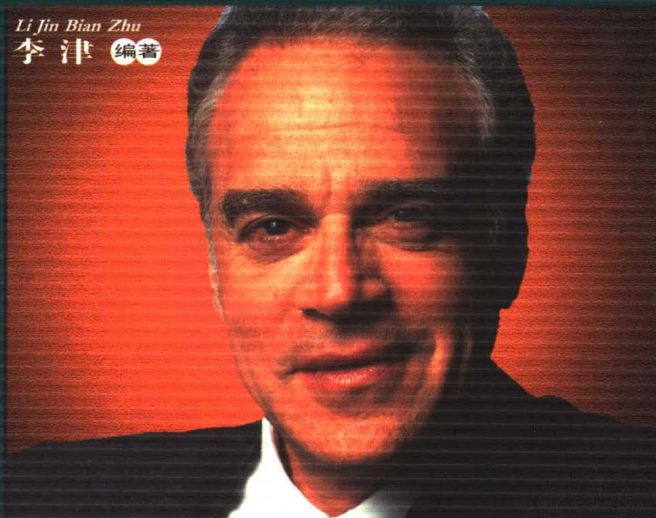


Li Jin Bian Zhu

李津 编著



袖珍励志经典II

袖珍励志经典II

演讲

——迅速提升自我
演讲能力八步

挖掘自我潜能，改变一生命运！

SUCCESS BEGINS
WITH METHOD

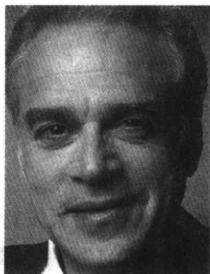


金代出版社
GOLD WALL PRESS

演讲

——迅速提升自我演讲能力八步

李津 编著 *Li Jin Bian Zhu*



SUCCESS CLASSIC

袖珍励志经典 II



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

演讲/李津编著. - 北京:金城出版社, 2005. 5

(袖珍励志经典. 2)

ISBN 7 - 80084 - 707 - 1

I. 演… II. 李… III. 成功心理学 - 通俗读物 IV.

B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 039868 号

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

北京飞达印刷有限责任公司印刷

880 × 1230 毫米 1/64 46.5 印张 1000 千字

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7 - 80084 - 707 - 1/B · 119

(全八册)总定价:80.00 元

序

时光如梭，岁月飞逝。人生总是如此匆匆而短暂，而我们每一个人却总是那么强烈地渴望事业的成功与辉煌，生活的美满与幸福。然而，同为大千世界的芸芸众生，有的人能够轻松地步入成功的殿堂，有的人却总是与成功擦肩而过，以至终生默默无闻。

这是为什么呢？那些成功者都是天才吗？

美国成功学大师拿破仑·希尔说：“人与人之间只有很小的差异，但是这种很小的差异却造成了巨大的差异，这种很小的差异就是你所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功和失败的差异！”

如果你正在通往成功的路上孜孜不倦地奋斗着、跋涉着，那么你知道成功和失败的差异吗？你知道阻碍你成功的最大障碍吗？你知道成功的捷径吗？之前我们曾特别为此编写了一套

励志经典丛书，以期为很多正在寻找成功之途的人们指点迷津，为他们的成功助一臂之力。这套丛书一经推出，即受到了广大读者的欢迎和喜爱。于是在此基础上，我们今年又特编撰了这套励志经典丛书。

在这套丛书的编撰过程中，我们在继续上一套丛书博采百家之众长，援引古今中外之学者名家的典范，力求精益求精的基础上，还在选题角度上下了极大的功夫。

全套书依然分为8本，每本一个独立的主题，分别从现在广大读者所关心的禅机、处世、经验、潜能、思维、行动、演讲、忠告等八个不同的角度，一一分析了阻碍我们成功的诸要素，同时提出了帮助大家走上成功之路的良方！总之，此书是你的良师益友，长读此书定能受益匪浅。

在社会和商务活动，以及我们普通的生活中，人文思想、处世智慧和生产与交换常常融合在一起。《处世》一书告诉我们真正富有智慧的人在交往处世上应该谨慎而理性，告诉我们人惟一所能依赖的就是自己，成功的人生需要不懈地努力。

许多初入社会的年轻人都担心社会上人际关系复杂，难以应付，害怕处理不好，这是缺乏经验的表现。《经验》一书就是在总结前人的成功经验和失败经验的基础上得来的。从做人、生存、求职、工作、恋爱、识人等各个方面全面地向你展示了社会的多面性。

美国著名心理学家陆哥·赫胥勒说：“我们最大的悲剧不是恐怖的地震……而是千千万万的人们生活着然后死去，却从未意识到存在于他自身得人类为开发的潜能。”我们的潜能究竟还有多少有待开发，读过《潜能》一书一定会让你收益匪浅。

人类不能总是停留在一个地方原地踏步，但是要想进步与发展，就需要与之相适应的创新思维。《思维》一书会告诉我们创新思维的重要和进行创新思维的一系列简单易行的方法。

人不能总是纸上谈兵，要想获得成功，必须行动起来。《行动》一书从理想开始为我们讲述行动的重要性，想到就要做到，就要立即开始行动。

我们每天都要与人打交道，都要说话，但你是否能够很好地掌握语言这一工具呢？尤其是

重大场合的发言,你能胜任吗?读读《演讲》这本书吧,一定会令你的语言表达能力得到显著地提高,让你自信地在众人面前表演你的口才!

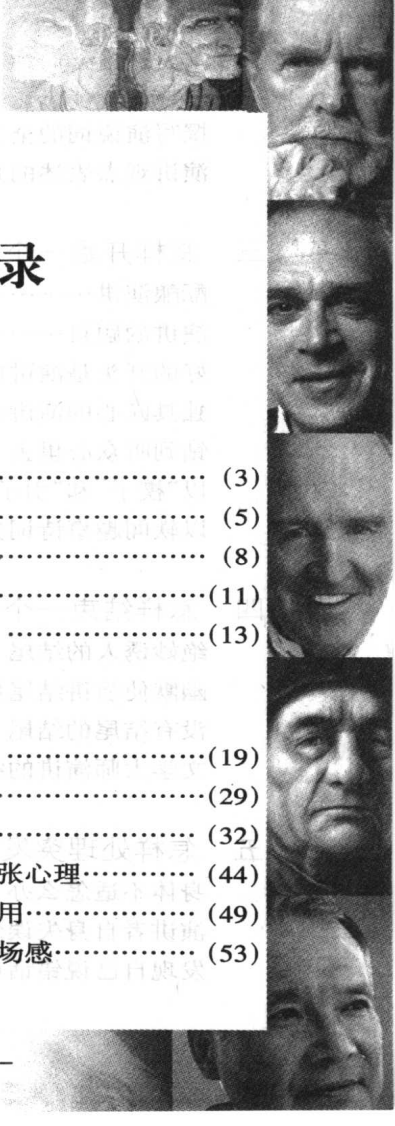
中国有句俗话,叫做“听人劝,吃饱饭。”人生总需要他人的帮助与提醒。《忠告》一书每天给你一个忠告,告诉你如何做人,怎样做事,让你在365个日子里,每天都有一个进步!

禅的学问,在当代越来越受到重视,因为它是人生命中实实在在的学问,与一个人的生活有着紧密的联系。禅是我们自心的本性,有了禅,我们可以对自身有一个重新的体认,可以让我们的的心灵来一次彻底的解缚,禅是治愈现代人浮躁心灵的最好的灵丹妙药。《禅机》一书将通过一个个小故事,以一种轻松的方式阐述出禅高妙的道,告诉你关于禅的秘密。

在这套励志经典丛书的编写过程中,我们参考了有关学者的相关资料,在此一并感谢。另外在这套丛书的编写过程中,尽管我们力求精益求精,但由于水平有限,难免有纰漏,请广大读者朋友不吝指正。愿与你共勉。

编者

2005年5月



目 录

一 演讲的艺术

演讲的本质	(3)
演讲的特征	(5)
演讲的方式	(8)
演讲的构成	(11)
商务即席演讲的礼仪	(13)

二 演讲前的准备

演讲者的仪表和风度	(19)
演讲的姿态	(29)
克服当众怕羞的心理	(32)
如何克服演讲中的紧张心理	(44)
演讲稿在演讲中的作用	(49)
增强演讲稿写作的现场感	(53)

撰写演说词的全文·····	(60)
演讲观点表述的几种新方法·····	(62)

三 怎样开始一个演讲

酝酿演讲·····	(71)
演讲的题目·····	(80)
好的开头是演讲成功的一半·····	(85)
独具匠心的演讲开场白·····	(91)
钻到听众心里去·····	(100)
以“楔子”和“引子”开场·····	(106)
以轶闻趣事诗词典故开场·····	(112)

四 怎样结束一个演讲

绝妙诱人的结尾·····	(119)
幽默使演讲结尾更富情趣·····	(124)
没有结尾的结尾·····	(130)
文学大师演讲的结尾技巧·····	(136)

五 怎样处理突发状况

身体不适怎么办·····	(145)
演讲者自身失误怎么办·····	(149)
发现自己说错话(字)时怎么办·····	(154)

如何面对刁难者 (156)

怎样应对冷场 (164)

六 掌控听众的情绪

巧用提问吸引听众 (173)

听众开小差怎么办 (176)

如何使你的演讲深入人心 (182)

如何设置演讲的“兴奋点” (188)

七 演讲的技巧

口语表达与演讲技巧 (195)

噪音在演讲中的作用 (209)

怎样为你的演讲润色 (215)

引用生动有趣的例子 (217)

撩动人心的演讲 (221)

演讲者的表情至关重要 (228)

精彩演讲的秘诀 (230)

使演讲具体化 (233)

演讲的语调要富于美感 (256)

八 如何应对即兴演讲

即兴讲话要把握“四个效应” (263)

即兴演讲与个人气质	(267)
你能在即兴演讲中巧说“自己”吗 ...	(271)
理查德即兴演讲的“四步曲”	(273)

附录 各类演讲实例

生日贺辞	(279)
开业典礼演讲	(283)
聚会演讲	(288)
欢迎辞	(261)
告别辞	(296)
导游辞	(302)
推销演讲	(307)
竞聘演讲	(311)
竞选演讲	(322)
事迹演讲	(330)
事例演讲	(337)
动员演讲	(345)

一 演讲的艺术



演讲的本质

演讲作为人类的一种社会实践活动，它必须具备以下四个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。离开其中任何一个条件都构成不了演讲。演讲的传达手段包括：有声语言、态势语言和主体形象。

有声语言是演讲活动最主要的表达手段。它由语言和声音两种要素构成，以流动的声音运载思想和情感，直接诉诸听众的听觉器官。它要求吐字清楚、准确，声音清亮、圆润、甜美，语气、语调、声音、节奏富于变化。

态势语言就是演讲者的姿态、动作、手势和表情，是流动着的形体动作辅助有声语言运载着思想和感情，直接诉诸听众的视觉器官。它要求准确、鲜明、自然、协调。

主体形象是指演讲者的体形、容貌、衣冠、发型、举止神态等。主体形象的美丑，好与差，直接影响着演讲者思想感情的表达。它要求演讲





者在符合演讲思想感情的前提下，注重装饰朴素、得体，举止、神态、风度的潇洒、优雅、大方，给听众一个美的外部形象。必须指出，演讲如果只有“讲”没有“演”，只作用于听众的听觉器官而不作用于听众的视觉器官，就会缺少动人的主体形象和表演活动；如果只有“演”而没有“讲”，只作用于听众的器官而不作用于听众的听觉器官。所以，二者缺一不可，相辅相成。但是，“演”与“讲”的和谐必须是以“讲”为主，以“演”为辅，“演”必须建立在“讲”的基础上，否则便失去了演讲的意义。现在，可以给演讲的本质下一个定义了：演讲者在特定的时境中，借助有声语言和态势语言的艺术手段，针对社会的现实和未来，面对广大听众发表意见，抒发情感，从而达到感召听众并促使其行动的一种现实的信息交流活动。



演讲的特征

演讲的特征主要有以下几点：首先是它的现实性。这是因为演讲属于现实活动范畴。不属于艺术活动范畴，它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己的主张和看法的现实活动。

其次是它的艺术性。这里的艺术性是现实活动的艺术。它的艺术性是现实活动的艺术。它的艺术性在于它具有统一的整体感和协调感，即演讲中的各种因素（语言、声音、表演、形象、时间、环境）形成一种相互依存、相互协调的美感。同时，演讲不单纯是现实活动，它还具备着戏剧、曲艺、舞蹈、雕塑等艺术门类的某些特点，并将其与演讲融为一体，形成具有独立特征的演讲活动。

第三是它的鼓动性。没有鼓动性，就不成为演讲，政治演讲也好，学术演讲也好，都必须具备强烈的鼓动性。这是因为：





一、一切正直的人们都有追求真善美的渴望，演讲者传播了真善美，自然会引起共鸣，激励和鼓舞听众。

二、演讲者以自己炽烈的感情去引发听众的感情之火，容易达到影响听众的目的。

三、演讲者的形象、语言、情感、态势以及演讲词的结构、节奏、情节等均能抓住听众。

四、演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。可以说，鼓动性是演讲成功与否的一个标志。

第四是它的工具性，演讲是一门科学，更是一个工具，是人们交流思想的工具。任何思想、任何学识、任何发明和创造，都可以借助演讲这个工具来传播。

可以说，演讲是最经济、最实用、最方便的传播工具，任何人都可以利用它。

以上，我们谈了演讲的本质和特征。在现实演讲活动中，有以下两种倾向很值得注意。

一是有的演讲者只“讲”不“演”，只注重演讲的实用性而忽略了演讲的艺术性，使演讲不伦不类，干巴枯燥，因而削弱了演讲的效果。二是有的演讲者一味过分地“演”，追求相声、评书、朗诵、故事等其他艺术表演技巧，冲淡了演

