

校园脱口秀

即兴演讲



益创教科所 / 林一 编著

西苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

校园脱口秀 / 益创教科所、林一编著. — 北京: 西苑出版社, 2001.10

ISBN 7-80108-526-4

I. 校… II. ①益…②林… III. 口才学—青少年—读物 IV. H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第064854号

责任校对: 严小明

责任印制: 孟祥纯

校园脱口秀·即兴演讲

编 著 益创教科所 林 一
出版发行 **西苑**出版社
通讯地址 北京市海淀区阜石路15号 邮政编码 100039
电 话 68173419 传 真 68247120
网 址 www.xycbs.com E-mail aaa@xycbs.com
印 刷 河北徐水新兴印刷厂
经 销 全国新华书店
开 本 850毫米×1168毫米 1/32 印张7
字 数 150千
2001年10月第1版 2001年10月第1次印刷
书 号 ISBN 7-80108-526-4/H·17

全四册定价: 40.00元

(凡西苑版图书有缺漏页、残破等质量问题本社负责调换)

目 录

第一部分 即兴演讲的整体结构

1. 即兴演讲的特色	2
2. 即兴演讲的要求	4
3. 即兴演讲的选材	7
4. 即兴演讲的布局	10
5. 即兴演讲常用的表述方式	12
6. 即兴演讲的演说姿态	15
7. 即兴演讲的演说步骤	17

第二部分 即兴演讲的必备心态

1. 人人都会怯场	20
2. 借别人的经验鼓起自己的勇气	22
3. 提前做好可能临时演说的准备	24
4. 情绪饱满地登台	26
5. 避开使自己紧张的反面刺激	27
6. 寻找热情而友好的面孔	29
7. 不把听众“放在眼里”	31
8. 运用言语暗示	33
9. 消除紧张情绪的物理疗法	35



第三部分 即兴演讲的基本技巧

1. 怎样迅速吸引听众的注意力 38
2. 怎样简洁精短又意味深远 42
3. 怎样借助别人的话为自己铺垫 44
4. 怎样对语言进行装潢 46
5. 怎样表达自己的观点 49
6. 怎样在演讲中控制场面和应变 52
7. 怎样有个良好的开篇 55
8. 怎样有个回味无穷的结尾 62
9. 怎样使用自嘲 68
10. 怎样在演讲中给眼睛找到位置 71
11. 怎样在即兴演讲中举例说事 74
12. 怎样在即兴演讲中说理 78
13. 怎样做即兴快速总结发言 83

第四部分 即兴演讲的成功诀窍

1. 利用句型的特有优势，制造不同的演说效果 86
2. 避实就虚，化解听众的对抗心理 88
3. 穿插小笑话，创设轻松愉快的氛围 89
4. 用逼人的气势征服听众 91
5. 运用阶升的方法强化听众的印象 93
6. 运用对比，制造吸引力 95
7. 调整空间距离，拉近心理距离 97
8. 运用模糊语言，摆脱个别听众的纠缠 99
9. 用事实说话，增强即兴演讲的可信度 101
10. 巧用提问，吸引听众 103
11. 调节语速，易于听众接受 105
12. 自然的手势，会使你的演讲绘声绘色 107
13. 借景生情，会为你亮出新的风景线 109



14. 利用听众的视觉表现自己的观点	111
15. 给听众一个好的建议，让他们得到满足	113
16. 掌握发声技巧，增强表述效果	115

第五部分 即兴演讲的禁忌

1. 忌不分场合不分听众	118
2. 忌即兴乱说	120
3. 忌拿腔拿调	122
4. 忌用口头禅	124
5. 忌冷冰冰缺乏情感	126
6. 忌客套话太多	128
7. 忌没完没了	129
8. 忌松松垮垮不修边幅	131
9. 忌过多使用专业术语	132
10. 忌谦虚过头没有主见	134
11. 忌空洞无物	135
12. 忌演说没有人情味	137
13. 忌对自己演讲的内容没有兴趣	138
14. 忌概念模糊不合逻辑	139
15. 忌演说深奥难懂	141

第六部分 即兴演讲的训练

1. 不放过每一个当众说话的机会	144
2. 展望未来，给自己希望	146
3. 迫使自己坚持下来	147
4. 思维的训练	149
5. 语智的训练	152
6. 声音的训练	154
7. 即兴演说的练习	156
8. 记忆的训练	157



9. 逻辑能力的训练 159

第七部分 生活中的即兴演讲

1. 即兴自我介绍 162
2. 即兴生日祝贺 165
3. 即兴祝酒 169
4. 即兴聚会发言 172
5. 即兴事迹报告 177
6. 即兴致词答谢 179

第八部分 校园中的即席演讲

1. 团队会即兴发言 182
2. 校庆即兴演讲 184
3. 开学、毕业典礼即兴致词 186
4. 成人仪式即兴演讲 189
5. 篝火晚会即兴演讲 191
6. 即兴竞选演讲 194
7. 即兴就职演讲 197
8. 国旗下即兴演讲 199

第九部分 特别纪念日即兴演讲

1. “五四”青年节即兴演讲 204
2. 教师节即兴演讲 207
3. “一二·九”纪念日即兴演讲 209
4. “六一”儿童节即兴致词 213
5. 国庆即兴演讲 215



第一部分

1. 即兴演讲的特色
2. 即兴演讲的要求
3. 即兴演讲的选材
4. 即兴演讲的布局
5. 即兴演讲的常用表述方式
6. 即兴演讲的演说姿态
7. 即兴演讲的演说步骤

即兴演讲的整体构架



1. 即兴演讲的特色

依据不同的标准，演讲可以分成许多类型，而由形式划分，演讲可分为命题演讲、论辩演讲和即兴演讲。

即兴演讲是指那些演讲者在事先没有准备的情况下，就眼前的情境、事物、人物有感而作，因兴而发的临场演说。

作为演讲的一个独特的类别，即兴演讲有着明显区别于其他类型演讲的鲜明的特色。



篇幅短小精悍

即兴演讲多是演讲者临时起兴，事前多无准备，即使有人做了一点准备，也是粗枝大叶十分简单，顶多是打了腹稿，所以，不容易长篇大套滔滔不绝。

另外，即兴演讲的场合多是生活中的一个场景，或答辩，或聚会，或喜庆或哀伤，或愤激，大家需要的只是演讲者表达一下自己的心意、看法或者情感，不要求其做论证严密、逻辑性极强的报告，所以，即兴演讲不可能长，也不能长。



时境感强烈

到什么山唱什么歌，对什么人说什么话。即兴演讲现实性非常强。虽说所有演说都要考虑观众，考虑场合，但即兴演讲比



们更甚。



就事论事有感而发

因为不是事前作好了准备才进行的，所以，演讲者必须从眼前的事、时、物、人中找出触发点，引出话头，然后再将心中所思所想以不吐不快的情绪宣泄出来。所以，即兴演讲大多是演讲者真实思想的流露，言为心声在这里得到了真实体现。



形式自然，灵活多变

即兴说话有时没有明确的中心，只是自然而然地任意表述着各种话题；有时有中心，但由于受时间、地点和交谈对象的变化，不得不改变话题，改变表达方式。



感情充沛

没有情感激发，就不存在成功的即兴说话，有时虽然是受命而谈，也需要一个情感酝酿过程。情感一形成，必定唤起表达者的情绪记忆，诱导丰富的联想，推进思维过程，从而捕捉话题，调用储备信息，引导思维信息加工，进行即兴表达。



2. 即兴演讲的要求

即兴演讲因其是临场之作，难度相对来讲要大一些，对演讲者的要求，也不同于其他演讲。



演讲者必须学会快速组合

即兴演讲多出于临场指派，在此之前，你可能不仅没有内容准备，甚至连心理准备也没有，但受人指派委托，或是情之所至不吐不快，非讲不可，而现场没有充裕的时间让你准备，你只能进行快速组合。这就要求你尽快地选定主题，然后将平日累积的相关材料围绕主题组织起来，再选择合适的语言将它们表述出去。



演讲者必须学会抓触点

所谓触点，是指可以由此生发开去的事或物。即兴演讲需要因事起兴，找到了触点，就找到了起兴的根基，有了谈话的由头；抓不到触点，很可能会陷入无话可说的尴尬境地。

具体情景中，有许许多多可以供我们发挥的素材：地点、时间、人物、事件、景物等等，只要我们善于捕捉，善于生发，作一次成功的即兴演讲就不是一件太难的事了。

鲁迅很善于当机应变展开演讲。他在厦门大学研究院任教



第一部分 即兴演讲的整体结构

时，校长林文庆常克扣办学经费，刁难师生。一次，林把研究院负责人和教授都找来开会，提出要将经费再减掉一半，大家听后纷纷反对，可是又说服不了林。林怪声怪调地说：“关于这件事不能听你们的，学校的经费是有钱人拿出来的，只有有钱人，才有发言权！”说完后，林洋洋得意地双手一摊，在场的人都怔住了，面面相觑，无话反驳。突然，鲁迅唰地站起，从口袋里摸出两个银币，“啪”的一声放在桌上，铿锵有力地说：“我有钱，我也有发言权！”鲁迅借林的话随机应变，冷不防的反驳使林措手不及。接着鲁迅慷慨陈词，大谈经费只能增不能减的道理，一款一项，有理有据，林文庆被驳得哑口无言。

鲁迅先生“拍钱而起”这个触点抓得非常的好。



演讲者必须言简意赅

受场合、事件、内容、时间的限制，即兴演讲不允许演讲者做长篇大论的演讲，必须言简意赅，正所谓有话则长，无话则短。

言简意赅的关键就在于演讲者能紧紧抓住演讲主题，围绕主题选材，组织结构，不枝不蔓，语言精道，要言不繁，争取做到言有尽而意无穷。

有不少著名的即兴演说甚至只有一句，但它所表达的思想深邃隽永，令人回味无穷。

比如：美国的莱特兄弟，是人类航空史上勇敢的开拓者，他们于1903年12月17日成功地驾驶有动力的飞机飞上了蓝天。飞行过后不久，莱特哥俩前往欧洲旅行。在法国的一次欢迎酒会上，各界知名人士聚集一堂，主人再三邀请大哥演讲。大哥盛情难却，只好说：“据我们所知，鸟类中会说话的只有鸚鵡，而鸚鵡是飞不高的。”这只有几句话的演讲，博得了与会者长时



校园脱口秀——即兴演讲

间的掌声。

再比如艾森豪威尔的一句话演说：“每一篇演讲不管它写成书面的或其他形式，都应该有标点符号，今天晚上，我就是标点符号中的句号。”

艾森豪威尔在哥伦比亚任校长时，经常出席宴会、发表演说。在一次宴会上，他排在最后一个发言。可是前面几个人都发表了长篇演说，轮到他发言时，时间已经不早了。他站起来，首先提醒听众说了上面那句话，说完随即停了下来。听众对他的演讲报以热烈的掌声。事后他对人说，那是他最得意的演说之一。

他们的演说短得不能再短，很好地体现了言简意赅的特点。





3. 即兴演讲的选材

即兴演讲的情感激发离不开生活基础，生活本身即是最适合你的题材，深入到自己的生活里，从记忆中搜寻印象鲜明、意义深刻的事情，听众最爱欣赏、最喜闻乐见的话题都与特定的个人背景有关。



家庭、童年、校园生活

那些多年来一直鲜明地印在你脑海中呼之欲出的东西，也是听众反响最强烈的东西。



出人头地的奋斗经历

听众们也想成功，他们希望由你的成长轨迹找到自己的成功之路。你是怎样从事某个行业的；怎样在错综复杂的情况下从无到有，成就一番事业的；你是怎样遭遇挫折又百折不挠努力前行的……都会让他们听得津津有味。



关于嗜好方面的内容

说一件纯因个人的喜好而做的事，是不可能出差错的。将你的某种特别的嗜好，发自内心的热诚，说与听众，他们也会产生共鸣，即使他从来不知道还有这种事。



校园脱口秀——即兴演讲

曾有一位酷爱养鸟的演讲者，在一次小型集会上作了一次即兴演说，他滔滔不绝的演说吸引了广大听众的注意力，一个星期之后，当他再见到这些听众时，他们之中已经有人开始在养鸟了。





特殊的知识领域

多年在相同的领域里工作，已使你成为这行的专家。假使依多年的经验或研究来讨论有关自己工作或职业方面的事情，没有人能比你更权威，更有可信度，所以，你肯定能获得成功。比如，一位军事专家谈论世界军事格局时，一定能将听众的注意力全部吸引过去。



不寻常的经历

曾见过大人物吗？曾在战争的炮火下走过吗？经历过精神颓丧的危机吗？遇到过野人吗？去过浩翰的沙漠，遮天蔽日的原始森林吗？这些经验都可以成为最佳的演说资料。



用你熟悉的资料

听众不爱陈词滥调满篇的讲演。千万不可以随意讲些报章杂志登过的事；对某项题材，如果自己所知不比听众多多少，还是避免为妙。可是，反过来说，如果曾投注多年的时间研究某项题材，那毫无疑问，这是注定该你说的题目，你可以毫不犹豫地讲。



4. 即兴演讲的布局

即兴演讲虽然不像主题演讲那样准备充分，各处都精雕细刻，但也要注意结构的整体布局，注意表达的内部组织构造。整体布局主要是考虑表达的主体材料放在何处？次要材料放在哪里？要讲几个部分？是按时间顺序，还是空间顺序表达？是先总说后分说，还是先分说后总说？是递进式还是并列式？以及怎样开头，怎样结尾，怎样过渡等等。

演讲的题材，可按合理的时间、空间或其内在的顺序而做发挥。比如在时间的顺序上，可按过去、现在、未来三方面来考虑自己的题材，也可以从某一天开始，然后从那一天往前或往后推。所有的演讲过程，都从原始的素材开始，然后经过各种的加工，最后完成。至于其中加入多少细节，则要看你能有多少时间来定。

在空间的顺序上，可就中间一点来安排你的意念，然后由那儿往外发展；也可按方向来处理题材，如东、南、西、北方。假如要描述首都北京，你可以领着听众从天安门开始，顺着南北中轴线或是十里长安街从南到北或是从东到西地逐一介绍。如果描述一个喷气引擎或一辆汽车，也许最好先将它分解成各个零部件，再加以讨论。

有些题材自己有一个完整的顺序。比如说，如果你想讲中

