

增进能力秘诀丛书

ABILITY

PUBLIC SPEAKING

刘秋岳/编著

增进你的演讲能力



河北大学出版社

增进能力秘诀丛书

ABILITY

增进你的演讲能力

Mastering The Art of Public Speaking

刘秋岳/编著



河北大学出版社



的演

增进你的演讲能力

ABILITY

冀图登字03-2004-032号

责任编辑/王仲华

徐树林

(0312) 5079576 XSL000@126.COM

装帧设计/赵 谦

责任印制/李晓敏

图书在版编目(CIP)数据

增进你的演讲能力/刘秋岳编著. —保定: 河北大学出版社, 2007.4
(增进能力秘诀丛书)

ISBN 978-7-81097-173-7

I. 增… II. 刘… III. 演讲—能力培养—通俗读物

IV. H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第036842号

出版: 河北大学出版社

地址: 保定市五四东路180号

经销: 全国新华书店

印制: 河北天普润印刷厂

规格: 1/16 (720mm×960mm)

印张: 8

字数: 94千字

印数: 0001~5000册

版次: 2007年4月第1版

印次: 2007年4月第1次

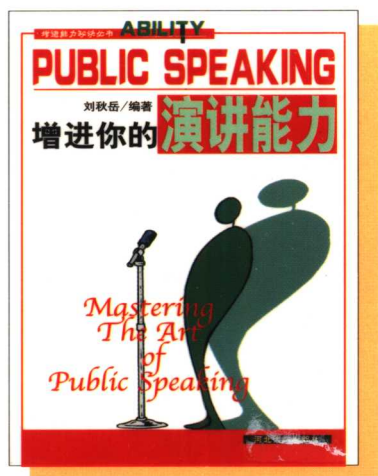
书号: ISBN 978-7-81097-173-7/G·574

定价: 15.00元

增进能力秘诀丛书

ABILITY

- ◆增进你的演讲能力
- ◆增进你的先见能力
- ◆增进你的判断能力
- ◆增进你的分析能力
- ◆增进你的管理能力
- ◆发挥能力的秘诀



责任编辑/王仲华

徐树林

装帧设计/赵 谦

责任印制/李晓敏



序 言

传统的中国式教育,对于年轻人说话的训练虽不能说是完全不重视,但若以今天的社会需求来衡量的话,至少是不够的。尤有甚者,一些对能言善道的人不必要也不公平的偏见,比如,认定他们必然是“巧言令色鲜矣仁”,或是“口蜜腹剑”的小人等种种指陈,更是对说话训练负面的阻碍。事实上,历史告诉我们:有像韩非子这般敏于事而讷于言的哲人;但是也有像孟子那样既有德性又同时以滔滔辩才著称的思想家。口才实际上并不必然与道德呈对立或反比的关系。

重要的是:说话要得体合宜,要说得巧,要说得恰到好处,说得不好的人总难免要祸从口出。也就是说,我们毋须对说话这件事以过分戒慎恐惧的态度视之,但是谨慎说话却是必要的。而要求自己能出口成章、口若悬河也并不是件太过分的事,毕竟在今天这个民主开放又多元化的社会里,演说或说话已不再是政治家、律师、教师的专利,平时的业务谈判、会议报告和社会应对,甚至亲友相处,哪一个场合能免开尊口呢?而若是要想在人生舞台上大展身手,更是需要都必须具备流利的口才。

那么,如何才能说得好、说得巧,甚至说得令人拍案叫绝、点头称是呢?理直气壮固然是说话的一个好的起点,但是有时候服人之口而未服人之心的说话方式,绝非最高明的演说艺术。好的说话技巧,在优雅畅快的言辞之外,当以攻心为上。

说话基本上是一种沟通的过程,一般人言谈上最常犯的弊



病,就是一心悬念着想表达的讯息,恨不得把自己的意思一字不漏地刻在对方的脑中。有时就是因为只想着把自己的见解单方面地输送给对方,于是迳自一人说得天花乱坠,而完全忽略了沟通过程中“受众”的反应。其实,说话要切入人心最该避免的就是这种“作秀”心态。相反地,好的口语表达,应该同时兼顾沟通的四个要素:说话者、讯息、整理及受(听)话者。说话者的声音、语调、语气、手势和讯息内容固然重要,但另一方面,根据受话者的回馈反应,随时修正声调的高低、语势的强弱,以及用语的深浅等传达讯息的方式,反而往往才是达成沟通目标的致胜关键。

本来,每种场合都不会有一成不变的讲话方式,结婚典礼时应如何发表贺辞、说服他人的时候应该如何措辞、演讲时要采用怎么样的方式……总之,这些都没有固定的模式。当然,在某种场合有某种适宜的方式;但若场合不同,固定的模式依然是派不上用场的。

有人执意于使用一种讲话的方式来概括所有的情况或场合。例如,婚丧喜庆的致辞大全、演讲的模范读本,其实,这些都是有百害而无一益的。那么,也许有人会怀疑为什么要写这些书呢?其实,不管学习写作、绘画、打高尔夫球或插花等活动,首先都须从某种类型开始。学习写作时,要先彻底了解文章的格式章法,学习绘画,也要彻底领悟线条运用的技法。同样地,为了要使话讲得好,则有必要探求各种场合的形态。不过,最大的问题是:为什么要懂得这些类型?为什么会形成这种类型?在什么目标之下,一定要懂得这种类型呢?而又为什么要完成这种类型呢?如果不明白其中的道理,即使背熟每种类型的句子,亦于事无补。我希望大家把研读的重点,放在“为什么”这个疑问上面。

俗语说:“在睡席上练习游泳。”即表示在睡席上虽然学会了各种游泳的姿势,但实际上仍不会游。如不了解游泳的场所或波浪、水的温度、流势以及深浅问题等实际条件,也不可能游得很

好。例如,同样是吊丧,就有因车祸死亡或寿终正寝等不同的情况。总之,如能了解其类型,自然就能应付类似的场合。

不过,环顾周围,现代的演讲,多得如同细沙一样,简直到了横行与泛滥的程度。在婚丧喜庆或劳工大会的场合里,制式化的演讲或代写的公式内容比比皆是,毫无意味。相信大家阅读本书之后,必可了解演讲的重要与技巧;同时我希望大家能努力学习演讲艺术,以增进与社会互动的能力。

本书并非演讲方法的方法全书,但愿读者能领悟书中所提示的演讲方法,并灵活运用。为了要精通演讲的技巧,希望大家充分了解说话的原则,并且以此为基础,不断地加以练习。

事实上,说话艺术并非是挟泰山以超北海的大难事,而是习而可得的。提升口语沟通品质、锻炼即席发言的能力、掌握沟通的要诀,不外就是:多读书、多思考、多历练、多观摩和多演练。您若想免除有口难言的梦魇,若想做动口不动手、不战而能屈人之兵的君子,这本书绝对是您最好的利器。



增进你的演讲能力

目 录

序 言	(1)
第一章 演讲前的基本概念	(1)
一 每个人都有演讲的机会	(1)
二 了解演讲	(3)
三 演讲内容的要点	(6)
第二章 演讲前的心理建设	(9)
一 习惯面对人群	(9)
二 怯场的原因	(11)
三 镇静的秘诀	(14)
第三章 演讲的条件	(17)
一 言简意赅	(17)
二 成功演讲的定义	(20)
三 如何提高演讲效果	(21)
第四章 讲话的机能与听众	(25)
一 讲话的机能	(25)
二 听众的性质	(27)
三 人数与时间的问题	(30)
四 创造听讲的情境	(33)
五 因应听众的变化	(35)
第五章 演说的技巧	(38)
一 说话的基本姿态	(38)



增进你的演讲能力



二	演说的声调	(40)
三	讲话的效果	(41)
第六章	设计演讲的内容	(44)
一	如何搜集资料	(44)
二	整理资料的方法	(46)
三	上台前的演练	(48)
第七章	演讲的结构	(51)
一	开场白决定走向	(51)
二	主题引导话题	(52)
三	结语铿锵有力	(54)
第八章	时间与举例的分配	(57)
一	时间与内容的配合	(57)
二	举例的方法	(59)
三	举例注意事项	(61)
第九章	声调的学问	(64)
一	声调影响说话内容	(64)
二	声调的高低与间隔	(66)
三	麦克风的使用	(68)
四	姿势的辅助作用	(70)
第十章	结婚致辞	(72)
一	组织致辞内容	(72)
二	致辞人须知	(74)
三	喜宴上主席的任务	(79)
第十一章	不同性质的演讲术	(83)
一	晨会的演说	(83)
二	欢送迎会的演说	(88)
三	自我介绍	(90)

第十二章 不同性质的致辞术	(93)
一 致贺辞的要诀	(93)
二 致谢辞的要诀	(96)
三 训辞的要诀	(97)
四 吊丧及吊辞的要诀	(100)
第十三章 报告与说明的技巧	(103)
一 报告的要诀	(103)
二 说明的要诀	(105)
三 发表意见的要诀	(108)
第十四章 充实演讲内容的要诀	(111)
一 如何吸引听众的兴趣	(111)
二 如何应付听众的反应	(114)
三 如何维持热烈的场面	(115)
四 如何说出感人的演讲	(117)



增进你的演讲能力



增进你的演讲能力

第一章 演讲前的基本概念

一 每个人都有演讲的机会

○ 演讲是参加集会的“入场券”

演讲在今天这个时代是非常重要的。

当社会尚未民主化的时代,演讲只是少部分具有社会地位者的事,默默无闻的年轻人或女性,如果在大庭广众之前公开演讲,那简直是无法想象的事。但是,今天的情况却完全改变了。有人说在现代社会里,张三李四都有机会演讲,这种说法一点儿也不过分。

“A 长辈此次被调往某分店去,所以我们准备明晚六时,在××饭店举行欢送会,希望您能前来参加。”

如果接到这份通知,依照往例,凡是今年刚考进公司的年轻职员,都得出席这次欢送会,而且还得当场发表讲话。

如今,不管年龄、地位或性别,任何人都有机会被邀请发表讲话。诸如此事,早已是司空见惯了。由此可见,具备演讲能力无疑是现代人的一项重要条件。怪不得有人说:“演讲是参加集会的正式入场券。”这真是一句妙语。事实上,如果对说话没有自信,即使出席集会,也势必会战战兢兢,俨如一个非法入场者;反



之,如果擅于讲话,就会显得从容自在,不管在任何场合都能抬头挺胸,无异于拥有一张正式入场券。

最近,演讲的场合也跟以前不同,显然比以前更广泛。以前的代表性场合,只有结婚典礼的致辞以及各种典礼的演讲而已。但是,如今举凡春节的宴会、朋友聚餐、每天的晨会、新职员的恳谈会、亲友的庆生会等各种不同的场合,都需要发表演讲,而且参与人员都有机会被邀发表演说。尤其是公司的晨会,每个人要轮流讲话五分钟,据说很多公司都有这种习惯。

总之,今天的时代已经变成:每个人都有机会被邀请发表演讲。为了适应这种新社会的要求,充实自己的说话能力——无疑是最能增进一个人的社交能力以及参与公众事物的范畴了。

○ 拙于演讲的损失

大家都知道,A君一向讨厌参加各种集会,理由很简单,因为他不善言辞。

不过,以今天的情况来看,问题并不止于此。有些集会显然非出席不可,如果拒绝出席,那不但违反情理,而且还可能遭受歧视。倘若表现出很不情愿出席的样子,大家一定会埋怨说:“我们正在等你啦!”而且在众意难违之下,反而更会被指定出来演讲。

“我不会演讲嘛!请大家原谅。”倘若你坚决拒绝,则必然会把整个会场的气氛弄得很糟,真是尴尬到了极点。

然而,最痛苦的莫过于在工作单位里,晨会时每人都要轮流发表讲话,而除了A君之外,不管长辈或新进人员都一一地发言了。此时,A君虽然很想开溜,无奈没有机会,终于被迫发表意见,结果他只能不断的陪笑、苦笑——结结巴巴地讲不出话来。从此以后,A君愈来愈讨厌集会,而且在工作单位里,始终就没有出头的日子。

A君的情形也许就是讨厌讲话的典型例子。不过,我们也能



增进你的演讲能力

从 A 君的例证里,想象得到在我们的社会中,“是否擅于讲话”对于自己的一生,有极大的影响。

当然,人不能离群索居,而且人与人之间的来往相当密切,因此生活的充实程度系由许多人内心的交流密切与否等因素来决定。

有一位 N 君虽然谈不上精于演讲,但他天生一副坦诚和豪爽的性格,尤其周旋于人群中,更是乐于发言,所以他能广交朋友,而且颇受大家的欢迎和信赖,过着多彩多姿的生活。相反地,有一位 K 君不善言辞,讲话吞吞吐吐,总是使人听不出重点,最后也无法拥有良好的人际关系。

说话是一件不容易的事。我们说了一辈子的话,试问有几句话是说得特别好的?我们对别人说话,是不是每一句都能使人信服?我们与他人交涉,自己是不是完全处于优势?“辩士的舌锋”、“三寸不烂之舌”此种赞词,完全是对说话者的称赞。虽然,我们并不想去做辩士和说客,不需要犀利的舌锋,但是人生一切的人情事故,大半是在说话当中。由此可见,我们千万不能忽视“说话”,而应该把说话能力视为社会人的基本能力才对。

二 了解演讲

○ 演讲恐惧症

据说有人碰到非发言不可的情况时,会突然头痛起来,或上台演讲前,会食欲大减、夜晚失眠——这就是演讲恐惧症。

这种心情,或许人人都能领会。有些人为了了一次演讲,成天闷闷不乐,脑海里总是琢磨着演讲时的用词。结果苦思不得,只好到书店逛一逛,寻找《应酬或交际大全》之类的书,果然书店里挤满了有关这方面的指引或参考书,而且听说销路还不坏,由此



可以证明生活中有此需要的人还不少呢！

Y 君就是其中之一，因为他身为某大公司课长，每当部属结婚时，他一定会被邀请致贺辞。有一次，会场设在某大饭店，参加宴会的人数大约两百多人，而且还包括了各式各样的人物。

“原来是在第一流大饭店举行结婚喜宴，出席者竟有两百多人，真是一件大事哩！既然大家都称呼我为课长，不会演讲可就难为情了。”Y 君只要一想到此，就觉得头痛起来。

到演讲那一天，Y 群穿着很气派的礼服，而且以端正的态度开口说话了：

“各位来宾，今天是××兄的结婚喜宴，在这菊花盛开的日子里……”

说到这里，不知何故，会场里突然发出失笑的声音，旁边另外一位课长也不禁难为情起来。原来，Y 课长的讲辞，一字一句是背诵《交际或应酬大全》里的演讲实例。当然，他背得很流利，发音也很标准；可是，后来经另一位课长指出错误，使得同席的几位朋友也不禁面红耳赤。

“Y 君说‘菊花盛开的日子里’，可是现在不是三月吗？怎么会菊花盛开呢？……”

为什么 Y 君会发生这种错误呢？一般人在正式演讲的时候，似乎都会心慌意乱，或者粗心大意。心里总认为《交际或应酬大全》里的演讲实例，应该是最美好、最标准的言辞，岂料因为时节和情况的不同，竟然造成百密一疏的错误。

很多人演讲之所以会失败，无非都是由于过度紧张而引起的。这时临时背诵的演讲词便派不上用场，因为在心慌意乱之际，内心往往只急着寻找佳例而疏忽其他。其实，演讲的内容，应该采用强而有力的说辞，不过于刻板、不失自己的风格，使听众着迷，才不失为成功的演讲。因为演讲的目的就是要打动听众的心，使听众能够陶醉在共鸣的情绪里。

○ 演讲的目的

但是,上述那种情况的演讲,其目的何在呢?其实,Y课长的失败,可以说是因为他不明白演讲的目的所引起。为了使演说成功或求事半功倍,演讲者必须知道演讲的目的所在。

演讲常因为场合的不同而目的迥异,但却有一个共同的大目标,那就是:如何吸引听众的注意力或刺激那种气氛的形成。

像Y课长在结婚典礼上发表的演讲,也可以称为“气氛演讲”。也就是说,在以音乐为背景的情况下,配合着轻松的演讲,借此提高祝贺的气氛,这才是他演讲的目的。因此,即使Y课长不说出三月“菊花盛开”的错误,但滔滔不绝地发表老生常谈式的演讲,也会使听众感到不耐烦。所以,对婚礼致贺辞的目的而言,这诚然是完全不适当的演讲。如果不懂当时演讲的目的,或者误会演讲的动机,即使聚精会神地演讲,结果也会变得文不对题,而成为很滑稽的演讲。

有人说过,演讲就像女性的迷你裙,愈短愈好。这表示如果演讲内容枯燥乏味,而听众又迫不得已必须听完的话,都希望愈短愈好。这显然是一种讽刺。但是,也唯有简短的演讲,才能提高听众的注意力。所以,简短的演讲才较恰当。

如能明白演讲的基本前提,再应用于刺激当时的气氛,那么,在演讲进行当中,便不至于引起重大的骚动。总之,演说时间最好以一两分钟为宜,再长也要以五分钟为限,如果是平时喜好说话的人,几分钟的演讲对他来说,应该是不困难的;若在演讲中稍加些有趣的例子,必可成为很出色的演讲。

我所要强调的是:如果口才很好,而且能言善道的话,那就必能擅于演讲了。不过,各位千万不能忘记演讲的目的,而且还要懂得这方面所必备的条件,希望大家从现在开始能逐一领悟这些要诀。



增进你的演讲能力



增进你的演讲能力

三 演讲内容的要点

○ 把握语调的使用

在重要的场合里,如要自然又巧妙地使用成语,那一定得靠平时不断地练习;否则,突然使用定会显得不顺畅,或者文不对题。演讲的情形也一样,如果忽然使用平时不曾说过的话,必然会发生错误,或者结结巴巴而终归失败。

当然,演讲的语调也是一个技巧,每个要点或段落所用的语调,都是很重要的。因为在声调的运用方式上,可以表现出说话者的教养和情绪。

语调大体上可以区分为“演讲语调”与“会话语调”。所谓演讲语调,就是使用修饰的言辞和滔滔不绝的辩论方式。在许多演讲的场合里,以这一类型的演讲方式居多,这是不可否认的事实。不过,这种演讲方式可以说是非常落伍的。因为说话者的心情是否能很恰当地传达给对方呢?老实说,其效果并不显著。例如,在结婚典礼上,与其用古典的语辞“据闻新郎宏儒硕学”来称赞新郎,还不如说“新郎某君学问很好”,更能把对方的才华形容得恰到好处,也使听众易于了解。

此外,说话要近乎实情才能引人注意。因为前来参加结婚典礼的来宾,一定都跟主角有着某种关系才会被邀请。或许有些人是新郎的青梅竹马;有些人是新郎中小学时代的好友,有些是非常熟念的师长,有些是朝夕碰面的同事……反正都是在生活上跟新郎有过密切接触的人。他们平时打招呼的时候,总是这样说:

“喂,老张,世上很少像你这样逃学不用功的人吧!”

但在结婚典礼的场合里,如果忽然改用伪饰的语调说:

“新郎张君的学业非常优秀,真不愧是一位有为的青年。”乍