

口才与 演讲技巧

领导脱稿演讲与即兴发言

窦令成◎著 >>>>

全彩图解版

脱稿演讲是个技术活
免费下载PPT

演讲看场合：会议、述职、总结、聚会

演讲看对象：同事、下属、领导、客户、陌生人

不可错过的脱稿演讲技巧修炼课，从内容、形态、声音、控场、心理等方面全方位帮助领导塑造完美形象，赢得尊重和自信。



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

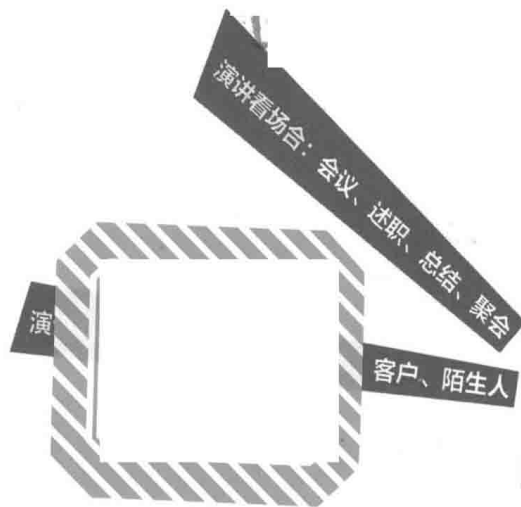
口才与 演讲技巧

领导脱稿演讲与即兴发言

窦令成◎著 >>>>

全彩图解版

脱稿演讲是个技术活
免费下载PPT



人民邮电出版社

图书在版编目(CIP)数据

口才与演讲技巧：领导脱稿演讲与即兴发言 / 窦令成著. — 北京：人民邮电出版社，2015.7
ISBN 978-7-115-39139-1

I. ①口… II. ①窦… III. ①领导人员—演讲—语言艺术 IV. ①C933.2②H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第085463号

内 容 提 要

领导干部，难免要当众讲话和演讲。但是在脱稿的状态下做好演讲，却是相当有难度的。本书将从演讲的内容、演讲姿态、演讲声音、演讲辅助工具等多个方面全面帮助领导干部提升当众脱稿演讲的能力。本书采用的全彩图解形式，会让你对核心要点一目了然；舒服的色彩搭配，能让你在轻松愉快的阅读体验中提升你的当众讲话和演讲的能力。面向众人时，演讲技巧能帮助你提升自己的魅力。

-
- ◆ 著 窦令成
责任编辑 吴 斌
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京缤索印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本：690×970 1/16
印张：13.5 2015年7月第1版
字数：190千字 2015年7月北京第1次印刷

定价：45.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

第 1 章

脱稿演讲的魅力

脱稿演讲，是一门技术活 / 12

脱稿演讲的六大价值 / 15

脱稿演讲打造个人强大气场 / 18

脱稿演讲提高领导魅力 / 21

成功脱稿演讲的四大原则 / 24

第 2 章

决定演讲成败的六大因素

要有积极的心理准备 / 28

对演讲内容一定要熟悉 / 31

摸清听众的喜好 / 33

掌握高效的演讲技巧 / 37

展开最有价值的思维训练 / 40

调适身体，让自己达到最佳状态 / 43

第3章

优秀的演讲稿是设计出来的

常见的三种演讲架构 / 46

优秀演讲稿的十六字原则 / 49

用好5W2H的说明方式 / 51

标题鲜明，每个观点要有三个故事 / 54

逻辑性要强，顺着听众的逻辑去写 / 56

内容要精彩生动，每句话都要打动人 / 59

使用听众爱听的语言 / 62

有层次感，要有起伏跌宕 / 64

第4章

脱稿演讲要做的辅助工作

给自己设计一张一看就懂的演讲图 / 68

制作简洁好看的演讲PPT / 70

学会运用高效演讲的辅助工具 / 73

熟悉演讲场所及内部设备 / 75

设计符合主题的着装 / 78

给自己来一场演讲排练 / 81



第5章

脱稿演讲时如何克服紧张心理

恐惧心理是演讲的克星 / 86

自我暗示，克服心理恐惧 / 89

临场调适紧张心理的六种方法 / 92



第6章

脱稿演讲的六大技巧之一：开场要精彩

演讲要有优美的开端 / 96

最有效的自我介绍 / 99

有效的开场白 / 102

第一句讲什么 / 105

十三种不同的开场白 / 108

一定要避免的无效开场白 / 111

第7章

脱稿演讲的六大技巧之二：形态要到位

善用眼神的力量 / 116

表情要丰富 / 119

肢体体态要恰到好处 / 122

手势要配合到位 / 125



第8章

脱稿演讲的六大技巧之三：声音要优美

演讲声音的包装与设计 / 132

声音形象的六大要求 / 134

语音清晰洪亮 / 136

声调抑扬顿挫 / 138

把握停顿节奏 / 141

语速快慢有度 / 144

说好普通话的几大技巧 / 147

声音的训练 / 150



第9章

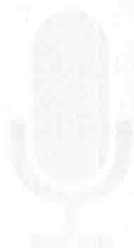
脱稿演讲的六大技巧之四：故事要动人

演讲高手都是故事高手 / 154

演讲中最吸引听众的四类故事 / 156

这三种故事最具杀伤力 / 158

故事高手是这样练成的 / 160



第10章

脱稿演讲的六大技巧之五：控场要到位

掌控全场，让听众感受到尊重 / 164

用眼神与听众交流 / 166

多提问题，让听众参与互动 / 168

出现问题，如何圆满解决 / 171



第 11 章

脱稿演讲的六大技巧之六：结尾要有力

总结观点，收拢全篇 / 176

呼吁采取行动 / 178

利用名言、故事结尾 / 180

致谢里面也有文章 / 182

第 12 章

演讲的十大禁忌

不要低头念稿子 / 186

说他人的是非 / 189

侮辱和教训听众 / 191

话说得太满 / 193

随意给听众承诺 / 195

演讲前后矛盾 / 197

语速太快，废话连篇 / 199

面无表情，双目无光 / 202

跑题和答非所问 / 204

小动作和摇头抖腿 / 207

附录 常见场合的脱稿演讲词 / 210

口才与 演讲技巧

领导脱稿演讲与即兴发言

窦令成◎著 >>>>

全彩图解版

脱稿演讲是个技术活
免费下载PPT



人民邮电出版社

图书在版编目(CIP)数据

口才与演讲技巧：领导脱稿演讲与即兴发言 / 窦令成著. — 北京：人民邮电出版社，2015.7
ISBN 978-7-115-39139-1

I. ①口… II. ①窦… III. ①领导人员—演讲—语言艺术 IV. ①C933.2②H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第085463号

内 容 提 要

领导干部，难免要当众讲话和演讲。但是在脱稿的状态下做好演讲，却是相当有难度的。本书将从演讲的内容、演讲姿态、演讲声音、演讲辅助工具等多个方面全面帮助领导干部提升当众脱稿演讲的能力。本书采用的全彩图解形式，会让你对核心要点一目了然；舒服的色彩搭配，能让你在轻松愉快的阅读体验中提升你的当众讲话和演讲的能力。面向众人时，演讲技巧能帮助你提升自己的魅力。

-
- ◆ 著 窦令成
责任编辑 吴 斌
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京缤索印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本：690×970 1/16
印张：13.5 2015年7月第1版
字数：190千字 2015年7月北京第1次印刷

定价：45.00元

读者服务热线：(010)81055296 印装质量热线：(010)81055316

反盗版热线：(010)81055315

广告经营许可证：京崇工商广字第0021号

作为领导，在年度总结大会上给员工来一场激动人心的演讲，在大型公益场合中做一次企业宣传的演说，这些都是必不可少的活动。这个时候，优秀的演讲才能是优秀的领导者应该具备的能力。

可是，很多领导虽然演讲活动不少，但能真正地脱离稿件还讲得声情并茂、激动人心的并不多。

他们的身边往往会有一位或者几位“御用”的“笔杆子”。领导们一遇到大型场合、需要露一露自己的演讲口才时，就需要那些“笔杆子”尽心尽力、通宵达旦地完成一篇声情并茂、激情涌动的演讲稿。

在演讲前，准备演讲稿是完美主义的一种表现。

然而，在很多时候，当领导们拿着演讲稿一字一句地照读以抒发自我感情，台下的听众随着领导一顿一低头的节奏打起属于自己的瞌睡时，再完美的演讲稿也造就不了完美的演讲。最后的结果，往往是领导们感动了自己，却催眠了台下的一群听众。

演讲有多种形式，有照读式演讲、背诵式演讲、提纲式演讲和即兴式演讲。

在演讲的诸多方式中，照读式演讲成了众多领导的钟爱，无论是小型会议还是大型场合，只要是需要演讲的地方，领导们就会掏出早已准备好的演讲稿快意“抒发”。

好的领导不是演讲稿的发声器，而是在脱离稿件的基础上也能畅然发挥。

“脱稿演讲”被众多追求“完美主义”的领导拒之门外。可是，脱稿演讲有着巨大的魅力，要比念稿好，是所有的领导都不应该拒绝的演讲方式。

首先，脱稿演讲更加生动。

在念一篇文章的时候，很多人都会有这样一种感受：总害怕念错、念得不够标准。一味地追求是否正确，最后却失去了最应该表达的感情。

念稿就是这样的感受，它会使人陷入高度紧张的状态，语言干巴巴，没有任何感情。

而脱稿就不一样，脱稿更加自由，语言和思维都处在开放状态，更容易使演讲感情充沛、生动形象。

其次，脱稿更容易同听众交流。

在交流互动方面，脱稿要比念稿更容易做到。因为没有看演讲稿，演讲者更方便同听众在眼神、动作上互动交流，从而增加了演讲的魅力。

再次，脱稿演讲有利于发挥得更好。

念稿容易使人陷入原有稿件的思维中，而脱稿因脱离了原有稿件，发挥的空间更大。

对于领导来说，演讲时应该脱稿。演讲时脱稿更能征服听众，更容易树立领导者的权威，树立典范作用。

最后，脱稿演讲更有说服力。

很多时候，一篇演讲稿无论写得多么精彩绝伦、激动人心，拿着稿件照读永远比不上将其弃之不用，自然大方地面向听众侃侃而谈，这样更容易吸引听众的注意力，因此更有说服力。

卡耐基说：“80%的现代成功人士都是靠一根舌头打天下的。”这样一根舌头，应该能够脱离稿件而发音。

本书就是为了帮助更多的人能大方地站在台前自信地脱稿演讲而准备的。

本书主要从脱稿演讲的准备阶段、具体操作技巧入手，全面地介绍脱稿演讲，告诉大家如何成功地脱稿演讲，以让更多的领导者摆脱“脱稿难”的问题，树立演讲自信。

第 1 章

脱稿演讲的魅力

脱稿演讲，是一门技术活 / 12

脱稿演讲的六大价值 / 15

脱稿演讲打造个人强大气场 / 18

脱稿演讲提高领导魅力 / 21

成功脱稿演讲的四大原则 / 24

第 2 章

决定演讲成败的六大因素

要有积极的心理准备 / 28

对演讲内容一定要熟悉 / 31

摸清听众的喜好 / 33

掌握高效的演讲技巧 / 37

展开最有价值的思维训练 / 40

调适身体，让自己达到最佳状态 / 43

第3章

优秀的演讲稿是设计出来的

常见的三种演讲架构 / 46

优秀演讲稿的十六字原则 / 49

用好 5W2H 的说明方式 / 51

标题鲜明，每个观点要有三个故事 / 54

逻辑性要强，顺着听众的逻辑去写 / 56

内容要精彩生动，每句话都要打动人 / 59

使用听众爱听的语言 / 62

有层次感，要有起伏跌宕 / 64



第4章

脱稿演讲要做的辅助工作

给自己设计一张一看就懂的演讲图 / 68

制作简洁好看的演讲 P P T / 70

学会运用高效演讲的辅助工具 / 73

熟悉演讲场所及内部设备 / 75

设计符合主题的着装 / 78

给自己来一场演讲排练 / 81





第5章

脱稿演讲时如何克服紧张心理

恐惧心理是演讲的克星 / 86

自我暗示，克服心理恐惧 / 89

临场调适紧张心理的六种方法 / 92



第6章

脱稿演讲的六大技巧之一：开场要精彩

演讲要有优美的开端 / 96

最有效的自我介绍 / 99

有效的开场白 / 102

第一句讲什么 / 105

十三种不同的开场白 / 108

一定要避免的无效开场白 / 111

第7章

脱稿演讲的六大技巧之二：形态要到位

善用眼神的力量 / 116

表情要丰富 / 119

肢体体态要恰到好处 / 122

手势要配合到位 / 125



第8章

脱稿演讲的六大技巧之三：声音要优美

演讲声音的包装与设计 / 132

声音形象的六大要求 / 134

语音清晰洪亮 / 136

声调抑扬顿挫 / 138

把握停顿节奏 / 141

语速快慢有度 / 144

说好普通话的几大技巧 / 147

声音的训练 / 150

