

刘德强 著

青少年 演讲训练



汉语大词典出版社

刘德强 著

青少年 演讲训练

汉语大词典出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年演讲训练/刘德强著. —上海: 汉语大词典出版社, 2002. 3

ISBN 7-5432-0673-0

I. 青... II. 刘... III. 演说-训练-青少年读物
IV. H119-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 008457 号

责任编辑 李爱珍

封面设计 钱自成

技术编辑 徐雅清

青少年演讲训练

刘德强 著

世纪出版集团 出版、发行
汉语大词典出版社

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

各地新华书店经销

商务印书馆上海印刷股份有限公司印刷

开本 787 × 1092 1/32 印张 10 字数 233 千字

2002 年 3 月第 1 版 2002 年 3 月第 1 次印刷

印数 0 001—6 000

ISBN 7-5432-0673-0/G·318

定价: 12.80 元

如有质量问题, 请与公司管理部联系。T: 56628900 × 813

出版说明

“演讲与口才”是世界公认的现代人才必备的基本素质。“舌头、金钱、电脑”在当代欧美被称为“三大法宝”，可见表达能力之一口才，在当今的社会是多么重要。

演讲是一门学问。古人云：一言知其贤愚。演讲是在公众场合传情达意、交流思想的手段。为了适应日新月异的发展形势，为了使青少年不仅具有丰富的知识，而且具有相当水准的演讲能力，社会亟盼具有高质量和一定权威的演讲训练方面的专著问世，以供广大青少年和教育工作者使用。因此，本社特邀请上海市演讲学研究会会长、全国汉语口语研究会学术委员刘德强先生亲自执笔撰写此书。

刘先生多年来从事演讲学、公关语言学、交际语言学等方面的教学与研究，在社会上作成功心理、语言艺术和现代人的思维与素质等报告达千场，深受各界人士欢迎。他主编的《演讲学》荣获全国汉语口语论著二等奖；《演讲学十讲》荣获全国第七届图书展评“金钥匙奖”。

本书内容丰富，体系严谨，按照青少年初涉演讲领域的特点，配备了大量的训练材料、训练习题，并附有言简意赅的提示及答案。本书集知识性、科学性、实用性于一体，以适应青少年学生之需要。

谨向广大青少年学生推荐此书,并对刘先生的辛勤奉献致以诚挚的感谢。

本书中尚有个别演讲材料的作者,虽经努力,仍未联系上。敬请见书后与刘德强先生联系,以便付酬。

联系电话 (021)64704867

舌头、金钱和电脑是当今世界的三大法宝。

——当代外国名言

概 述

人类已经跨入 21 世纪。新世纪的人才应该具备哪些素质,才能更好地服务于人民和祖国,更好地服务于人类和世界,这是大家非常关心的问题。

美国哈佛大学心理学教授威廉·詹姆斯研究证明:大学生一生中只发挥了 10%——15% 的能量。其原因在于他们缺少现代人必备的多种智商。联合国“21 世纪全球开智计划”认为:智力并非是一个单向度概念,除了基本智商(IQ),它还包含了人的更多能力,其中包含成就智商(AQ)、道德智商(MQ)、情感智商(EQ)和体能智商(PQ)。口才已被当今世界公认为现代人必备的素质之一,“舌头、金钱和电脑”在欧美世界更是被誉为世界的三大法宝,可见口才在当今社会之重要。

当今是市场竞争的社会,市场竞争的关键是人才的竞争,人才的关键是学习力的竞争,学习力是由学习动力、学习毅力和学习能力三个因素组成的,而口才则是人才能力的重要内容。人才离不开口才,口才要从青少年开始培养与训练,因此我们编写了这本《青少年演讲训练》。

为了让青少年对演讲有个较全面的了解,正确地进行训练,我们在概述部分对演讲与谈话的基础知识先做个简单介绍。

一、演讲的定义

演讲是演讲者面对听众,就某一个问题系统地阐述自己的

观点和主张的真实的社會活动。它包含四层含义：

第一、从演讲的场面来看，它具有听众的广泛性的特征。它必须是“一人讲，大家听”，这与个别谈话和小组讨论不同。

第二、从演讲的结构来看，它具有阐述的系统性的特征。演讲与谈话不同，谈话属于会话式（交流式），一般可以根据语境边想边谈，不强调前后谈话内容的连贯性、系统性；演讲则不同，它是独白式，演讲者按照既定的内容，从头到尾顺序讲完即形成一篇完整的演讲词。所以，演讲者要始终抓住一个中心思想，并围绕它层层阐述，使听众能迅速抓住演讲的论点、论据和论证过程，一听就懂。

第三、从演讲的思想来看，它具有观点的自我性的特征。从这一点来看，演讲者既与播音员不同，也与话剧演员不同。播音员广播的是别人写的稿件，话剧演员说的是别人写的台词，而演讲者无论掌握多少别人提供的资料，最后作为正式演讲的内容，一定要经过自己的咀嚼和消化，使之成为“自己的观点和主张”。

第四、从演讲的性质来看，它具有内容的真实性的特征。根据演讲性质的这一特征，演讲者在演讲时要做到“四真”，即真人、真事、真理、真情。那些虚构的人物和事件，那些荒谬的道理和虚假的情感是演讲的大忌。

根据演讲的定义，我们归纳出演讲的四大特征：听众的广泛性、阐述的系统性、观点的自我性和内容的真实性。

二、演讲的类型

演讲的类型是根据不同标准所划分的演讲类型。演讲的分类标准不同，就可以有不同的类型。现实中，常用的演讲分类标准有目的标准、内容标准、场所标准、形式标准和风格标准等。演讲分类，每次必须采用同一标准，否则会导致演讲类型的混乱。

以目的为标准,演讲可分为“使人知”演讲、“使人信”演讲、“使人激”演讲、“使人动”演讲和“使人乐”演讲等;以内容为标准,演讲可分为政治演讲、经济演讲、军事演讲、法律演讲、宗教演讲、学术演讲和礼仪演讲等,以场所为标准,演讲可分为会场演讲、课堂演讲、法庭演讲、街头演讲、巡回演讲和广播电视演讲等;以形式为标准,演讲可分为专题演讲、论辩演讲、即兴演讲和对话演讲等;以风格为标准,演讲可分为幽默型演讲、激昂型演讲、深沉型演讲、严谨型演讲和随和型演讲等。

下面,就以形式为划分标准的几种演讲类型作几点说明:

① 专题演讲,指根据事先确定的命题或范围,在有准备的基础上,所作的内容系统、结构完整、要求全面的演讲。其性质有会议专题演讲和赛场专题演讲之分;其方式有宣读式、提纲式和背诵式之分。

② 论辩演讲,指论辩双方就同一论题,站在不同的立场或角度,用论辩形式所作的演讲。就其性质来说,也有会议论辩和赛场论辩之分。

③ 即兴演讲,指事先没有准备,根据情况临时发表的演讲。

此外,还有对话演讲,指为了传播信息、解答问题、沟通思想、增进情感,演讲者通过与听众对话形式所作的演讲。

三、演讲要素

演讲的三要素是主体、信息和客体。

1. 演讲主体

演讲主体,即演讲者。在我国,演讲者应强调以下三方面的素质:

① 思想政治素养。其中包括政治立场、思想修养、道德品质和对形势的正确认识。因为宣传教育者本身必须“先受教育”,其理不言自明。

② 文化知识修养。我们的时代是“知识爆炸”的时代。各门科学知识,都在快速地发展。在这样的时代里,要想站在时代的前面,带领群众前进,就必须勤奋学习,不断进步。因为“以其昏昏”是无法“使人昭昭”的。况且,演讲是一门具有综合性特征的社会科学,它牵涉到哲学、美学、社会学、伦理学、教育学、心理学、逻辑学、语言学和文章学等广泛的知识。所以,一个优秀的演讲者应该博览群书,对古今中外的史料传记、名人轶事、风土人情、宗教信仰等都应该有所了解,使自己成为一个知识丰富的“杂家”。

③ 演讲艺术技巧。其中包括好几方面的内容:首先,要研究演讲稿的写法。“工欲善其事,必先利其器”,好的演讲稿是演讲成功的先决条件。其次,要注意演讲口头语和态势语的表达。此外,还可以借助一些艺术手法。

当然,有了演讲理论并不等于就会演讲。理论只有通过实践,才能变成技能技巧。演讲的练习和实践,概括起来有“七勤”:勤看、勤记、勤背、勤读、勤听、勤讲、勤总结。

2. 演讲的信息

① 演讲的信息即演讲的内容,它是演讲的主体和客体之间的纽带。演讲的内容,主要包括主题和材料两个部分。它决定着演讲的性质和意义。

② 美国数学家、信息论的创始者申农有一个关于信息的公式:信号=信息+噪音。这个公式为我们认识演讲的基本要求和衡量演讲的艺术标准提供了理论根据。从信息论的角度去评价演讲,就不能只看演讲的语音是否准确,语法是否规范,还要看信息量是否适当,客体是否能够接受等。

③ 演讲信息有主要信息、次要信息、辅助信息和冗余信息之分。其中,主要信息应该详讲;次要信息应该略讲;辅助信息

可讲可不讲,冗余信息一般不讲。值得一提的是,冗余信息有时也有其合理性、积极性。例如,可以通过重复来消除信息中的误差;可以通过演讲结尾的归纳总结来加深听众的印象,突出演讲的主题;可以用所谓的“题外话”来沟通演讲者与听众之间的情感,产生“自己人”效应,从而使听众易于接受。但是应该指出,即使是必要的冗余信息,也不能太多,否则会喧宾夺主。

衡量演讲语言艺术的标准是:适当的信息量+听众的愉悦感(或“可接受性”)。其实,说白了即三句极为平常的话:①应该说的,一定要说;②禁止说的,坚决不说;③可以说的,尽管去说。

3. 演讲的客体

演讲的客体,即听众。听众的反映是检验演讲成败的客观标准。演讲者不能只顾“射箭”、“弹琴”,而不顾听众的实际情况。演讲者要事先对听众进行调查研究,对听众的思想、文化、年龄、职业和情绪等做到心中有数,以便“对症下药”、“因人制宜”。江泽民同志指出:“我们的宣传要看对象,要针对不同的对象来确定宣传教育的具体内容、形式和方法,乃至宣传用语的选择也要有讲究。”让我们用一个真实的故事来说明这个道理吧。

一次,一位青年演讲员参加上海市职工“振兴中华”巡回演讲团,演讲的内容是2000年国民经济翻两番。第一次,他对青年工人演讲:“朋友们,在我还没有演讲之前,我想先请大家做一件事。”[全场一下静了下来],“请大家伸出手,摸一摸自己的口袋,看大家能掏出多少钱来?”[台下猛然一阵大笑],“恐怕掏不出多少吧?”[又是一阵善意的笑声,思想情感交流上了],“那么大家想不想让自己口袋里的钱多一点呢?[引入正题]我不是在许愿,党的十二大为我们指出了一条光辉灿烂的康庄大道,从现在起到本世纪末,中国工农业总产值将要翻两番。朋友们,想过没有,这意味着什么?……”这次演讲的效果,当然是好极了。

但是,后来他又用同样的内容和方法对某局老干部作了一次演讲,可是台下连一点笑声也没有,甚至还有人打起瞌睡来。为什么两次演讲的效果竟会截然不同呢?因为听讲的对象不同了。青年思想活跃,好动,喜欢谈社会上敏感的问题。而老干部阅历较深,比较稳重,这样的开场白对他们来说,显得不够严肃,甚至还有可能被认为是油腔滑调了。

以上主要是从演讲的狭义定义方面对演讲进行了阐述。

演讲有广义与狭义之分,以上是从狭义方面对演讲进行的概述,广义演讲指两人以上的谈话。本书在重点讲述狭义演讲之后,还对广义演讲中的即兴演讲、论辩演讲和谈话等方面进行了讲述。

目 录

概述

第一编 演讲训练

第一部分 演讲稿训练

第一章 演讲稿知识..... 2

第二章 演讲稿训练..... 9

训练 1 演讲选材 9

训练 2 演讲结构(一) 12

训练 3 演讲结构(二) 14

训练 4 演讲选题 17

训练 5 演讲修辞 18

训练 6 艺术手法 18

训练 7 写演讲稿 20

第二部分 演讲口语训练

第一章 演讲口语知识 23

第二章 演讲口语训练 44

训练 8 控制呼吸 44

训练 9 三腔共鸣 45

训练 10 发音准确 47

训练 11	轻声	52
训练 12	儿化韵	52
训练 13	上声变调	53
训练 14	“一、七、八、不”	54
训练 15	“啊”的音变	55
训练 16	吐字归音	56
训练 17	音色与音域	60
训练 18	音量	67
训练 19	语法重音	72
训练 20	强调重音	73
训练 21	情感重音	73
训练 22	结构停顿	74
训练 23	情感停顿	76
训练 24	语速	77
训练 25	语调	79
训练 26	笑声	79
训练 27	气声	81
训练 28	泣声	81
训练 29	颤声	82
训练 30	拖腔	82
训练 31	顿音	82
训练 32	模拟声	83
训练 33	语音的弹性	84
训练 34	诗歌朗诵	89
训练 35	讲故事	105
训练 36	举办演讲沙龙	105

第三部分 演讲态势语训练

第一章 演讲态势语知识	107
第二章 演讲态势语训练	124
训练 37 态势观摩	124
训练 38 姿势	124
训练 39 微笑	124
训练 40 手势	125
训练 41 态势设计(一)	125
训练 42 态势设计(二)	133
第四部分 演讲风格	
第一章 演讲风格的知识	135
第二章 演讲风格训练	147
训练 43 幽默型演讲案例	147
训练 44 激昂型演讲案例	148
训练 45 深沉型演讲案例	152
训练 46 严谨型演讲案例	153
训练 47 随和型演讲案例	156
训练 48 演讲风格自我设计	161
第五部分 演讲实践	
第一章 赛场演讲知识	163
第二章 赛场演讲训练	161
训练 49 思考与记忆	191
训练 50 练习与休息	191
训练 51 控场与应变	191
训练 52 会场与讲台	191
训练 53 会议的主持	191
训练 54 举办演讲会	191

第二编 即兴演讲训练

第一章 即兴演讲知识·····	194
第二章 即兴演讲训练·····	224
训练 55 发散性思维——敏捷·····	224
训练 56 发散性思维——联想·····	224
训练 57 发散性思维——连接·····	225
训练 58 发散性思维——连点·····	225
训练 59 即兴演讲(一) ——借题发挥法·····	226
训练 60 即兴演讲(二) ——提纲挈领法·····	227
训练 61 即兴演讲(三) ——平中见奇法·····	227
训练 62 即兴演讲(四) ——三步法·····	228
训练 63 即兴演讲(五) ——四步法·····	228
训练 64 即兴演讲(六) ——综合法·····	228

第三编 论辩演讲训练

第一章 论辩演讲知识·····	232
-----------------	-----

第二章 辩论演讲训练·····	276
训练 65 审定辩题 ·····	276
训练 66 辩论赛谋略 ·····	277
训练 67 捷辩 ·····	278
训练 68 驳诡辩 ·····	280
训练 69 组织辩论赛 ·····	283

〔附录〕

一 朗诵艺术·····	285
二 讲故事艺术·····	288
三 谈话艺术·····	291