

佺 华◎编著

跟我学： 演讲口才

(最新修订版)

最新实用口才训练教程



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

江南大学图书馆



91331811

华◎编著

跟我学： 演讲口才

(最新修订版)

江苏工业学院图书馆
藏书章

最新实用口才训练教程



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

跟我学：演讲口才（最新修订版）/ 仝华编著. —北京：中国经济出版社，2009.8

ISBN 978-7-5017-6277-4

I. 演… II. ①仝… III. 演讲—语言艺术 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 143635 号

出版发行：中国经济出版社（100037·北京市西城区百万庄北街3号）

网 址：www.economyph.com

责任编辑：叶亲忠 （电话：010-88380089 E-mail: yeqz@sina.com）

责任印制：石星岳

封面设计：华子图文设计公司

经 销：各地新华书店

承 印：北京金华印刷有限公司

开 本：880mm×1230mm 1/32

印张：10.875 字数：260千字

版 次：2009年3月第2版

印次：2009年8月第3次印刷

书 号：ISBN 978-7-5017-6277-4/Z·798

定价：22.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题，由我社发行部门负责调换，电话：68330607

版权所有 盗版必究

举报电话：68359418 68319282

国家版权局反盗版举报中心电话：12390

服务热线：68344225 68341878

丛书编委会

策 划：魏 民

主 编：叶亲忠 曹文春

编 委：（按姓氏笔画排列）

王目星 王晓东 叶亲忠

任红瑚 汪玮琳 郑 中

张淑玲 袁 方 曹文春

蔡伟明 魏 民

序 言

众所周知，任何没有科学理论指导的实践都是盲目的实践，演讲亦然。演讲是在特定的环境中，由演讲者的品德修养、语言表达和听众心理、信息传播价值及方式等多种因素共同作用的综合行为过程，具有很强的科学性和艺术性。科学的演讲理论是从演讲实践中概括、抽象出来的，熔铸了哲学、美学、社会学、教育学、心理学、语言学、逻辑学、文学、历史等许多门类的科学成果。

随着知识经济时代的到来，演讲能力已成为考核和评价人才素质的重要尺度，学习演讲的人越来越多。

初学演讲的人，往往有着迫切的成功欲望，但却容易走上两个极端：或者轻视理论、盲目实践，或者死抠理论、忽略实践，结果都是屡讲屡败，事与愿违。究其原因，前者忽视了演讲作为一门严肃的科学所具备的科学性和艺术性，忽视了对演讲理论的深入学习和研究，企图凭借浅薄的个人经验去盲目摸索或简单地模仿而形成高水平的演讲能力，要么单纯地把演讲能力等同于口头表达能力或普通话水平甚至演讲稿的写作水平，以偏概全；要么专

在态势语言上下功夫，钻牛角尖；要么错把演讲理论当成可有可无的调味品，以几个演讲名人的某次演讲或几句名言作为指南，夸夸其谈。而后者则往往被当前百家争鸣的各种演讲理论惹得眼花缭乱，要么难辨真伪，无所适从；要么视理论为要诀，一招一式都非得从书本上讨说法，被理论束缚住了手脚。如此等等，只能是事倍功半，甚至误入歧途。

事实证明，没有一个人的演讲能力是天生的，而唯有在科学理论的指导下经过长期的艰苦实践，才是古今中外的一切著名演讲家成长的共同道路。初学演讲的人，应该抛去浮躁，系统地掌握有关演讲的基本概念、演讲稿的写作、口语表达技巧、演讲中的机变艺术、演讲设计等知识，把科学的理论和扎实的实践相结合，开展有序、有效的演讲活动。

目 录

第一章 演讲的一般知识	(1)
一、演讲的涵义	(1)
二、演讲的特征	(4)
三、演讲的类型	(7)
四、演讲的基本原则	(14)
五、演讲禁忌	(16)
第二章 演讲者修养和能力的培养	(20)
一、演讲者的修养	(20)
二、演讲者应具备的能力	(29)
第三章 演讲前的准备	(32)
一、演讲的目的	(32)
二、演讲题目的选择	(35)
三、演讲材料的收集与整理	(42)
四、演讲稿的编写	(49)
五、演讲稿的记忆	(67)
六、演讲前的预讲	(68)

第四章 演讲者的心理训练 (72)

- 一、演讲者的心理素质 (72)
- 二、演讲中的几种不正常心理 (78)
- 三、怯场的心理因素和防治 (80)

第五章 了解和掌握听众 (90)

- 一、为什么要了解和掌握听众 (90)
- 二、注意了解和分析听众 (92)
- 三、演讲者的威信效应 (95)
- 四、分析听众的途径 (96)
- 五、牢牢抓住听众的心 (102)

第六章 演讲口才风格的培养 (105)

- 一、演讲口才风格的含义 (106)
- 二、演讲口才风格的重要作用 (108)
- 三、形成演讲口才风格的途径 (109)
- 四、演讲口才风格的变异性 (110)
- 五、演讲口才风格的类型 (111)
- 六、个人演讲口才风格的培养 (116)
- 七、提炼自然的演讲风格 (120)

第七章 凤头、猪肚、豹尾 (123)

- 一、凤头，漂亮的演讲开场白 (123)
- 二、猪肚，激荡饱满的演讲正文 (143)
- 三、豹尾，精妙的演讲结束语 (151)

第八章 演讲语言的表达技巧	(162)
一、遵循逻辑思维规律	(162)
二、修辞的技巧	(166)
三、证明与反驳的技巧	(172)
四、幽默诙谐的技巧	(176)
五、制造悬念的技巧	(178)
六、提问引发的技巧	(180)
七、“引经据典”的技巧	(183)
八、穿插的技巧	(184)
九、抒发感情的技巧	(185)
十、言语变异的技巧	(187)
十一、发音的技巧	(191)
十二、表达的技巧	(192)
 第九章 演讲中如何调动听众的情绪	(196)
一、设置演讲的“兴奋点”	(196)
二、如何使你的演讲深入人心	(199)
三、如何唤起听众的共鸣	(202)
四、展现魅力的诀窍	(207)
五、演讲的艺术	(222)
 第十章 演讲中如何应变各种突发事件	(244)
一、如何处理内容多、时间少的问题	(245)
二、如何处理演讲中自身发生的失误	(245)
三、如何处理演讲主旨改变的问题	(247)
四、如何处理听众反应冷漠的场面	(248)

五、如何处理不良环境的影响·····	(249)
六、如何处理听众当场质疑的情况·····	(250)
七、如何处理出现的不礼貌现象·····	(252)
八、如何对待听众的对立观点·····	(253)
九、如何面对敌对分子的捣乱·····	(254)
十、如何做好演说中的现场问答·····	(255)

第十一章 巧妙运用形体语言····· (264)

一、什么是形体语言·····	(265)
二、形体语言的作用·····	(265)
三、形体语言的特点·····	(267)
四、形体语言设计与运用的基本原则·····	(270)
五、常见的四种形体错误·····	(273)
六、形体语言与口语的关系·····	(274)
七、形体语言的运用·····	(276)
八、演讲语音、语调、节奏·····	(299)

第十二章 即兴演讲和特殊场合演讲····· (306)

一、即兴演讲·····	(306)
二、特殊场合演讲·····	(325)

第一章 演讲的一般知识

一、演讲的涵义

(一) 什么是演讲

演讲，又称演说、讲演。演讲这一概念，最早见于古希腊的荷马史诗，我们现在使用的“演讲”一词，源自英文 Oration，是由日本学者福泽谕吉翻译的。在我国，“演讲”一词则较早见于《北史·熊安生传》中：“公正于是有所疑，安生皆为一一演讲，咸究其根本。”

演讲，就是演讲者在特定的场合中（时间、空间和情境），面对听众，凭借自己的口才，运用有声语言和态势语言的艺术手段，阐明道理、抒发感情、发表个人见解，从而使听众受到感召的一种现实的社会语言交流活动。演讲的涵义包括：

(1) 演讲是一种实践语言，演讲中的讲话不同于书面语言，它具有口头语言的特点。

(2) 演讲是面对听众的讲话，在演讲现场，演讲者与听众的信息交流和感情互动形成了特定的时空情境。

(3) 演讲是演讲者以发表见解、阐明道理的讲话形式,来体现演讲的主题和目的。

(4) 演讲具有一定的表演成分,演讲者在演讲过程中,要借助相应的艺术手段增强演讲的感染力。但它又不同于一般意义上的表演,主要是演绎和阐释,更不是朗诵。

(二) 演讲必须具备的条件

演讲作为一种社会实践活动,必须具备四个条件:

- (1) 演讲者;
- (2) 听众;
- (3) 语言(沟通演讲者和听众);
- (4) 同一时空(演讲者和听众同处一起的时间、环境)。

上述四个条件缺一不可,离开其中任何一个条件,都不能说是构成了演讲活动。

(三) 演讲的主要表达手段

演讲的主要表达手段包括:有声语言、态势语言和主体形象。

1. 有声语言(讲)

有声语言是演讲活动最主要的表达手段,由声音和语言两个要素构成。有声语言通过声音运载演讲者的思想和情感,直接诉诸听众的听觉器官,是听众在听觉方面直接接受的信息和欣赏的对象。它要求吐字准确清晰,声音圆润清亮,其语调应具有节奏性,语气富有感情色彩。

2. 态势语言(演)

态势语言是指演讲者的姿态动作、手势眼神以及表情等表演活动。态势语言通过形体动作辅助有声语言运载演讲者的思想和感

情，直接诉诸听众的视觉器官。它要求准确到位、自然协调、个性鲜明。它可以加强有声语言的感染力和表现力，弥补有声语言的不足。

3. 主体形象

主体形象是指演讲者的容貌体形、衣冠服饰，以及举止神态等方面。主体形象的好与差、美与丑，直接影响听众在视觉方面的欣赏感受和演讲者思想感情的表达。它要求演讲者在符合演讲思想感情的前提下，注意装饰朴素得体，举止神态优雅，风度潇洒大方，给听众一个视觉美的外部形象。

（四）以“讲”为主，以“演”为辅

演讲具有空间艺术的某些特点，是听众视觉的接受对象和欣赏对象。作为一名出色的演讲者，在演讲中要充分利用自己的有声语言和态势语言，直接地向听众表达自己的思想情感，影响听众的听觉器官和视觉器官，在听众心里引起一个整体的美感，使听众在听演讲中得到启示，产生应有的效应。

必须指出，演讲如果只有“讲”没有“演”，只能作用于听众的听觉器官而不能作用于听众的视觉器官，就会缺少动人的主体形象和表演活动，这很难吸引听众的兴趣；如果只有“演”而没有“讲”，则只能作用于听众的视觉器官而不能作用于听众的听觉器官，就如同观看哑剧，令听众难以理解。所以，在演讲中，“讲”与“演”二者缺一不可，相辅相成。但是，“演”与“讲”的和谐必须是以“讲”为主，以“演”为辅，“演”必须建立在“讲”的基础上，服从于“讲”，为“讲”服务。否则，整个演讲便会黯然无光，令演讲失去了真正的意义和目的。

但是，在演讲实践活动中，并不是说“演”与“讲”要各占

一半。演讲中应是以“讲”为主，配合“演”为辅，互相交织、互相渗透、互相促进。在这里，“讲”起主导作用，是决定因素；而“演”则必须建立在“讲”的基础上辅助为之，否则它就失去了存在的意义。因此，只有既“讲”且“演”，以“讲”为主，以“演”为辅，既有听觉的又有视觉的，兼有时间性和空间性艺术特点的综合的现实活动，才是演讲的本质表现，这是演讲区别于其他口语表达形式的关键所在。

二、演讲的特征

演讲与其他的一些讲话、报告、发言等形式的实践活动明显不同，它具有其独特的传达手段，形成了自己特殊的规律，揭示着自身活动的本质特点。

（一）表述现实，具有内容的真实性

从演讲的性质来看，它是演讲者通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开表述自己主张和看法的现实活动，它具有对现实内容进行真实性表示的特征。所以我们说，演讲属于现实活动的范畴，不属于表演艺术的范畴。

（二）艺术性高，具有很强的感染力

演讲，是现实活动的艺术。它的艺术性在于它具有统一的整体感和协调感，在演讲中各种因素，即：语言、声音、形态、表演、环境、时间，都形成一种相互依存、相互协调的美感。

精彩的演讲具有相声般的幽默、诗歌般的激情、戏剧般的冲突和优美的态势动作，因而具有很强的艺术感染力。演讲稿是书面语

言艺术，而演讲则是有声语言艺术。演讲的内容波澜起伏，具有戏剧的特点；演讲者的幽默机智，具有如相声曲艺的特点；演讲者的“演”和场景中背景环境的布置又构成了一种画面的感觉；而演讲者的姿势、手势配合有声语言在瞬间的时空做短暂停留或变化，又给人以雕塑般的感觉。这一切的一切如果都得到有机的统一，就会形成较强的审美效果和较高的艺术性，最终使演讲产生综合的艺术感染力。

（三）“演”“讲”同步，具有很强的传播性

演讲的特点是“一人讲，众人听”。对演讲者来说，他主要靠声音和态势语言来传递信息；对于听众来说，他们不仅要听，而且还要看，视与听同时起作用来接受演讲者所传达的信息。由此体现了演讲是“演”与“讲”同步，声与形结合，具有很强的传播性。

讲，就是陈述，是把经过组织的语言说出来，表达清楚；演，包含着“演绎”和“表演”两层含义。演绎，是指讲话的内容有一定的逻辑推演过程，讲话必须运用逻辑层次或事实依据把道理讲得清楚明白；而表演则是指讲话者要调动一定的态势语言、辅助语言（姿态、手势、表情、仪表仪态等），为所讲的内容服务。讲是通过有声语言传达给听众的听觉，是“声”；演是借助态势语言、辅助语言作用于人们的视觉，是“形”。

演讲实际上是一个工具，是人们交流思想的工具。任何思想、任何学识、任何发明和创造，都可以借助演讲这个交流工具来传播。可以说，演讲是最经济、最实用、最方便的传播工具。

（四）感染力强，具有很强的鼓动性

演讲不同于其他的口语表达形式，它具有很强的感染力。鼓动

和说服是演讲的重要特征，也是演讲的首要目的。演讲者要以自己炽烈的感情去引发听众的感情之火，激励和鼓舞听众，引起他们的共鸣，从而达到影响听众的目的。

1775年，美国政治活动家、演讲家帕特里克·亨利发表了为独立而战的《在弗吉尼亚州议会上的演讲》。据记载，他的这个演讲鼓动性之强，给人的印象是如此强烈：当他讲完后，整个会议厅寂静得鸦雀无声，直到几分钟后，议会中反应快的一部分成员才从座位上跳起来，兴奋地高声呼喊：“拿起武器！拿起武器！”而后，大厅便像刮起旋风一般，“拿起武器！”的吼声此起彼伏，高声呼喊的人们群情激昂，眼中闪烁着爱国主义热情的火花。亨利发表了为独立而战的演讲很快传遍了全美各英殖民地，成为美国人民反击英殖民主义的战斗动员令和争取独立自由的宣言书，使千百万人觉醒起来，掀起了一场为独立与自由而战的伟大斗争。其说服力之强、感染力之大、鼓动性之盛，真是“一人之辩，重于九鼎之宝；三寸之舌，强于百万之师”！

为什么演讲会具有如此大的鼓动性呢？

首先，演讲者态度鲜明，或褒或贬、或赞扬或批判，泾渭分明，毫不含糊。他所讲的又切合听者的需要，启迪了听众的思维，所以能引起共鸣。

其次，演讲者在演讲时总是饱含炽烈的情感，他要以自己的心声呼唤听众的心声，激发听众对现实的关注和思考。

再次，演讲是演讲者与听众面对面的交流，演讲的直观性使其与听众直接交流，也加强了它的鼓动性，极易感染和打动听众。

所以，没有鼓动性，就不成其为演讲，政治演讲也好，学术演讲也好，都必须具备很强的感染力和鼓动性。可以说，鼓动性是演讲成功与否的一个重要标志。

（五）时代感强，具有很强的时效性

演讲是一种针对性很强的社会实践活动，因为它直接诉诸听众的视听感觉，这就决定了演讲具有明显的时效性——时代感和时间性。

从宏观上看，演讲具有十分强烈的时代色彩。古今中外的演讲，无不切合时代之脉搏，为时代呐喊。如李燕杰的《国家、民族与正气》、曲啸的《心底无私天地宽》、蔡朝东的《理解万岁》和《创业万岁》等，都具有我国新时期的时代特征，时代气息十分浓厚，所以感染力也极强。

从微观上看，演讲还要受到演讲的时间、空间和听众可接受程度的制约。一般来讲，演讲时间不宜过长，长了，人们会感到疲倦而不愿听。一般的演讲都应该控制在10分钟以内为宜。

三、演讲的类型

演讲具有多种类型。演讲最常见的分类方式是按功能、形式和内容划分。

（一）按功能划分的演讲类型

按演讲的功能来划分，演讲可分为：“使人知”的说明性演讲；“使人信”的说服性演讲；“使人激”的激发性演讲；“使人动”的激励性演讲；“使人乐”的娱乐性演讲等。

1. 说明性演讲

说明性演讲是一种以传达信息、阐明事理为主要功能的演讲。说明性演讲的特点是知识性强，语言准确，它的目的就是在于要使