



华夏智库·企业培训丛书

YANJIANG
YISHUYUJIQIAO

演讲



艺术与技巧

孙 启 石 开◎著



美国人把“口才”、“金钱”和“原子弹”
并称为生存和发展的“三大法宝”。



如果你善于演讲，小则可以讨得他人的欢心，大则可以保护自身的利益；
如果你口才拙劣，小则会让自己四面树敌，大则会让事业走向衰败！



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE



华夏智库·企业培训丛书

YANJIANG
YISHUYUJIQIAO

演讲



艺术与技巧

孙 启 石 开◎著



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

演讲艺术与技巧/孙启, 石开著. —北京: 经济管理出版社, 2014. 10
ISBN 978 - 7 - 5096 - 3350 - 2

I. ①演… II. ①孙…②石… III. ①演讲—语言艺术 IV. ①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 242909 号

组稿编辑: 张 艳
责任编辑: 张 艳 田乃馨
责任印制: 黄章平
责任校对: 张 青

出版发行: 经济管理出版社
(北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 A 座 11 层 100038)

网 址: www.E-mp.com.cn

电 话: (010) 51915602

印 刷: 北京银祥印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 720mm × 1000mm/16

印 张: 14.25

字 数: 226 千字

版 次: 2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5096 - 3350 - 2

定 价: 39.00 元



· 版权所有 翻印必究 ·

凡购本社图书, 如有印装错误, 由本社读者服务部负责调换。

联系地址: 北京阜外月坛北小街 2 号

电话: (010) 68022974 邮编: 100836

序 言

口能言之，身能行之，国宝也。

20 世纪，美国人把“口才”、“金钱”和“原子弹”并称为世界上生存和发展的“三大法宝”。今天，社会已经步入了信息时代，人与人之间的沟通与合作变得越来越重要，演讲和口才在其中发挥的作用也越来越大。正如西方一位哲学家所说：“世间有一种技巧可以使人很快成功，并获得世人的认同，那就是通过说话使人愉悦的能力。”是否懂得演讲，是否具有好的口才，不仅决定了人们的沟通是否顺畅，也决定了你是否能够成功。

由此可见，“会演讲”、“懂说话”，不管是对于古人，还是对于世人，不管是对于西方国家，还是对于我国，都是优秀人才必备的一种重要素质。如果你的口头表达能力不行，不会演讲，自然就不能吸引他人的注意，自然就不会让自己处于有利地位。

不管是在求职路上，还是在升迁路上；不管是推销，还是谈判……无不掌握一定的演讲技巧，无不提高口头表达力。如果你善于演讲，小则可以讨得他人的欢心，大则可以保护自身的利益；如果你口才拙笨，小则会让自己四面树敌，大则会让事业走向衰败！

《荀子》中这样写道：“口能言之，身能行之，国宝也。”意思是说，既善于表达，又能身体力行的，是国家的珍宝，这是古人对能言善辩的人给予

的最高赞誉。演讲既是一种技巧，更是一门艺术。在为人处世中，无论是和颜悦色、言简意赅，还是机智灵活、简明扼要，只要能够将演讲技能合理运用，就可以让你轻松得到他人的信任与帮助。

可是，在生活和工作中，很多人却不懂演讲，不善于表达，即使在亲人、朋友或者熟悉的人面前有说不完的话，一旦到了陌生人面前就会结结巴巴的。那么，如何才能摆脱这种窘迫呢？掌握演讲的技巧！了解表达的方式方法！

口头表达能力是一个人能力素质的综合体现，更是帮助他人的一把利器，如何才能运用好这种优质工具呢？要让自己保持充足的体能，要拥有优良的心态？不仅要学会自我介绍，还要学会使用一定的开场白，更要学会讲故事……对于这些实用性技巧，我们在这本书中，都做了详细的描述和介绍。

这本书案例典型，语言平实，方法独到，不仅适合于锻炼口才的人学习，也适合培养演讲能力的人来学；不仅适合普通的员工，也适合企业的管理者……只要您能用心读，用心学，积极实践，您的口才定然能够得到突飞猛进的发展，您的演讲水平也能够得到巨大的提高！

目 录

第一部分 演讲改变命运，口才助你成功

第1章 演讲口才是天下第一才	3
一、几乎所有的成功人士都是演讲家	3
二、时代需要人才，人才需要口才	6
三、演讲与口才就是生产力	9
第2章 演讲——最高级、最完善、最典雅的说话	13
一、什么是演讲	13
二、演讲是历史的宠儿	18
三、演讲是成功人士制胜的法宝	21
第3章 演讲——综合素质和能力的体现	27
一、演讲是人的整体素质的外化	27
二、演讲者是自身的“实证力量”	30

三、人的才华需要演讲口才来彰显	32
第4章 演讲——帮助他人的利器	35
一、听众只关注“对我有没有帮助”	35
二、不要讲自己“想讲的”，要讲别人“想听的”	37
三、有关注才会有听众	40
第5章 激情，成就卓越演讲家的核能量	43
一、激情是一个人演讲成功的标志	43
二、激情是能量的流露和展示	44
三、点燃听众的情绪才能获得听众的支持	47
第6章 成为演讲家必须注重的3个关键要求	50
一、内容为王，意美决定效果	50
二、演讲技巧是“载体”：技巧影响演讲效果	53
三、读懂听众的心：了解听众才能打动听众	55

第二部分 好的演讲是精心准备出来的

第7章 演讲前先问问自己几个问题	61
一、我要得到什么结果？	61
二、我要给听众留下什么样的感觉？	65
三、我要给听众什么样的形象？	68

四、我会遇到听众的哪些反对意见？	70
五、我能给听众多少精彩的故事？	72
第8章 整理的不仅仅是思路，还有体能	76
一、演讲前要做暖身运动	76
二、平静心情；调整磁场	78
三、酝酿感情，复习讲稿	80
第9章 好心态是演讲魅力四射的根本	82
一、让演讲的内容在脑海中先排练几次	82
二、平静 15 分钟，消除“负面情绪”	84
三、听喜欢的音乐，激活自我的情绪	87
四、保持轻松愉悦的情绪状态	88
五、收集与演讲有关的各种资讯	89
六、激励自我，充满自信	91
 第三部分 说话有套路，演讲有技巧	
第10章 自我介绍就是“资格证明”	95
一、要不要进行自我介绍	95
二、在介绍的方式上下点功夫	96
三、把握好自我介绍的各种“度”	98
四、自我介绍的黄金结构	100

第 11 章 好的开场白是演讲成功的一半	104
一、拉近距离，切忌严肃有余、活泼不足	104
二、建立信赖，以结果为导向，作为开场白	107
三、引起兴趣，激发听众的欲望和热情	108
四、演讲开场白的常用技巧	110
第 12 章 演讲过程中“制造梦想”的模式	114
一、听你讲完，让他觉得“他可能”	114
二、听你讲完，让他觉得“想做什么样的人”	116
三、听你讲完，他想“跟你的思维走”	117
第 13 章 故事比什么都有说服力	119
一、一个好的故事成就一次好的演讲	119
二、三类故事的魔力	121
三、精心挑选所要讲的故事	124
第 14 章 用互动技巧，让演讲气氛活起来	128
一、用互动换心动	128
二、互动提问的方法	129
三、把微笑和赞美送给听众	131
四、让观众鼓掌技巧	132
五、小道具大作用	133

第 15 章 维护好“磁场”，放大吸引力	137
一、吸引力法则的应用	137
二、吸引别人最重要的关键是“一致性”	139
三、演讲的秘诀：运用想象力控制会场的磁场	140
第 16 章 巧妙解决一些必须需要解决的问题	142
一、你是谁？你主要讲什么？	142
二、别人为什么要听你讲？	143
三、你讲的对听众有什么好处？	144
四、你讲的内容可信度高吗？	146
第 17 章 演讲内容的设计	149
一、身体力行，讲“三自”原则	149
二、深受其益，塑造演讲观念的价值	150
三、深信不疑，增加听众的渴望度	152
四、深情并茂，感人心者，动人情也	153

第四部分 台上三分钟，台下十年功

第 18 章 爱上演讲，才能用心演讲	159
一、热爱是最好的老师	159
二、热爱演讲，就会主动钻研	160

三、兴趣是演讲出彩的动力	161
四、知道，做到，养成演讲的习惯	163
第 19 章 会说话的不仅仅是嘴	165
一、态势语言的 7、38、55 定律	165
二、肢体语言的优势	167
三、演讲中的一招一式都要进行精心设计	168
四、姿势正确，演讲就富有活力	172
第 20 章 丰富的面部表情最能打动听众的心	174
一、面部表情是内心世界的“第一窗口”	174
二、眼睛是心灵的窗口	177
三、没有笑颜不开口	178
四、表情需要专项训练	179
第 21 章 演讲者必须拥有一颗感恩的心	184
一、感恩谁？为什么要感恩？	184
二、把握表达感恩的时间和机会	185
三、表达感恩之心的常用方法	186
第 22 章 用演讲唤醒听众心中的欲望	188
一、通过语言进行心理刺激	188
二、利用可见的一切元素进行视觉激发	190

第 23 章 让“爱”在演讲中升华	193
一、“爱”是不分地域的“世界语言”	193
二、展露“爱”的语言技巧	194
三、显示“爱”的随机性“情景制造”	196
第 24 章 情景交融，提升演讲的魅力	199
一、演讲的情景是由哪些因素决定的	199
二、一定要设计和确定好情景	200
三、打造演讲的适合情景的方法与策略	201
第 25 章 生命不息，演讲不止，用演讲感动每一个生命	204
一、只有用心才能感动听众	204
二、用演讲谱写人生佳话	206
三、把演讲视为人生的重要使命	207
参考文献	211
后 记	213

第一部分

演讲改变命运，口才助你成功

第1章 演讲口才才是天下第一才

一、几乎所有的成功人士都是演讲家

法国大文豪雨果曾经说过：“语言就是力量！”演讲是一种最好的语言，可以产生一种翻天覆地、攻无不克战无不胜的力量。古今中外，很多仁人志士和热血青年，都是用演讲来进行战斗、呐喊的，几乎所有的成功人士都是演讲家。

今天，人们都在追求成功，可是如果想在最短的时间里实现自己的梦想，让自己有所作为，就离不开演讲和口才。如果不具备良好的演讲能力，如果不具备优秀的口头表达能力，是很难实现自己的理想的。虽然具有演讲能力的人不一定成功，但是如果不具备良好的口头表达能力，不具备良好的演讲能力，也就等于缺少了左膀右臂。

事实证明，很多令人佩服的成功者其实都是一位优秀的演讲家，他们中的绝大多数都是凭借自己的三寸不烂之舌红遍大江南北的。在这里，我们举几个例子。

马云

马云，是我国著名的企业家，是阿里巴巴集团、淘宝网、支付宝的创始人。马云之所以能够在如此短的时间里取得如此大的成绩，除了具备足够的睿智和眼光之外，其实还有一个重要的方面——马云善于演讲。马云是一个十足的演讲大师，他凭借自己的三寸不烂之舌让追随者紧跟在自己身边，不离不弃。

2008年春节长假过后，在黄龙体育中心马云装扮成了可爱的白雪公主，意气风发地在阿里巴巴8900名员工面前发表了讲话，确定了未来三年中国电子商务生态系统的构建。这里我们节选演讲的一部分，由此展现马云非同一般的演讲能力：

经常有人问我，马云你怎么预测三年以后、怎么预测未来、怎么看待未来电子商务、未来的形势？我觉得，预测未来最好的办法就是创造它，说到做到、坚守承诺！我相信，从2008年下半年开始到2010年，互联网在中国的并购会掀起一股热潮，可是在今天我们依然要将自己定位为一家高速发展的小公司。

一个B2B的市值居然超过了100亿美元，很多外人觉得我们是一家大公司。可是我认为，我们离大公司还是有一定的差距的。互联网领域高速发展、危险重重，两年以前美国雅虎是非常厉害的，但是今天微软却要并购它。三年以前，谁可以想象出my space、face book、youTueb；五年以前，谁能够想到Google有那么厉害！互联网领域的变化速度非常快，只有看清自己、面对自己，才有可能生存、成长和发展。

2008年，对于阿里巴巴来说是一个比较艰难的年份……2008年要准备好过冬！随着美国次贷危机的发生，以及整个世界、中国问题的出现，互联网可能要面临另外一个冬天的到来。2007年年初，B2B原本不准备上市，但是年中却加速上市了，为什么？因为我们预感到冬天就要到来。

从战略储备上来讲，我们已经准备好了过冬的物资，但是我希望所有的员工都要拥有过冬的心态、毅力和能力。我不是危言耸听，这次冬天持续的时间会很长久。但是冬天过后，能够活下来的人就会获得机会，得到成功。要让阿里巴巴变成last man standing（最后的男人），这是我们的意志和毅力！

.....

面对8900人演讲，需要何等的气魄？想让所有的人都接受自己的观点，需要多么的智慧？可是，马云却做到了！如果想练就自己的口才，可以找些马云的演讲实录或者视频来看看，一定会让你受益匪浅！

俞敏洪

俞敏洪，新东方的创始人，著名的英语教学与管理专家，被媒体评为

“最具升值潜力的十大企业新星”之一、20世纪影响中国的25位企业家之一。其实，俞敏洪也是一个善于演讲的人！这里我们节选一段俞敏洪的北大演讲稿。

各位同学、各位领导：

大家上午好！非常高兴许校长给我这么崇高的荣誉，让我谈一谈我在北大的体会……

北大是我们生活的开始，而不是结束。在北大的日子里，有很多事情特别让人感动。比如，我有幸见过朱光潜教授。在最后的日子里，我们班的同学每天都会轮流推着轮椅在北大校园里陪他一起散步。每当我推着轮椅的时候，心中就会升起一种对朱光潜教授的无限崇拜，就会升起一种神圣感。

来北大报到的时候，我走进宿舍，有个同学已经在宿舍了。当时，那个同学正躺在床上看一本书——《第三帝国的兴亡》。我问他：“在北大还要读这种书吗？”他把目光从书上挪开，看了我一眼，没理我，继续读他的书。这时候我才知道，进了北大之后，不仅要学专业，还要读大量的书，这样你才有资格把自己叫作北大的学生。

……

在北大的最后一年，我心情非常不好，结果考试不及格。我找到英国文学史的老师罗经国教授，说：“如果这门课我不及格就毕不了业。”罗教授说：“我可以给你一个及格的分数，但是请你记住了，未来你一定要做出值得我给你分数的事业。”北大老师的宽容、学识、奔放、自由，让我们能够真正成为北大的学生，真正能够得到北大的精神。

当我听说许智宏校长对学生唱《隐形的翅膀》的时候，我特意观看了视频，感动得热泪盈眶。因为我觉得，北大的校长就应该这样的！

俞敏洪通过自己的演讲，将自己对北大精神的理解告诉了北大的在读学生。如果他不善于表达，怎么能够将自己对北大的热爱充分表达出来；如果他怯于当众演讲，怎么会让如此多的北大学生受到鼓舞……

由此可见，演讲能力对于一个人的成功是非常重要的，也是必要的！其实，不管是在我国，还是在发达的资本主义国家；无论是商界，还是宗教界，尤其是政界，一个人想要出人头地、有所作为，就必须学习和掌握一定的演讲技巧。