

李真顺 / 著

脱稿演讲 即兴发言

领导干部多场合脱口而出随身手册



3天打造得体、
准确、清晰
的脱口表达

25年教学经验积淀，
数万领导干部成功实践



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

脱稿演讲 与 即兴发言

领导干部多场合脱口而出随身手册

脱稿演讲的整体构思很重要，即兴发言更离不开巧思，在这里介绍一个简易通用的方法——“话框加思达意法”，供广大领导干部参考。所谓“加思”，即指构思过程中，在定好“话框”后，再选用精练简要的词语添加思想内容，以此来更准确地传情达意，从而树立自己的讲话形象。

此法包括八框，分别是：

礼：礼貌话，客套语，礼尚往来。

境：说背景，论时空，谈天说地。

论：谈过程，说结论，自我品评。

道：摆事实，讲道理，顺理成章。

体：谈体会，说感想，抒发心得。

果：定成果，找失误，罗列事迹。

策：明政策，晓法规，拿出措施。

达：讲希望，提建议，表达态度。

上架建议： 演讲/口才

ISBN 978-7-301-22927-9



9 787301 229279 >

定价：29.00元

李真顺 / 著

脱稿演讲 即兴发言



领导干部多场合脱口而出随身手册



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

脱稿演讲与即兴发言：领导干部多场合脱口而出随身手册 / 李真顺著. —北京：北京大学出版社，2013.8

ISBN 978-7-301-22927-9

I. ①脱… II. ①李… III. ①领导人员—语言艺术 IV. ①H019

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第176196号

书 名：脱稿演讲与即兴发言——领导干部多场合脱口而出随身手册

著作责任者：李真顺 著

策划编辑：朱 笛

责任编辑：王艳利

标准书号：ISBN 978-7-301-22927-9 / F·3694

出版发行：北京大学出版社

地 址：北京市海淀区成府路205号 100871

网 址：<http://www.pup.cn> 新浪官方微博：@北京大学出版社

电子信箱：tbcbooks@vip.163.com

电 话：邮购部 62752015 发行部 62750672

编辑部 82893506 出版部 62754962

印 刷 者：北京嘉业印刷厂

经 销 者：新华书店

787毫米×1092毫米 16开本 9.5印张 101千字

2013年8月第1版 2013年8月第1次印刷

定 价：29.00元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：010-62752024 电子信箱：fd@pup.pku.edu.cn

目 录

CONTENTS

第一章 展现综合实力的脱稿演讲

◇脱稿演讲是领导干部的必备技能 / 003

- 说实话办实事从脱稿演讲做起 / 005
- 脱稿演讲是领导干部实力的展现 / 007
- 脱稿演讲能增添领导干部的个人魅力 / 010

◇脱稿演讲更适用于现场会 / 012

- 脱稿演讲的现场效果更好 / 013
- 脱稿演讲的形式更灵活 / 015

◇脱稿演讲的“四步走” / 016

- 根据关键要素确定演讲主题 / 016
- 运用“柜子理论”组织演讲稿 / 018
- 掌握简单易行的长文记忆法 / 021
- 事先排练不可少 / 026

◇ 提高脱稿演讲水平需要技巧 / 030

- 台下多积累，台上更精彩 / 030
- 有胆量有自信才能挥洒自如 / 035
- 一个好的开场白等于成功了一半 / 038
- 有逻辑更利于听众理解和记忆 / 040
- 增强故事性更具说服力 / 041
- 不断探索并形成自己的风格 / 043

第二章

体现应对能力的即兴发言

◇ 即兴发言的要点与难点 / 049

- 即兴发言对口才的要求更高 / 049
- 即兴发言的四大特点 / 050
- 即兴发言应避免的陷阱 / 052

◇ 即兴发言并非完全无准备 / 054

- 知识和材料的日常积累很重要 / 054
- 口语表达能力可以不断提高 / 056
- 思想有深度，讲话才底气十足 / 057
- 迅速观察现场，及时捕捉有效话题 / 058
- 沉着应对各种临时状况 / 058

◇即兴发言更需要有技巧 / 059

选准发言的主题是关键 / 060

围绕主题巧妙构思、组合材料 / 063

即兴发言更要短小精悍、逻辑严密 / 064

语言生动活泼，符合听众风格 / 066

◇即兴发言的黄金模式 / 066

昨天、今天、明天 / 067

祝贺、感谢、希望 / 072

第三章

提高表达能力的基础训练

◇雄辩滔滔并非与生俱来 / 083

练出圆润动听的好声音 / 084

有力度才震撼人心 / 086

让声音传遍每个角落 / 087

勤做活舌操让你巧舌如簧 / 088

绕口令不能一味求快 / 091

更易进入角色的朗读式训练法 / 094

讲道理不如讲故事 096

一口纯正的普通话是一种资本 / 099

◇ 无声的态势语不容忽视 / 101

如何正确表达态势语 / 101

态势语应用的基本原则 / 104

对各种态势语都心中有数 / 109

◇ 克服紧张方能神态自若、思路清晰 / 116

不要过于追求完美 / 116

学会调整节奏，适当放松 / 117

坦然面对并接受自己的紧张情绪 / 117

掌握一些放松身心的方法 / 117

无语练胆，脑子空白也能气定神闲 / 118

随意练口，重要的是敢讲 / 118

◇ 养成有效表达的思维惯式 / 118

逆向倒转思维法 / 119

追根溯源思维法 / 120

纵横交错思维法 / 120

攻其一点思维法 / 121

第四章

多场合发言的要点与范例

◇ 自我介绍的两种常用方法 / 127

◇ 致欢迎词的注意点 / 129

◇ 致欢送词的主要内容 / 130

◇ 竞聘演说应涉及四方面 / 131

◇ 获奖致辞的发言方式 / 133

◇ 汇报工作要做到五点 / 133

◇ 动员号召包括三大内容 / 134

◇ 不同场合的庆典祝酒词 / 136

庆功宴祝酒词 / 136

婚礼祝酒词 / 137

生日庆典 / 138

◇ 开幕致辞三字诀 / 138

◇ 答谢致辞三字诀 / 141

◇ 出席不同酒会的侧重点不同 / 142

脱稿演讲与即兴发言

第一章

**展现综合实力的
脱稿演讲**

脱稿演讲是领导干部的必备技能

演讲，也被称为讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明、完整地表达自己的见解和主张，阐明事理或抒发情感，进行宣传鼓动的语言交际活动。

演讲可以按不同方式分为不同类型，如果按演讲方式分类，大致可分为五类，即读稿式演讲、背诵式演讲、提纲式演讲、即兴式演讲和辩论式演讲。其中，背诵式演讲就是脱稿演讲。这种演讲方式要求演讲者事先写好稿子，并反复练习，直到背熟后，再脱稿向听众演讲。

进行脱稿演讲的演讲者可以事先在演讲稿上精雕细琢，然后认真练习，反复背诵，默记于心，有了一定的把握才上台演讲。演讲前在口头语言和态势语言表达方面的精心准备，可以弥补演讲技巧的不足，比较适合初学者。但若是准备得过于详细周密的话，修饰就会太多，在正式演讲时往往带有表演的痕迹，甚至使人感到哗众取宠、矫揉造作。所以，脱稿演讲者一定要把握好度，

过犹不及。

良好的演讲才能和沟通能力，是各级领导者不可或缺的，而脱稿演讲更是必不可少的基本功。在日常工作中，无论是和上级还是和下级的交流，都离不开说话的能力。而演讲，更是传递和交换信息、情感、态度，相互协商、沟通并取得互信的重要方式之一，也是领导干部展示自己的人格魅力、积攒威望和声誉、拉近自己与民众距离的重要手段。

近年来，各级领导干部往往忽视了脱稿演讲能力的培养。基本上都是其秘书提前写好稿子，开会的时候自己照本宣科即可。而秘书为了显示领导对会议的重视，经常洋洋洒洒上万字，空话、套话不断，动辄是几点要求、几点体会，结果往往是台上讲得慷慨激昂，台下却是昏昏欲睡。

领导干部照着稿子念，无疑是目前最为普遍的现象。无论是大会还是小会，无论是发言讲话还是主持致辞，不管对象是谁，有会必讲话，讲话必念稿，这已成为一种定式和习惯。个别干部甚至离开稿子就寸步难行，不念稿就不会讲话。而且，念起稿来又长又空，结果往往是台上开大会，台下开小会。甚至有些领导干部在接受媒体

业精于勤，
荒于嬉。

——韩愈

采访时，面对记者的频频追问，也以事先写好的官样文稿应对，其结果必定是破绽百出、“笑话”不断。

像这样，大小会议发言讲话都由秘书代笔，自己不注重读书学习、调查研究，久而久之就形成没了稿子就会张口结舌的尴尬。有人把领导干部这种照本宣科的行为形容成唯“稿”独尊、目中无“人”。可见一纸讲话稿，不仅拉开了领导与老百姓的心理和情感距离，也反映了有的领导干部官僚作风严重、敷衍了事，以及“不求有功，但求无过”的工作态度。

因此，相对于不少领导干部凡是会议必照本宣科念稿讲话的情形，脱稿演讲可谓是大得人心。

△ 说实话办实事从脱稿演讲做起

相信你肯定注意到了，新一任中央常委班子自从与媒体见面以来，都身体力行地带头讲脱稿话、带头听脱稿讲话。

2012年11月15日，新一届中央领导集体亮相，习近平总书记以朴实亲民的演讲赢得了全国人民和世界舆论的广泛赞誉。

李克强同志在全国综合配套改革试点工作座谈会上，打断官员发言，要求不要念稿，并频繁即兴提问。

王岐山同志在廉政反腐座谈会上，打断了专家“尊敬的王书记”的发言，要求少说客套话，少用讲话稿，要脱稿讲话。

12月4日，中共中央政治局召开会议，会议一致同意关于改进工作作风、密切联系群众的八项规定，其中第二条规定是：要精简会议活动，切实改进会风；提高会议实效，开短会、讲短话，力戒空话、套话。

.....

在短短半个多月的时间，包括习近平、李克强、王岐山等中央领导同志带头脱稿讲话，倡导脱稿讲话，要求开会“不要念稿子”，不许说空话套话、不许长篇大论、言简意赅谈实质性问题……这种大刀阔斧整肃文风、会风，给全党带来一股清新风气，受到群众赞誉，引来一片叫好声。这些要求已经成了新一届中央领导主持召开的会议上的硬性要求。

虽然脱稿讲话的要求由来已久。但新一届中央领导集体如此明确、如此密集、如此郑重地反复强调，表面上是整肃文风、会风，实际上却是向工作中的官僚作风、衙门作风“宣战”。

在这种形势下，会不会讲话，能否讲好话，不仅关乎个人形象，更关乎个人事业发展与前途。同时，也反映出领导干部是否心系人民，是否认真对待工作，是否有足够的 ability 解决问题。

当然，并不是说能够脱稿演讲就说明领导干部的能力强、水平高，但脱稿演讲至少能说明领导干部在会前是经过认真思考和精心准备的，能够使与会者感到备受尊重，同时也是对自己负责的一种表现。另外，同长篇大论地念稿相比，脱稿演讲能够很大程度上节约会议时间，提高了工作效率。毕竟很少有人能背下上万字的讲

稿，为了避免出错，演讲者必然会言简意赅。而且，脱稿演讲要求生动、准确、言之有物，这就使得领导干部要不断学习、提高自身综合素质，告别官腔和官样文章，富有个人特色的讲话更能打动与会者。

讲话是领导干部的一项职务行为，职务越高，对讲话的要求也就越高。因此，领导干部应该重视这次转变，培养自己脱稿讲话、脱稿发言的能力。新任中央领导“带头讲脱稿话，带头听脱稿话”，就是为了让各级领导干部走出由秘书代劳的习惯，并促使领导干部自己去了解情况，自己来思考总结。

其实，提倡脱稿演讲，重在解决社会各种矛盾，重在为当地改革发展夺得先机，重在为群众多办好事、实事，以及着眼于群众长远利益的事情。这样，群众也会支持领导干部多用心讲话、讲有血有肉的话。因此，领导干部应该以中央领导人为榜样，努力掌握地方改革发展先机，多为群众谋利益。

△ 脱稿演讲是领导干部实力的展现

演讲，或者说当众讲话是一项非常重要、非常实用的能力，一个人要想很好地适应社

古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。

——苏轼

会，要想做好工作，就必须会演讲。相比之下，脱稿演讲的难度更胜一筹。由于我们的教育体制在演讲能力的培养上有缺失，所以我们在演讲方法、技巧、程式等方面不得要领。而在西方国家，演讲教育是伴随孩子成长始终的，是学生的必修课。相比之下，我们就差了一大截。很多领导干部即使念稿子，还会心情紧张、如临大敌，以致张口结舌，要是脱稿演讲，更是面红耳赤、语无伦次了。因此，从容不迫地脱稿演讲，更能体现出领导干部的实力与风度。

在这方面，我们的中央领导人已经为我们做出了表率。美国当地时间2012年12月19日晚，中国国务院副总理王岐山在出席美国商贸团体主办的晚宴上发表近20分钟的脱稿演说，博得了全场喝彩。王岐山的脱稿演讲不但表现了自己的才华，也反映出他对基本国情了如指掌，更体现出他对发展中美商贸的胆识。他不仅成功地为中美关系输送了“正能量”，也用他一如既往的坦率真诚和幽默风趣，打动了到场的美国各界人士。

在此之前的2010年，温家宝在比利时布鲁塞尔出席第六届中欧工商峰会时，面对中欧企业界几百名代表进行脱稿演讲使听众赞不绝口。中英贸易协会主席、欧盟中国贸易协会主席白乐威感慨地说：“我听到了一次美妙绝伦的演讲。温家宝总理用事实和数字说话，任何人都无法驳倒他。这就是力量。”温家宝了解中国，用自己的语言脱稿讲话，与世界人民交流，让世界更加了解真实的中国，从而掌握中国改革发展、对外开放的工作主动权，值得领导干部虚心学习。