

FIND YOUR VOICE

第9版

发现你的声音

美国大学生的口才课



迈克尔·奥斯本
苏珊·奥斯本
兰德尔·奥斯本 ◎著
王怡罗兰 ◎译



重庆大学出版社

FAXIAN NIDE SHENGYIN
MEIGUO DAXUESHENG DE KOUCAIKE

第9版

发现你的声音

美国大学生的口才课



迈克尔·奥斯本
苏珊·奥斯本
兰德尔·奥斯本 ◎著
王怡罗兰 ◎译

重庆大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

发现你的声音：美国大学生的口才课 / (美) 奥斯本 (Osborn, M.), (美) 奥斯本 (Osborn, S.), (美) 奥斯本 (Osborn, R.) 著; 王怡, 罗兰译. —重庆: 重庆大学出版社, 2017.2.

(欧美名校通识课)

书名原文: Public Speaking: finding your voice

ISBN 978-7-5624-9706-6

I. ①发… II. ①奥… ②奥… ③奥… ④王… ⑤罗… III. ①口才学—高等学校—教材 IV. ①H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第056067号

发现你的声音：美国大学生的口才课

第9版

迈克尔·奥斯本 苏珊·奥斯本 兰德尔·奥斯本 著

王怡 罗兰 译

策划编辑: 雷少波 陈曦 向文平

责任编辑: 向文平 杨敬 许红梅 版式设计: 向文平

责任校对: 关德强

责任印制: 赵晟

*

重庆大学出版社出版发行

出版人: 易树平

社址: 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编: 401331

电话: (023) 88617190 88617185 (中小学)

传真: (023) 88617186 88617166

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆正前方彩色印刷有限公司印刷

*

开本: 720mm × 1020mm 1/16 印张: 23.25 字数: 438千

2017年2月第1版 2017年2月第1次印刷

ISBN 978-7-5624-9706-6 定价: 49.00元

本书如有印刷、装订等质量问题, 本社负责调换

版权所有, 请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书, 违者必究

我们为什么需要新版本？

选择阅读第9版的六个充足原因。

1. “发现你的声音”主题。

新的标题从本书一开始就隐含着—个主题，即强调：帮助读者习得演讲技巧，树立演讲信心，发现他们感兴趣的使命，帮助读者成为演说家，进一步成为一个具有目标、使命感的人。该主题贯穿每个章节，从“发现你的声音”过程中描述演讲者的开幕场景到联系章节内容来“发现你的声音”的章末反思总结。“发现你的声音”用文字框突显，每章会出现多次，提供简短练习和训练，激励学生去思考和应用章节中重要的概念。

2. 增加许多新的演讲素材。

第9版提供很多新的信息型、劝说型、仪式型的学生演讲范例。一些全文带注释的出现在章末，一些在附录B*的演讲实例分析中。

3. 更新的信息和研究。

大幅修订的论述贯穿全书。例如：新的演示媒体Prezi、VUE和其他前沿的演示科技的综述；第10章《辅助演示工具》探讨基于电脑的PowerPoint的潜在缺点。

4. 恢复说服型演讲两个章节。应审稿人要求，我们重新组织了第14、15章，还原初衷，首先展示说服基本原则和说服设计策略，探讨如何理性说服，如何展开强有力论证来支撑立场。

5. 精简篇幅。新版保留读者多年来喜欢的内容宽度和深度的同时，明智地删除无关的探讨和过时信息，使整体内容更加简洁，具有选择性。新版重新组织调整使内容更加清晰，更加适合当今的多元化学习方式。旧版的组织和提纲的两章在新版中合并为一章（第9章）。

6. 强化设计和学习工具。新版享有崭新设计，包括新的教学辅助工具。新特色“你的道德之声”增加道德敏感性，指出伦理关怀。

* 本书中涉及附录B的演讲实例，与正文相关的演讲内容都在行文中进行了展示。附录部分因篇幅较多，故《附录A：小团队中的交流》和《附录B：演讲实例分析》两部分仅提供电子文本，如有需要的读者请发邮件至 fenxiang2099 @ 163.com 索取。——编者注

Authorized translation from the English language edition, entitled PUBLIC SPEAKING: FINDING YOUR VOICE, 9E, 9780205778447 by OSBORN, MICHAEL, published by Pearson Education, Inc., Copyright 2012 [publisher shall herein insert the name of the copyright holder of the English version of the Work; Publisher shall refer to the copyright notice page of the English version of the Work to determine such name].

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from Pearson Education, Inc.

CHINESE SIMPLIFIED language edition published by PEARSON EDUCATION ASIA LTD., and CHONGONG UNIVERSITY PRESS Copyright [Publisher shall herein insert the Year of Publication].

本书封面贴有 Pearson Education (培生教育出版集团) 激光防伪标签。无标签者不得销售。
版贸核渝字 (2012) 第 045 号

简要目录

第一部分 公共演讲的基础 / 1

- 第1章 发现你的声音 / 1
- 第2章 管控演讲恐惧感 / 19
- 第3章 第一次演讲：演讲准备概述 / 32
- 第4章 学会倾听 / 52

第二部分 公共演讲的准备部分 / 70

- 第5章 适应听众，适应环境 / 70
- 第6章 展开话题 / 96
- 第7章 构建负责任的知识 / 111
- 第8章 论 据 / 133
- 第9章 定好框架，理顺内容 / 155

第三部分 培养演讲技巧 / 180

- 第10章 辅助演示工具 / 180
- 第11章 化语言为行动 / 207
- 第12章 发表演讲 / 233

第四部分 公共演讲的类型 / 259

- 第13章 信息型演讲 / 259
- 第14章 说服型演讲 / 280
- 第15章 构建有力论据 / 306
- 第16章 礼仪演讲 / 332

第一部分 公共演讲的基础 / 1

第1章 发现你的声音 / 1

公共演讲给你带来的收获 / 2

传播学简介 / 5

学习要求 / 13

章末思考：公共话语的命运 / 18

第2章 管控演讲恐惧感 / 19

了解交际焦虑 / 21

管控交际焦虑 / 22

章末思考：战胜恐惧 / 29

附录：交际焦虑自测表 / 29

第3章 第一次演讲：演讲准备概述 / 32

掌控你给人的印象 / 33

准备你的第一次演讲 / 36

自我介绍、介绍同学：实际应用 / 46

章末思考：在准备中探索 / 49

附录：一小块巧克力 / 50

第4章 学会倾听 / 52

有效倾听的益处 / 52

倾听的过程 / 54

入门级倾听 / 55

有效倾听的行为 / 56

成为一名批判性的倾听者 / 60

评价课堂演讲 / 63

倾听者的道德 / 68

章末思考：倾听的黄金法则 / 69

第二部分 公共演讲的准备部分 / 70

第5章 适应听众，适应环境 / 70

为什么分析听众非常重要？ / 70

了解听众的群体特征 / 72

了解听众动态机制 / 77

迎接听众多元化这一挑战 / 85

适应演讲环境 / 91

章末思考：将听众铭记在心 / 95

第6章 展开话题 / 96

什么是好的话题 / 96

找到你的话题领域 / 98

研究你的话题领域 / 101

完善话题 / 104

选题过程概述 / 107

章末思考：沟通的链条 / 108

附录：“变出一只猫” / 108

第7章 构建负责任的知识 / 111

制定研究策略 / 112

获取可靠的信息 / 115

评估研究材料 / 122

通过采访获取信息 / 127

做研究记录 / 130

章末思考：你的实质性声音 / 132

第8章 论 据 / 133

事实和数据 / 134

证词 / 139

事例 / 143

故事 / 147

挑选并组合佐证材料 / 152

章末思考：形成强有力的声音 / 154

第9章 定好框架，理顺内容 / 155

演讲结构清晰的基本原则 / 156

架构主体部分 / 159

演讲的引入语与总结语 / 166

正式纲要的准备 / 174

章末思考：双重规律的价值 / 179

第三部分 培养演讲技巧 / 180

第 10 章 辅助演示工具 / 180

辅助演示工具的优势和劣势 / 181

辅助演示工具的类型 / 184

准备演讲工具 / 199

使用演讲工具 / 203

章末思考：放大你的声音 / 206

第 11 章 化语言为行动 / 207

词语能够做什么 / 208

语言使用的 6C 原则 / 216

特殊的技巧如何放大你的声音 / 222

章末思考：给我合适的词语 / 231

附录：三张照片 / 231

第 12 章 发表演讲 / 233

演讲的魅力 / 233

训练你的声音 / 235

训练肢体语言 / 243

训练演讲多样性 / 247

培养在特殊场合的灵活性 / 253

演讲练习 / 256

章末思考：登台演讲 / 258

第四部分 公共演讲的类型 / 259

第 13 章 信息型演讲 / 259

信息型演讲概述 / 260

信息型演讲的类型 / 261

演讲设计 / 267

直面信息型演讲的挑战 / 274

信息型演讲的一种应用：简报 / 275

章末思考：做一个信息的传播者 / 276

附录：法国悖论 / 277

第 14 章 说服型演讲 / 280

说服型演讲的本质 / 281

说服型演讲的类型 / 283

说服的过程 / 286

说服型演讲面临的挑战 / 289

说服型演讲的设计模式 / 297

章末思考：说服案例 / 302

附录：瓶装水的代价 / 303

第 15 章 构建有力论据 / 306

推论性说服 / 307

例证的标准形式 / 315

避免缺陷说服 / 321

章末思考：站得住脚的说服演讲 / 328

附录：拒绝独裁者的骚扰 / 328

第 16 章 礼仪演讲 / 332

礼仪演讲的技巧 / 333

礼仪演讲的类型 / 337

故事型的演讲结构设计 / 350

章末思考：临尾赠言 / 353

附录：传统的烘焙 / 353

随手翻——演讲技巧目录

发现你的声音	为演讲的六大要素构建模型 / 12
你的道德之声	远离剽窃 / 16
发现你的声音	做一个公共演讲的批评家 / 17
发现你的声音	是什么让你害怕? / 21
演讲者笔记	应对交际焦虑的技巧 / 26
发现你的声音	我的成功脚本 / 28
演讲者笔记	十招管控交际焦虑 / 28
发现你的声音	公开演讲中的气质人格 / 35
你的道德之声	合乎道德的气质人格 / 36
演讲者笔记	构建故事设计清单 / 41
演讲者笔记	练习演讲 / 44
发现你的声音	向同学学习 / 45
演讲者笔记	自我意识鉴定清单 / 47
发现你的声音	准备第一次演讲之旅 / 49
演讲者笔记	提高记笔记效率指南 / 54
演讲者笔记	改进倾听技巧 / 57
发现你的声音	找出触发词 / 59
演讲者笔记	批判性倾听中的警示红灯 / 62
演讲者笔记	建设性评论指南 / 64
你的道德之声	从道德层面评价演讲 / 65
发现你的声音	在困难的环境中倾听 / 66
你的道德之声	符合道德的倾听指南 / 69

你的道德之声	做出调整还是迎合别人? / 71
发现你的声音	你的听众属于哪一类? / 73
发现你的声音	群体的重要性 / 75
发现你的声音	为听众专门设计激励措施 / 82
发现你的声音	重视听众多样性 / 86
演讲者笔记	避免使用带有种族主义和性别歧视的语言 / 90
演讲者笔记	分析演讲环境的检查表 / 92
你的道德之声	合理调整、适应听众之指南 / 95
发现你的声音	找到你的话题领域 / 101
发现你的声音	探索话题领域 / 104
你的道德之声	选题的道德 / 107
发现你的声音	完善你的话题 / 107
发现你的声音	简单介绍话题 / 108
你的道德之声	伦理道德研究指南 / 111
演讲者笔记	可靠信息检查表 / 116
演讲者笔记	完善网上搜索的秘诀 / 121
发现你的声音	拓展信息来源 / 122
发现你的声音	探索宣传网站 / 123
你的道德之声	网上诈骗的线索 / 126
演讲者笔记	网上材料评估一览表 / 126
演讲者笔记	获取采访信息指南 / 129
发现你的声音	洞察虚假信息 / 137
演讲者笔记	构造事实和数据 / 138
发现你的声音	批判数据 / 138
演讲者笔记	证词的使用 / 143
演讲者笔记	使用事例 / 146
发现你的声音	你最喜欢的故事 / 151
演讲者笔记	使用故事 / 151
你的道德之声	在合乎伦理道德的范围内使用佐证材料 / 153
发现你的声音	决定使用什么佐证材料 / 154

- | | |
|--------|---------------------|
| 发现你的声音 | 构建演讲结构 / 165 |
| 演讲者笔记 | 运用幽默 / 168 |
| 演讲者笔记 | 吸引注意力 / 169 |
| 发现你的声音 | 从提纲出发进行批判性思考 / 173 |
| 演讲者笔记 | 工作纲要检查表 / 174 |
| 演讲者笔记 | 口述参考资料指导 / 178 |
| 发现你的声音 | 探索图表 / 191 |
| 演讲者笔记 | 决定使用什么演讲媒体 / 195 |
| 演讲者笔记 | 准备演讲工具清单 / 203 |
| 你的道德之声 | 演讲工具的道德使用 / 205 |
| 演讲者笔记 | 口语的特征 / 209 |
| 你的道德之声 | 掌管有力的语言 / 215 |
| 发现你的声音 | 当代交流中经久不衰的隐喻 / 225 |
| 发现你的声音 | 我们时代的文化类型 / 227 |
| 发现你的声音 | 词语真的为你效力吗? / 231 |
| 发现你的声音 | 努力提高 / 243 |
| 发现你的声音 | 做一次更加活跃的演讲 / 246 |
| 你的道德之声 | 有关演讲的恼人不休的问题 / 252 |
| 发现你的声音 | 提问回答环节练习 / 254 |
| 演讲者笔记 | 练习演讲 / 258 |
| 发现你的声音 | 评论演讲练习 / 258 |
| 你的道德之声 | 信息型演讲的道德标准 / 260 |
| 演讲者笔记 | 有效信息型演讲指南 / 263 |
| 演讲者笔记 | 练习演讲 / 266 |
| 发现你的声音 | 你最好的老师 / 267 |
| 发现你的声音 | 信息型演讲的策略 / 274 |
| 发现你的声音 | 有机协调态度、信念和价值观 / 285 |
| 发现你的声音 | 说服素材来源 / 289 |

演讲者笔记	团结分裂的群体 / 290
发现你的声音	说服对峙 / 292
发现你的声音	适应争议 / 294
演讲者笔记	让人们行动起来 / 296
你的道德之声	道德性说服的指导方针 / 297
你的道德之声	运用合乎道德的证据的指南 / 309
发现你的声音	合理说服中的案例学习 / 311
发现你的声音	广告中的证明 / 314
演讲者笔记	何时使用证明? 如何使用证明? / 315
发现你的声音	定义的论战 / 316
演讲者笔记	构建有力的论据 / 320
你的道德之声	建立能够显示职业道德的论据 / 321
发现你的声音	寻找谬误 / 327
发现你的声音	基本的礼仪问题 / 333
发现你的声音	英雄主义的运用 / 334
演讲者笔记	创造共鸣 / 335
发现你的声音	对于放大, 支持还是反对? / 336
演讲者笔记	放大 / 337
发现你的声音	发表赞扬演讲 / 339
演讲者笔记	介绍演讲嘉宾 / 344
发现你的声音	情节中的故事设计 / 351

Part 01

第一部分 公共演讲的基础

第1章 发现你的声音

「 每当你开口说话，你都是在为自己，至少也在为他人——你的听众，展现出你的某种特质，并且在两者之间建立起一种共同关系。

——詹姆斯·伯伊·怀特 《言已无意》」

想到要上公共演讲课，杰森很是心烦意乱。他不过是想学习护理专业，演讲课能帮他些什么呢？“别担心了，先去把课上。”他的室友不耐烦地说。在第一堂课上，杰森见到了二十五个看起来跟他一样惴惴不安的同学。但是他还是下定了决心，一定要坚持下去。

他的第一项演讲任务是作自我介绍。在准备过程中，他明白了护理这一事业为什么对自己这么重要。演讲中，对主题的热情使他在说话时不那么紧张。尽管这次发言难称完美，但他开始树立起了演讲的信心，也使他之后能针对改善医疗健康体系的迫切性问题，发表内容充实且很有说服力的演讲。

聆听着同学们的讲话，杰森开始关注他们，并为他们的成功感到高兴。在研究随后的一些演讲时他发现，其中的一些事实、专家意见、事例和故事，不仅深化了自己的认识，也启发了听众。期末之际，他发现自己已经（用一位同学的话说）发现了自己的声音。他正在使自己成为一名演讲者！

“发现你的声音”是什么意思？很明显，它的意义远不止是张开嘴巴发声。杰森的经历启示我们“发现你的声音”至少包含了三层意思。

第一层，优秀的演讲技巧。为了“发现你的声音”，你要学会如何演讲。和一些流行的说法恰恰相反，演讲者是训练出来的，而不是天生的。他们需要通过学习、练习和亲身感受来掌握发言的要领和原则。本书的每个章节将分别阐述演讲技巧训练中的这些重要方面。

第二层，蕴涵着自我发现。在“发现你的声音”的过程中，你会变得越来越自信，逐渐培养起自己的演讲者自尊和风采。同样，你还会逐渐了解为什么你要演讲。在做了一些成功的演讲之后，杰森不仅发现了自己的声音，还对自己设定的职业目标有了新的体会。

第三层，找到自己在社会中的定位，领会他人观点和贡献的价值，了解自己对听众的道德义务。通过倾

听他人的观点和反馈，能培养你们的彼此信赖感。你会发现，正像保守主义知识分子理查德·韦弗说的那样：“观点及其表达方式都会产生影响”，你说的话（甚至没有说出口的话）都可能相当重要。我们确实生活在一个交际的世界之中，无论是选择开口还是选择沉默，都可能改善我们的处境，也可能让我们的处境变得更糟。

“发现你的声音”是一次值得你全心投入的探寻之旅。本章将进一步说明这门课所能带给你的各种收获，当然还有你需要付出的努力。

公共演讲给你带来的收获

在公共场合进行无碍交流，能使自己显得能干、有教养。学会有效地介绍自己，有效地表达自己的观点，能使你在应对人生的一些重大问题之时更加游刃有余。例如，在你的价值观因为一些人的所作所为或无所作为而受到威胁时，这就需要你为了自己的权益而大声疾呼；或者，在你需要通过别人的认可来推行某个关键的计划时，你也要这样做。

在本书中学到的原理还能让你更敏锐地消化公共信息，帮助你从每天的海量信息中甄别真假，去伪存真。

除了上述理由之外，公共演讲的学习还能带来其他的现实层面和个人层面的裨益。本章将对这些一一说明，并对公共传播的传统和过程加以介绍。

现实裨益

公共演讲的学习有助于培养许多基本沟通技巧，小到控制交流过程中的焦虑，大到发表有感染力和说服力的观点。

这些技巧的培养无论对学习还是对日后的工作都大有帮助。每年全美大学与雇主协会（简称 NACE）对上百家企业的招聘专家展开调查。据该协会所称：

在 NACE 的“2007 年就业前景”调查中，雇主将沟通能力和正直诚实分别视为求职者最重要的技能和品质。“在这份榜单上，沟通能力已经连续八年雄踞榜首”。因此，NACE 建议道：“要学会把话说清楚，学会自信地说，简洁地说”。

2009 年，NACE 又重复了这一调查，这一年就业市场的形势要严峻得多。结果，在寻找某一岗位的“完美”人选过程中，沟通技巧再一次成为了雇主最看重的技能。招聘就业网站怪物网（Monster.com）的招聘专家保罗·布鲁达表示赞同，“清晰且简洁地表达观点，对面试和日后的工作表现都有重要作用。”

关键是，你可以成为世界上最棒的物理学家，但要是你没办法告诉其他人你研究的

是什么，或者说连给你的同事都讲不清楚，那饱学一身又有什么价值呢？我想不出对于哪种职业，穴居除外，强有力地表达自己的想法在生活的某个节骨眼上不会发挥重要作用。

所以，除非你打算穴居，本书中学到的东西对你的未来都至关重要。

这些现实裨益还能延伸到你一生的公民参与行动之中。我们每个人有时候为了维护自己的关键利益和核心价值观，都必须“表露心声”。发现自己的声音正好能帮你做到这些。比如说在一场校董事会上，你也许想要发表意见，针对把《哈利·波特》《哈克·贝利芬历险记》这样的“有争议的书籍”剔除出书单乃至图书馆的提案，发表自己的想法。或者，你想在市政会议上发言，支持或反对以商业开发为目的，对你所在居民区进行重新划分之提议。

在学校，你也许会发言，支持或反对某些事情，例如，修改学校带有歧视性质的录取政策，或开除某位受欢迎但又具争议的教师，或允许宗教团体在校内进行抗议并散发传单。在班级里，你可能表态赞成或反对更严厉的移民法、政府国内监督政策、允许同性恋结婚或公开服役、允许三 K 党这样的仇恨组织公开集结。在谈论相关话题时，你就是在扮演美国宪法起草者设想的公民角色：

联邦议会不得立法建立宗教，不得立法禁止宗教活动自由；不得立法剥夺言论自由和出版自由；不得剥夺人民和平集会、向政府请愿、表示不满、要求申冤的权利。（《美国宪法第一修正案》）

美国的政治体系是建立在对开放和良好公众沟通的信仰之上的。托马斯·杰弗逊强调，允许甚至鼓励尽可能广泛的言论，这对民主社会的健康和存亡至关重要。他指出，如果公民是政治力量的来源，那我们就必须依赖完整而自由的信息传递和意见交流来培养我们的判断力，从而使我们能够在像选择领导人和支持何种公共政策这样的事情上作出正确的抉择。

因此，公共演讲课堂就是民主进程的实验室。构思、发表、倾听演讲，这有助于培养公民技能。作好承担公民角色的准备，不仅对你自己，而且对社会都有裨益。

个人裨益

公共演讲还有其他更为个人层面的裨益，包括深刻地了解自己、拓展自己的文化视野。

更深刻地了解自己。从真正意义上讲，我们就是与他人交流经验的总和。将你所关心话题的演讲综合到一起，你将会在其中探索自己的兴趣和价值观、拓展知识面、培养创意表达的技能。简而言之，你将作为一个独一无二的个体探寻自己的声音，一个与众