名人文化大讲堂
实战 实效 实操

演讲技巧公开揭密
务实内容风趣易懂

9天学会当名人演讲

章春明◎著

中华工商联合出版社

名人文化大讲堂
实战 实效 实操

演讲技巧公开揭密
务实内容风趣易懂

9天学会当众演讲

章春明○著

中华工商联合出版社

图书在版编目(CIP)数据

9天学会当众演讲／章春明著. — 北京：中华工商联合出版社，2012.2

ISBN 978-7-5158-0125-4

Ⅰ.①9… Ⅱ.①章… Ⅲ.①演讲学－通俗读物 Ⅳ.①H019－49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第245238号

9天学会当众演讲

作　　者：章春明
责任编辑：胡小英　郑　婷
装帧设计：周　源
责任审读：李　征
责任印制：迈致红
出版发行：中华工商联合出版社有限责任公司
印　　刷：三河市华丰印刷厂
版　　次：2012年3月第1版
印　　次：2012年3月第1次印刷
开　　本：710mm×1020mm　1/16
字　　数：150千字
印　　张：15
书　　号：ISBN 978-7-5158-0125-4
定　　价：29.90元

服务热线：010-58301130
销售热线：010-58302813
地址邮编：北京市西城区西环广场A座
19-20层，100044
http://www.chgslcbs.cn
E-mail: cicap1202@sina.com(营销中心)
E-mail: gslzbs@sina.com(总编室)

工商联版图书
版权所有　侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题，请与印务部联系。
联系电话：010-58302915

推荐序一

练成国王般的演讲力

2011年，《国王的演讲》荣获了第83届奥斯卡最佳影片等4项大奖。关于演讲，乔治六世的扮演者科林·费斯感叹说："在公众面前发表演讲，即使对于不口吃的人来说也并非易事，对有些人来说更是致命的弱点。人们对发表公众演讲的恐惧仅次于对死亡的恐惧。"

当众讲话就这么难吗？做了10多年的企业管理顾问，我先后对500多名党政领导和企业高管做过这样一个调查：最让你头痛的一件事是什么？65%的人回答是：最怕当众讲话。这个结果不奇怪。甚至连学中文出身，做过《人民日报》、《经济日报》总编辑的范敬宜先生，就很坦率地承认："拙于词语，最怕当众讲话"。

那么多的人害怕在公众面前发表演讲，这是为什么呢？我进一步了解那65%害怕当众讲话的人，发现有两个原因：少数人是"我不想讲"，多数人是"我不敢讲"、"我不会讲"。那么，如何才能像乔治国王那样出色演讲呢？

去听听章春明老师的"沟通与演讲"训练课吧，你会发现，他是一个

非常好的典范。作为中国“前沿金坛奖”十佳培训师，章春明老师致力于“沟通与演讲”训练，受益的管理者就逾万人。如果你再进一步了解，你会发现，章春明老师还是一个不受任何拘谨，学习新理念、尝试新方法的演说家。每一节课都是他的演讲，他从来都是挥洒自如，侃侃而谈，引人入胜。并且于2009年底，章春明老师就提出了演讲训练的口号：“掌握演讲四步法，人人胜过奥巴马”。让我们欣喜的是，章春明老师不止于学习和尝试，他还将所学理念、所创方法融入到实践训练当中去，沉淀出新的经验，并取得创造性的成果，本书就是代表作之一。

在这本《9天学会当众演讲》中，章春明老师将中国的说话智慧和西方的演讲方法进行糅合，从“人为剑之本”、“慧眼识矿巧开采”、“剑胆定成败”、“亮剑天地间”……到“人剑合一，谁与争锋”……娓娓道来，循序渐进，实用的操作指南让你有方可循，练就国王般的演讲力，甚至超越国王出色的演讲水平。对于一个生活在21世纪的职业人来说，表达与沟通是一种核心竞争能力。可惜的是，相当一部分的人在这方面都是弱项。难者不会，会者不难。这本书用最生活化的事例、最浅显易懂的表达方式告诉我们：掌握要领，学会技巧，完美表达有章法，演讲其实并不难！

感谢章春明老师的无私奉献。如果我们的读者能够学以致用，就可以变“不敢讲”为“敢讲”，变“不会讲”为“会讲”，成为赢在职场的演讲国王！乐见其成，是为其序！

北京大学社会责任与可持续发展研究室副主任　杨思卓

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

推荐序二

给你一种力量 ，助你赢在职场！

“给力”是近年来的一个热词，据说高考试卷中也已认可了这个词的合法地位。与此同时，也出现了很多新的“力”，如“微笑力”、“变革力”等。本书的“演讲力”——当众演讲的力量应运而生，“给力”又多了一项实实在在的内容。

其实，中国针对演讲力早就有一句古话：“一言之辩重于九鼎之宝，三寸之舌强于百万之师”，这句话虽然不无夸张，但确实有许多真实的案例可以佐证，如春秋战国时代的晏子使楚、三国时代的诸葛亮舌战群儒以实现联吴抗曹等，这些都是家喻户晓的故事。

美国人早在上个世纪40年代就把“口才、美元、原子弹”看作是在世界上赖以生存和竞争的三大法宝；60年代以后，又把“口才、美元、电脑”看成是影响一个人成功与否的最有力量的三大法宝。世事变迁，而“口才”一直独冠三大法宝之首，足见其作用和价值。而演讲相较于口才，就像是皇冠上的钻石，更为璀璨。

六年前，我曾参加章老师的演讲训练，深为章老师授课时的感染力所

折服。培训开始时章老师引用了英国首相丘吉尔的名言："一个人可以面对多少人，就代表这个人一生的成就有多大！"这句话至今我记忆犹新。仔细一想，的确如此！无论是政界领袖毛泽东、列宁、克林顿、奥巴马，还是商界领袖杰克·韦尔奇、柳传志、张瑞敏、马云、俞敏洪……古今中外有哪一个深具影响力的人物不是善于演讲沟通的大师？

除了政界和商界领袖之外，职场人士在日常工作和生活中用到演讲的场合也是非常多的，如销售提案或销售演讲、信息简报和培训演讲、商业计划的公众演示、技术分析报告与演讲、会议主持与即席发言、节庆场合的公众演讲、酒席宴会的即兴讲话等。本书对相关的技巧和策略也有精彩的介绍。对于白领、骨干、精英而言，出色的演讲力无疑是职场成功的加速器。俗话说"光说不做，假把式；光做不说，傻把式；能说会做，真把式"，这里的"说"当然也包括当众演讲在内。

章老师博学多识，德才兼备。15岁就考上同济大学，19岁获得学士学位，之后又于1989年获得地球物理硕士学位，于2002年获得复旦大学工商管理硕士学位，是培训师中为数不多的双硕士。在企业咨询与高管培训、营销管理领域拥有超过二十年的实战经验，曾经多次应邀参加在香港、新加坡等地举办的培训师培训，曾任国际咨询公司亚洲区的培训顾问，具有丰富的演讲与培训实战经验。章老师在2007-2009期间担任复旦大学管理学院高级管理人员发展中心培训总监，2010年被评为"前沿金坛奖"全国十佳培训师。

近年来，章老师以传道、授业、解惑为己任，潜心研究演讲的学问，

悉心提炼演讲力训练的要诀，总结出“备”、“呈”、“反”、“进”四步法。章老师的笔法深入浅出，实战性强，生动地围绕“人为剑之本”、“铸就内容这把剑”、“剑胆定成败”、“亮剑天地间”等9个方面的内容，著成了这本提高演讲力的秘笈。本书是章老师多年演讲力培训经验的结晶，既可以供职场人士学习，也可以给有志于成为培训师的朋友以启迪。

愿章老师这本“演讲力”的武功秘笈，能“给力”成千上万奋斗在职场的朋友们!

上海银翱管理咨询有限公司总经理　高　钧

序 | *Preface*

你仍在为明天的演讲而坐立不安、彻夜难眠吗？

我演讲的主题明确吗？

我能否在一开场就抓住听众的注意力？

我运用的那些数据、案例，听众能快速理解、及时接受吗？

我是否把一切都准备好了呢？我还有多少做准备的时间？

万一我忘词或者语无伦次，怎么办？

万一听众故意刁难我怎么办？

……

你的确应该为明天的演讲担心，因为它实在是太重要了：

它可能关系着你能否促成客户购买你的产品或服务；

能否拿到丰厚的年终奖金；

能否顺利地说服上级领导给你增加投入以便更好地完成明年的销售任务……

你今后能否得到种种机会，可能就取决于那短短的几分钟或几十分钟。你有足够的信心吗？

苹果公司的乔布斯是最神奇且最令人钦佩的一个人。从iPod、iTunes到

iPhone，每一次新产品的上市都能造成轰动效应，这与乔布斯出众的演讲力有莫大的关系。尽管乔布斯已于2011年10月5日辞世，乔布斯的魔力演讲将依然在全世界被人们广为传颂，他既是一名顶级的推销者又是一位卓越的演讲家。

如果你能够像卓越的演讲家一样向客户介绍你的产品或服务，你就会拥有绝对的优势，成功的演讲比单纯的广告更有威力，既意义深远而又所费不多。如果你有出色的演讲能力，你就够将公司的价值、产品的优势表达得清楚明白，甚至还能吸引不少客户或投资者主动与你合作。

一个人的成功85%以上取决于他的人际关系，如果你精于演讲，你就能够更有效地建立良好的人际关系。因为你一个人可以同时跟多个听众进行思想上、情感上的深层交流，产生心灵的共鸣，进而让听众中认可你演讲的人更快地成为你真正的支持者。

可是，如何才能像乔布斯那样演讲呢？

别担心，演讲力是可以炼成的。西方有句格言：“诗人是先天的，演说家是后天的。”世界上没有天生的演说家，所有人的演讲力都是一步一步炼成的。如果把演说力看成一朵奇葩，那么，我们的态度、知识、技能、方法和毅力，就是让其盛开的沃土。

基于多年的演讲培训实践，本书作者从“人为剑之本”、“慧眼识矿巧开采”、“剑胆定成败”、“亮剑天地间”、“宝剑锋从磨砺出”、“独门剑法，提炼演讲的亮点”到“人剑合一，谁与争锋”，以及“不同场合的讲话技巧和策略”，娓娓道来、循序渐进而又前后关联，力争将演

讲力训练与养成的每一个方面都讲解得清楚易懂，并举出具体例子说明它们是如何发挥作用的。

本书的阅读与实践，将不断给你以信心，助你一步步成就出色的演讲。我们的目标，就是要让你从演讲的恐惧中解脱出来，不但不排斥演讲，反而对下一次的演讲充满热切的期盼。

在本书中，作者尝试用最生活化、最浅显易懂的表达方式帮助读者领会到优秀的演讲技巧，为读者树立演讲的信心，可以满足从高级商务人士到普通演讲者提升自身演讲力的各种需要。

演讲在当今社会必不可少，因为演讲几乎是最广泛和最有影响力的自我推销的手段。这也是全中国乃至全世界最具影响力的人几乎都擅长演讲的原因，如马云、奥巴马、俞敏洪、柳传志、乔布斯等人，个个都是演讲高手。演讲不仅仅是自我推销，通过一次又一次成功的演讲，你实际上是在打造个人品牌，其意义重大，影响深远。出色的演讲不仅能够为你在短期内带来大把的现金，能让更多人更快以更好的价格向你购买产品或服务，而且他们还会更加喜欢你，愿意和你做朋友。

本着以实用为主的方针，本书分9章从9个方面系统地讲述了演讲力是怎样炼成的。假如你每天用心阅读其中一章，并且细细体会，对照自己的实际认真练习和实践，那么只要花9天时间，你当众演讲的能力一定会有可喜的变化。

书中可能仍有某些不足之处，敬请读者批评指正。谢谢！

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

目录 | Contents

第一章 人为剑之本
——演讲者的自我修炼

世界上没有天生的演讲家 / 004
演讲者必备的基本能力 / 006
为何“演”在前，“讲”在后 / 010
给你的演讲打上专属的烙印/ 012
当众讲话的基本法则和常见错误 / 015
以最佳形象示人 / 016

第二章 慧眼识矿巧开采
——演讲前做好足量的准备工作

准备！准备！超量准备 / 022
以听众为导向，你就错不了 / 024
分析听众需求才能征服听众 / 026

题目很重要，须精心筛选词句 / 029
用心做好演讲稿的取材与加工 / 033
合理饮食、作息是成功的保证 / 040
演讲前要核实十件事 / 042

第三章 铸就内容这把剑
——演讲内容的选择与策划

编写内容提纲的三大原则 / 050
结构设计需要巧妙构思 / 052
开场就要牵住听众的耳朵 / 055
与众不同的自我介绍 / 059
内容要短、实、新 / 064
内文的衔接要自然流畅 / 067
结尾部分同样要给力 / 069

第四章 剑胆定成败
——克服恐惧和怯场情绪

熟记演讲内容，让其烂熟于胸 / 078
提前试讲，克服紧张，战胜自己 / 081
培养自信，克服焦虑不怯场 / 083
胸有成竹，保持镇定是关键 / 086
多用积极心理暗示消除恐惧 / 089

突然忘词，无须惊慌失措 / 092
“故意挑衅”巧应对 / 095
修炼强大的心理素质 / 098

第五章 亮剑天地间
——感染听众的发声方式

富有生命力的声音才能感染听众 / 104
有效把握节奏，做到抑扬顿挫 / 106
声音务必清晰有力、和谐动听 / 108
音量的掌控不可小视 / 111
语气不同，意义大不同 / 113

第六章 宝剑锋从磨砺出
——让你的语言充满魅惑力

口语化的风格更平易近人 / 120
巧用故事，制造悬念 / 122
让语言动起来 / 125
言之有物以情动人 / 129
和常见语病说拜拜 / 132
修辞手法的妙用 / 134

第七章 独门剑法，提炼演讲的亮点
——让你的讲话精彩纷呈

讲话要有自己专属的风格 / 144
讲话必须主题鲜明有所指 / 149
适度幽默，事半功倍 / 153
这样穿插“妙句”最给力 / 156
做到“演”与“讲”和谐统一 / 160
在激情演讲中燃烧并释放自己 / 163

第八章 人剑合一，谁与争锋
——目光、表情与视觉，一个都不能少

集中注意力，酝酿情绪是关键 / 170
学会目光接触：用眼神与人交流 / 173
巧用微笑的力量：此时无声胜有声 / 176
表情会说话：用身体语言跟听众互动 / 178
妙用道具，增强演讲说服力 / 181
忌视觉辅助喧宾夺主 / 184
视觉辅助的类型和其他感官资源 / 185

第九章 | 不同场合的讲话技巧和策略

销售提案或销售演讲 / 192
信息简报和培训演讲 / 194
商业计划的公众演示 / 199
技术分析报告与演讲 / 202
会议主持与即席发言 / 205
节庆场合的公众演讲 / 207
酒席宴会的即兴讲话 / 210
国际场合的正式演讲 / 213

跋 掌握“演讲四步法” 人人胜过奥巴马 / 221

第一章

人为剑之本

——演讲者的自我修炼

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com