



五分钟社交 演讲术



陕西旅游出版社

497155



2 034 6853 1

打动人心的演说技巧

五分钟实用 社交演讲术

〔日本〕诸星龙 著

林楠 编译



陕西旅游出版社

陕新登字 012 号

责任编辑：冯 冰

策 划：赵世勇

封面设计：康怀宇

版式设计：军 辉

五分钟社交演讲术

林楠 编译

陕西旅游出版社出版

(西安长安路 32 号邮政编码 710061)

新华书店经销 邢台市彩色印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 4.5 印张 100 千字

1991 年 12 月第 1 版 1992 年 2 月第 1 次印刷

印数：1—22000

ISBN7-5418-0391-X

G·92 定价：2.80 元

内容简介

如果你受邀参加结婚典礼，需要在大众面前演说，并且讲话的时间极短，不能讲太多的客套话时，怎么办呢？

这时，曾经听过的演讲辞，或者听惯的惯用语言可能会闪过脑际，并且想像有几百双眼睛在注视着你。一瞬间，你会犹豫，会左思右想，甚至意识到心脏在怦怦跳动。

如何使自己在演讲中不紧张，在五分钟内能够讲出最恰当，最生动，而且令人印象深刻的好演说呢？本书将奉献给读者以生动、精彩的答案。

本书内容可分为：无处不用的五分钟演讲术，可以改变你一生的五分钟演讲术、打动人心的演讲技巧，自我评分等。其中亦包括听众的心理、准备演讲、演讲的技巧和秘传等。

当你读完这本书，你会惊奇地发现，自己面色红润，胸有成竹，更加满怀信心地去迎接新生活。

目 录

无处不用的五分钟演讲术

五分钟社交演讲术的应用

1. 自我介绍.....	(2)
2. 结婚盛宴致辞.....	(7)
3. 春节拜年或团拜会贺辞	(12)
4. 岁末聚餐会致辞	(16)
5. 招待会致辞	(21)
6. 欢送会致辞	(25)
7. 欢迎新职员致辞	(32)
8. 到任演讲辞	(37)
9. 朝会讲话	(41)
10. 新厦落成的祝辞.....	(44)
11. 纪念性集会演讲辞.....	(48)

可以改变你一生的神奇演讲术

五分钟实用演讲术的技巧

1. 听众就是要接收新知识 (52)
 - 笑和哭有传染性
 - 听众是以自我为中心的动物
 - 听众厌恶的事
 - 调查组成分子
2. 话太长会使人讨厌 (57)
 - 何谓现代型演讲
 - 林肯的演讲
3. 讲得太好也会引起恶感 (61)
 - 略带口吃的魅力
 - 甜言蜜语留下的恶感
 - 笨拙的言辞
4. 演讲时不要紧张 (65)
 - 紧张的原因
 - 不紧张的方法
5. 决定话题 (68)
 - 五个原则
 - 听众的兴趣
 - 今晚的话题是什么
 - 棒球比赛和结婚典礼
6. 组合顺序要有系统 (73)
 - 讲话和电影
 - 组合的技巧

内容分析
词语的组合

打动人心的演说技巧

- 7. 起立之际就是演讲的开始 (78)
 - 第一印象的评价
 - 集中听众注意力的技巧
 - 主持人不是主角
- 8. 感到意外的开场白 (82)
 - 启齿的多种方法
- 9. 明了听众的反应 (85)
 - 藉机引入话题
 - 讲话的支配
- 10. 言辞要生动..... (90)
 - 加深言辞的生动性
- 11. 逗笑的方法要得体..... (94)
 - 说笑话必须合时合宜
 - 机智和幽默
 - 讲笑话的九要诀
- 12. 珍惜时间 (100)
 - 什么是不必要的
 - 不拖泥带水
- 13. 使人耳目一新 (104)

尽善尽美的原则	
14. 演讲要有表情	(110)
表情要生动	
眼神最能引人注目	
表情与动作	
15. 含有感情的声调	(114)
声调要有个性	
发声学的训练法	
语调的控制	
16. 改变说话的速度	(122)
为什么听众会腻	
快慢的技巧	
17. “活”的演讲	(125)
讲话要有深度	
沉默和时间	
静默的型态	
18. 留下余韵的结语	(130)
余韵的真义	
反复的技巧	
写短篇小说的技巧	
结语成为格言	
19. 自我评分	(136)

无处不用的五分钟 社交演讲术

五分钟社交演讲术的应用



1. 自我介绍

自我介绍并不需要口述一切事情，只要适合当场需要即可。在几分钟内能简单扼要地使人留下好印象，才是上策。

自我介绍的本意就是让不相识的人能够了解自己，并且在彼此之间建立一层友谊关系。因此，如果不想交往，不想打交道，就不必要自我介绍了。

在自我介绍的主题下，到底讲什么？注意那些事情？都是一门学问。

当然过份自卑，或是吹毛求疵，自我宣传，都是不应该的。至于模仿军人报官式的硬绷绷报告方式，也不妥当。我们所要求的不外乎在五分钟内能简单扼要的留下好印象，这才是上策。

在一个俱乐部的聚会中，大家的自我介绍都已经结束以后，主持人对姗姗来迟的仁兄说：“请你作自我介绍吧！”

这名迟到的会员站起来，不慌不忙地在数分钟内达

成了留下印象的好效果。他以深沉的表情发言：“我迟到了，非常抱歉！因为刚刚在外面被撞了。”

瞬间，听众的脑际闪过疑问，（大概是车祸？）于是大家的眼光注视着讲话人。

“……说来话长，是被狗咬的。”这个出乎意料的解释使大家都笑起来。

“我和狗很有缘份……我是犬丸公司的犬丸，请多指教。”

虽然是短短三十秒的话，效果却是十分惊人。

再来看一看典型的自我介绍事例：

“我叫庄宽一，户籍上是这样记载的，但却不知自何时起，大家已经改称我为庄宽了。时间一久，我自己也陷入错觉，常常为有没有‘一’字而感到可笑。其实有没有‘一’字都无所谓，只要大家认为好叫，我也乐意听。因为我的人正如其名，是一个宽大的人。（第一段）

说起来人名只不过是一种代号，为了使代号能够大众化，不一定要勉强大家强记，我就是这样富有妥协性的人。关于这一点，相信大家认识我以后，一定能了解的。我是最平易近人、合群的人，这一点趁此机会顺便介绍一下。（第二段）

我的职业是商人，开了一家面馆。我从事这个行业，并不是精挑细选的结果。而是根据自己名字的特征，觉得只把它定为人名很不经济。因此以宽字配合面食，开了这家‘宽面馆’。你们想，这不是个响当当的店号吗？虽然店面很响亮，但是我并不奢望由于宽大的人品而能一帆风顺，会在不久的将来有许多分店。（第三段）

此外，我也是××公司的董事长，正努力在能力所及范围内发挥本领。

我的公职是爱知县和名古屋市的议员，是个道地的乡下绅士，因此每次回到繁华的都市，总是有落伍的感觉。说我是‘山城大将’一点不过份。（第四段）

有时，我被称为老板，有时则是董事长，或议员先生。由于时、地、人的不同，我也就受到不同的称呼。虽然有这么多称呼，我仍然偏爱‘喂！大将’。因为我的个性豪爽，不拘小节，比较适合这个绰号。尽管在名古屋市，我是个平时不懂得茶道，和女朋友交往又不解风情的粗俗男人，但是仍希望能受到各位的厚爱，不吝指教。（第五

段)

几乎说漏了一点,我的出生地是仍被称为芭蕉翁的岐阜市长良川。我读完岐阜商职后,升入名古屋高商就读,毕业后曾在名古屋当新闻记者。经过那段奋斗,才有今天的我。如果谈到心得,只能奉告一句话——保留了生存权。(第六段)

我今年35岁,已婚,有两个子女。关于我的家庭,就简单介绍到这里,希望由此能做为友谊的开始。谢谢。(第七段)!

这是一篇收效很好的自我介绍原稿,幽默,风趣的语气,在短短的时间中发挥得淋漓尽致,是一篇要领颇佳的演讲辞。

第一段是介绍自己的名字,本名庄宽一,简称宽,省略“一”字,就含有宽大的意思。以通俗的语气加深大家的印象,相当有趣。

第二段是根据自己的名字,介绍本身的个性。

第三段是以真实的心情谈论自己的工作情形。

第四段是叙述经历后,自谦为乡下绅士。

第五段是介绍自己的各种称呼后,用“喂!大将”这个绰号,让听众有一份亲切感,然后再以“不懂得茶道……”等表示厚道的性情。

第六段是介绍出生地点和经历。第七段才接触到年

龄和家庭问题。

从名字、工作、经历谈到家庭，是很有系统、经过细心安排的结果。这是不可忽视的要点。

常看到成名人在演讲的时候，缺乏细心的思虑，因此引起听众的反感，实在是值得检讨的事情。

比如在第六段，“如果问我心得是什么？我的回答只能是保留了生存权吧！”这些语气都充分表示经过细心的思虑。

自我介绍和户籍调查有别，并不需要口述一切事情，只要适合当场的需要就可以了。当然应该先了解听众想知道什么？是自己的职业、经历或者和主办人的关系？把要点讲清楚就是短篇演讲的技巧。

讲话的顺序不一定要从名字开始。突然以趣味的介绍引起话题，最后才讲出名字也并无不可。

2. 结婚盛宴致辞

年轻人以老成持重的态度和教训的语气讲出祝辞,是令人厌恶的现象。向友人祝福只要语气自然、有趣,并增加会场的喜悦感,不必是形式上的客套话。

逢喜事时心情爽快、明朗;丧事时心情沉闷、暗淡,是正常的现象。人生的明暗在结婚典礼和葬礼上显出强烈的对比。当然喜气洋洋的婚礼席上和哀伤的告别式中,讲话的方式一定不一样。必须配合当时的气氛,才能说出动听的语言。

在这两种场合讲话,有一个最显著的相异点:喜事时到处都洋溢着欢乐的气氛,此时即使在语句上犯了些错误,也不被责怪。但是在悲恸的追悼会上,就不容许出错了,因此更需要慎重其事了。

由于仪式本身有各种各样的规定,因此,人们在仪式进行中按照规定的形式听取演讲时,经常耐不住呆板、枯燥的气氛,因而打呵欠,或做出厌恶的表情。

仪式的目的是集中人群于固定的场所,共享心中的

快乐或是分担心里的悲哀。因此在仪式中表现无动于衷的态度，就是缺乏真挚的感情，只限于形式上的聚会而已。

在婚宴席上，当事人感到最高兴的不外乎受到友人的祝福，此时连旁听者也会分享他们的快乐。因为朋友之间的祝辞都不是形式上的客套话，而且语气自然有趣。有时甚至透露新人的某些内情，增加会场的喜悦感。然而，绝不可得意忘形，把该守的秘密一并公开出来，毕竟席上尚有许多不相熟的客人啊！

“终于被山田君捷足先登了，说起来山田君和我们有很深的缘份，不但是同期的同学，毕业后又在同一个公司服务，并且是同宿舍的挚友。

每次同学会，谈到婚姻问题时，一直都说，‘我一定会最晚结婚’的，就是这位山田君。

最近山田君的生活反常，时常发现他魂不守舍，一副心事重重的样子。前些天突然宣布结婚的消息，使大家大吃一惊。真没想到山田君会成为第一个踏入礼堂的幸运儿。（第一段）

面对新人含笑对立的丽影，使我们产生一种无法形容的心境。（第二段）

前天在咖啡厅，我被介绍和新娘爱子小姐相见，当时我就直觉他们是天生的一对佳偶。尤其惊讶于他们的嗜好、兴趣、口味……等等都相同。当我们一起参加音乐会时，两个人交头接耳陶醉在古典音乐的讨论中，早已把第三者的存在忘得一干二净了。（第三段）

爱子小姐——不，山田太太，我该坦诚对你公开山田君的坏习惯，那就是太贪睡了。不可否认，他是一位好好先生，只可惜早上的情绪不佳，我们同室的人常蒙受其害。假如山田君的起床习惯能改进，太太的功劳就相当大了。（第四段）

最后祝福两位健康、幸福，并且再说一声恭喜！”（第五段）

这是参加亲近友人婚礼的祝辞，由于彼此是无所不谈的深交朋友，当然不必过分谦虚、考虑修辞。

第一段是讲山田君率先踏入结婚礼堂，使大家产生慌张心理。

第二段是讲看到新人后的心境。

第三段是称赞两人的性格相配。

第四段是公开山田君的不良习惯，指出它有待新娘