创设情境：让听众身临其境 / 125
- ◎ 激发参与：赋予听众参与感 / 126
- ◎ 设置角色：让听众当演员 / 127

## CHAPTER 8

### 魔力说服：这样说听众一定听

- ◎ 深藏不露：把劝说动机藏起来 / 131
- ◎ 正话反说：巧妙点拨听众 / 132

- ◎ 寓刚于绵：硬话柔说暖人心 / 133
- ◎ 曲径通幽：绕个弯儿去劝说 / 135
- ◎ 步步为营：循序渐进地诱导 / 137
- ◎ 摆出事实：事实胜于雄辩 / 139
- ◎ 陈述理由：以道理折服听众 / 140
- ◎ 引用名言：让名人帮你说服 / 141
- ◎ 分析利弊：向听众晓以利害 / 143
- ◎ 活用数据：数据就是说服力 / 144

## CHAPTER 9

### 精彩收尾：再掀听众感情的波涛

- ◎ 概括结尾：总括全篇，强化主题 / 149
- ◎ 照应结尾：首尾呼应，浑然一体 / 150
- ◎ 号召结尾：慷慨激昂，振奋人心 / 151
- ◎ 决心结尾：激情奔放，催人奋进 / 152
- ◎ 祝贺结尾：句句真情，感人肺腑 / 153
- ◎ 点题结尾：强调主题，振聋发聩 / 154
- ◎ 抒情结尾：借景抒情，鼓舞人心 / 155
- ◎ 幽默结束：余音绕梁，三日不绝 / 156
- ◎ 引文结束：言简意明，画龙点睛 / 158
- ◎ 简洁结尾：长话短说，掷地有声 / 160
- ◎ 升华结尾：异峰突起，感召人心 / 162

## CHAPTER 10 控场应变：将影响力进行到底

- ◎ 出错卡壳：将错就错，自圆其说 / 167
- ◎ 突发意外：顺水推舟，借题发挥 / 168
- ◎ 内容雷同：紧急暂停，转换话题 / 170
- ◎ 听众厌倦：提高语调，活跃气氛 / 171
- ◎ 无礼指责：幽默对答，有礼有利 / 172
- ◎ 故意刁难：反戈一击，反唇相讥 / 173
- ◎ 蓄意挑衅：据理力争，针锋相对 / 174
- ◎ 故意起哄：沉着镇定，机智应对 / 175
- ◎ 掌控时间：有条不紊地演讲 / 176
- ◎ 活用道具：为演讲“保驾护航” / 180
- ◎ 调节空间：与听众保持最佳的距离 / 183

### 附录一：中外名人经典演讲

- 不自由，毋宁死 / 帕特里克·亨利 / 185
- 历史将宣判我无罪 / 卡斯特罗 / 189
- 一个遗臭万年的日子 / 罗斯福 / 195
- 作家的孤独巅峰 / 厄尼斯特·海明威 / 198
- 中美友好往来的大门终于打开了 / 周恩来 / 199
- 我们应该团结在一起 / 普京 / 201

### 附录二：高效演讲 100 招



## CHAPTER 1

# 讲前演练：像演讲家一样演讲



演讲是人的思想和智慧之光的体现。演讲艺术的高低，取决于一个人的综合实力，取决于其长期的文化积淀与实践历练。成功的演讲者不仅要具有高尚的道德品质和丰富广博的知识，还应当拥有良好的心理素质，如此才能在大众面前自如地讲话、发表意见，既镇定自若，又侃侃而谈。演讲之前，做好心理、素养、能力等方面的准备和演练，可让演讲稳操胜券。