

袁智 主编

公众演说 实战攻略

口才无止境、学习有技巧！

一本汇聚了演说实战技巧的书籍，让你轻松成为一名公众演说高手！

一生必看的一本书籍，学无止境，让优秀的你从此爱上公众演说的舞台！

公众演说实战攻略

主 编 袁 智

副主编 邓 媛 陈 飞 黄 成 吴 刚

王礼刚 关 莉 袁发强 冉富匀

一生必看的一本书籍！

学无止境，让优秀的你从此登上公众演说的舞台！

图书在版编目(CIP)数据

公众演说实战攻略/袁智主编. —哈尔滨: 哈尔滨
工程大学出版社, 2017. 4

ISBN 978-7-5661-1490-7

I. 公… II. 袁… III. 演讲—语言艺术 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 081650 号

出版发行 哈尔滨工程大学出版社

地 址 哈尔滨市南岗区东大直街 124 号

邮政编码 150001

发行电话 0451-82519328

传 真 0451-82519699

经 销 新华书店

印 刷 北京市彩虹印刷有限责任公司

开 本 880mm × 1 230mm 1/32

印 张 7.5

字 数 173 千字

版 次 2017 年 4 月第 1 版

印 次 2017 年 4 月第 1 次印刷

定 价 58.00 元

<http://www.hrbeupress.com>

E-mail: heupress@hrbeu.edu.cn

内 容 简 介

《公众演说实战攻略》是一本专为优秀人士及想快速提升口才的人士量身定制的一本实用型口才书籍。此书籍由众多实战演说技巧与实际演说案例相结合而成,可以帮助任何一个人快速、轻松地学会语言的表达、公众讲话、公众演说;可以帮助任何一个不太擅长公众讲话的人从此不再害怕当众讲话,并能轻松地应对每场公众发言,而且还能够帮助演说者的表达做到“言之有序,言之有据,言之有理,言之有情,言之有物”;更重要的是可以帮助任何一个想提升口才的人从此爱上公众发言的舞台,爱上公众演说,进而变成一个既能“口吐莲花,余音绕梁……”并且由此成为“翩翩风度、魅力无限……”的优秀人才。

本书分为演说心法、演说龙骨、魅力舞台、先声夺人、超凡氛围、语言魅力、妙手化招、妙手化招等八章,各章环环相扣、由浅入深地讲解;通过对每章的学习和练习,可以让您在 30 天内轻松地学会语言的表达,掌握公众演说。

我坚信,无论您从事哪个领域的工作;无论您是领导还是员工;无论您是经理还是职员;无论您是老师还是学员……当众表达和公众演说一定是属于生活中必要的技能。如果您希望快速的提升自己的口才,学会公众表达,拥有魅力口才,这本书一定会助您一臂之力!

目 录

第一章 演说就是一把金钥匙

第一节 演说在人生中到底能有多重要	9
第二节 演说前应该做好哪些准备	16
第三节 演说者的紧张情绪如何克服	20
第四节 演说者的自信心如何修炼	25
第五节 演说者自我介绍如何做到震撼视听	31

第二章 演说稿的布局设计技巧

第一节 如何设立演说的主题	39
第二节 如何设立语惊四座的开场(一)	43
第三节 如何设立语惊四座的开场(二)	50
第四节 如何设立余音绕梁的内容	57
第五节 如何设立铿锵有力的结尾	63

第三章 演说魅力之舞台展示技巧

第一节 演说魅力之肢体语言的重要性	75
第二节 演说魅力之眼神运用技巧	79
第三节 演说魅力之手势运用技巧	83
第四节 演说魅力之微笑运用技巧	88
第五节 演说魅力之站姿运用技巧	91
第六节 演说魅力之服饰运用技巧与舞台注意事项	94

第四章 演说魅力之声音表达技巧

第一节	魅力发声之共鸣腔训练	101
第二节	魅力发声之“字正腔圆”声母正音练习(一)	110
第三节	魅力发声之“字正腔圆”声母正音练习(二)	119
第四节	魅力发声之“字正腔圆”韵母正音练习	127
第五节	魅力发声之发声表达技巧	132
第六节	魅力发声之声音表达综合练习	143

第五章 演说控场与互动技巧

第一节	演说现场之控场技巧	153
第二节	演说现场之动作式互动技巧	157
第三节	演说现场之提问式互动技巧	162
第四节	演说现场之共鸣式互动技巧	166
第五节	演说控场与互动技巧练习	171

第六章 演说内容之表达技巧

第一节	演说内容之故事讲述技巧	179
第二节	演说内容之幽默表达技巧(一)	183
第三节	演说内容之幽默表达技巧(二)	188
第四节	演说内容之语言表达技巧(一)	192
第五节	演说内容之语言表达技巧(二)	198

第七章 演说危机处理技巧

第一节	演说问答中遇刁难问题的处理技巧	207
第二节	演说内容大于演说时间的处理技巧	210
第三节	演说会场出现秩序混乱的处理技巧	212
第四节	演说内容出现错误的处理技巧	214

第五节 演说时突然忘词的处理技巧	215
------------------------	-----

第八章 演说实战练习

第一节 公众即兴演说技巧	219
第二节 公众求职与竞选演说技巧	223
第三节 公众招贤纳士演说技巧	227
第四节 公众获奖发言技巧	230

自序

如果你渴望快速成功!

如果你渴望聚集财富!

如果你渴望优质人脉!

如果你渴望出人头地!

如果你渴望众人尊重!

如果你渴望万众瞩目!

如果你渴望变得优秀!

我相信这一本《公众演说实战攻略》你值得拥有!

我一直坚信,如果想要改变,一定得让自己先开始改变!

我一直坚信,如果想赚到钱,一定得让自己先变得值钱!

我一直坚信,如果想要获得成功,一定得让自己先做好成功的准备!

我一直坚信,如果想要成为人才,一定得先让自己拥有优质的口才!

我一直坚信,如果想获伯乐赏识,一定得让自己先变成一匹千里良驹!

我相信这一本《公众演说实战攻略》一定能让你快速开始改变、快速变得更加值钱、快速变得更加优秀、快速变得更加成功、快速变得更受伯乐的赏识、快速成为优秀的人才。

21 世纪,企业之间的竞争,归根结底都是人才与人才之间的竞争;人才与人才之间的竞争,其实就是人与人之间所拥有的能力

竞争!

生活中,我们不断地学习、不断地进步、不断的深造、不断地充实自己;不仅仅只是为了开阔自己的见识和打开自己思维;更多的是希望通过学习、进步、深造、尽可能让自己变成一匹千里名驹、成为一名优秀的人才,同时让自己变得更加的值钱、让自己拥有更多立足于社会的砝码、让自己拥有更多适应社会发展的能力;即使有那么一天,瞬间变成了一个身无分文的穷光蛋,但是就凭借自身拥有的值钱才干,依旧可以再东山再起。所以我一直认同这样一种观念:“在竞争激烈的 21 世纪里,与其想让自己变得有钱,不如先让自己变得值钱!”

台湾名师林伟贤先生曾说过这样一段话“你可以打劫我此生所有的财富,但你永远无法打劫我身上拥有的演说能力,即使我身无分文,我依旧可以东山再起,就凭借我自身的演说能力,我依旧可以快速挣回我曾经拥有的一切。”这样的一段话足以看出,林伟贤老师拥有多么厚重的底气、拥有多么深厚的功力、拥有多么强大的自信;他是如此的坚信自身的值钱比自身的有钱更加的重要。

台湾作家龙应台在她的小说《亲爱的安德烈》中提到了:“孩子,我要求你用功读书,不是因为我要你跟别人比成绩;而是因为,我希望你将来会拥有选择的权利,选择有意义、有时间的工作,而不是被迫谋生……”龙应台的一席话不外乎也告诉了我们所有人,读书、学习不仅仅是为了能找一份工作,而是为了能让自己变得强大、变得优秀、变得值钱、变得有价值之后便可拥有自主选择的主动权。

在如今现实的生活中,我们有多少人都做着自己不喜欢的工作、做着不是自己本专业的工作、做着自己并不开心的工作、做着自己并不满意的工作、做着看不到希望的工作……而且很多人都

还在一直抱怨“我为什么没有选择工作的主动权”、“我为什么不能像那些富人一样可以实现金钱自由”、“我为什么不能从事自己喜欢的工作”、“我为什么不能选择自由的上下班时间”……很多人在抱怨的时候,其实已经暴露出自己的一种无奈、暴露出自己对生活与工作主动选择权的丧失、暴露出自己在现实面前不得不“委曲求全”的实事……

我一直认为现实工作中所呈现的无奈、主动选择权的丧失,这些其实都是可以逆转的。“每个人都可以拥有掌握自己命运和拥有选择自己命运的权利,自己可以选择自己喜欢的工作、选择自己向往的生活,这一切其实都是可以改变的;但改变的前提是,自己应该拥有改变的资本和选择的砝码。”在如今这样竞争激烈、人才济济、供大于求的时代里,如若想获得从量变到质变,想获得选择的主动权、想获得成功……那么是否应该先将自己打造成为一匹千里良驹、成为一个优秀的人才、成为一个值钱的人?如果能让自己成为一匹千里良驹、成为优秀的人才、成为一个值钱的人之后,我相信主动选择权的获得、成功的获得、机会的获得、命运的改变相对就容易多了。

生活中我们如何才能让自己变成千里良驹、变成优秀的人才、变得更加的具有价值,让自己快速的发光发亮,让自己快速的获得青睐和成功呢?方法其实很简单:

第一,研究优秀人士成功的方法和经验并效仿学习或借鉴;

第二,顺应时代发展的需求步伐不断学习进步。

通过我在社会中十几年的历练、打拼和接触各行各业优秀人士之后发现,现实社会中但凡有所成就、有所建树,拥有主动选择权、能够实现时间自由、金钱自由的优秀成功人士,他们身上都拥有一个共同的特质,拥有一种特殊的能力——“演说能力”。他

们正是因为拥有了这样一项特殊的能力,便可以随意走上厅堂面对万千听众侃侃而谈、口若悬河、娓娓道来,进而加速赢得了领导、同事、客户的认可和赞赏,这也正好加速了他们成功的速度;他们身上的这种特质和能力正好印证了中国的一句古话:“**人才不一定拥有演说口才,但拥有演说口才一定属于人才。**”

2006年,我毕业于西南大学文学院汉语言文学专业,毕业之后曾留于西南大学内任职做高校辅导员、团委书记、办公室主任等职务;于2009年毅然辞掉高校工作南下广东,开始在广东凤铝铝业有限公司从事铝合金销售的工作;2010年回到重庆继续从事铝合金销售,同时也开始从事塑钢门窗的CAD设计及一线工人工作;而后北上北京参加电影《大闹天宫》的拍摄;而后做过《蓝色宫殿》西餐厅的服务员、领班、大堂经理;再然后回到重庆干起模特、婚庆主持人;相继从事了文化传播公司的策划;明星演艺保镖;柬埔寨与中国的国际贸易;企业培训;出国游学项目咨询师;素质户外拓展训练的教练;而后又进入柬埔寨驻重庆总领事馆任职秘书;至今开设了属于自己的文化传播公司。

从学校刚毕业的时候我曾认为自己是块黄金,所以总想四处试试运气、天南海北的闯闯,原本以为会顺风顺水、飞黄腾达,结果一路走来跌跌撞撞、道路崎岖不平、撞得遍体鳞伤;如今回首过去,虽然自己曾经从事的工作和涉及的行业都比较杂乱、广泛,也经历了很多、见到了很多,但最终结果并没有按照自己预期如愿,归结原因才发现“社会的分工其实非常细致,需要的都是专业人才和业内人士”;对于外行而言,那只能是“外行看热闹,内行看门道;成功一定属于专业,钱一定是属于内行”。所以从2011年开始,我便开始关注社会中的各个行业,研究什么行业最热门;什么行业最赚钱;研究行业与行业之间是否有什么共通点。最终我发现社会中

其实各行各业都属于比较热门的行业,而且都是可以赚到钱的行业。在这些热门和可以赚到钱的行业中,我还发现了一个铁的规律,那就是“七十二行、行行需要公众演说”,无论是教育行业、医疗行业、建筑行业、贸易行业、服务行业、加工行业……所有的行业都需要进行“企业产品发布、企业产品销售、企业客户谈判、企业资金融资、企业信息有效传递、企业团队士气的打造……”这一系列都离不开公众演说,而且企业一切任务的安排、执行、完成、产品的销售、客户的成交、客户的维护等等都是和公众演说密切相关的。于是乎,我从2012年开始重新规划职业方向和开始重新定位、开始不断地向成功的人学习、不断地研究行业的发展,最终认定了从事“公众演说及口才训练”的发展方向,因为各行各业的成功人士都拥有超凡的公众演说口才、也需要卓越的演说口才,同时这也是能让自身变得更加优秀、变得更加卓越、变得更受领导、客户、同事认可的一条快速途径;另外如今各行各业的企业都需要拥有公众演说口才的人才;演说口才将会适用于社会发展中的任何一个行业,只要有企业的存在就离不开公众演说。于是从那一刻开始,我开始陆续考取了国家人力资源和社会保障部颁发的SYB创业培训师证书和很多相应的培训师证书,正式开始登上培训的舞台,专业从事培训与公众演说口才培训方面的工作。随着时间推移,逐渐地开始在川渝两地不同的地方给众多的企业家做培训和给企业的员工做培训,而后于2013年年底正式成立了属于自己的文化传播培训公司,专业从事公众演说口才的培训。公司成立至今已经培训和接触过很多的优秀企业家,他们也都非常认同和肯定我的培训内容和培训方式;同时也一直认同**“企业需要人才,更需要有具备公众演说口才的人才”**的这一说法。

现如今社会,很多人因缺乏当众演说的能力而丧失了很多的

机会;同时企业因欠缺拥有公众演说能力的人才而四处求才若渴。鉴于对优秀人才的打造和企业求才若渴的需求不断增加,所以我也更加的坚定要编著出这样的一本书籍,把这些年做培训的感悟和演说技巧进行整理出版,希望能够让更多的人能够拥有卓越的公众演说能力、能让更多的人能变得更加的优秀、从而能帮助更多人能更好融入社会、融入各个行业。

本书的编写主要分为八章,都是实战和理论相结合,融入了众多的实战公众演说技巧于书中,我相信这本《公众演说实战攻略》可以让你轻松变得更加的优秀、变得更加值钱、成为一匹千里良驹、成为企业需要的人才、成为社会发展的栋梁……我也相信,此本《公众演说实战攻略》一定可以让你拥有卓越的公众演说口才、能帮你早日获得成功。

第一章 演说就是一把金钥匙



第一节 演说在人生中到底能有多重要

公众演说亦称公众讲演或公众演讲,是指演说者面对三个或三个以上的人群在私密或公众场所以有声语言为主要表达方式,以无声肢体动作为辅助表达方式,针对某一具体问题、事项发表独立的见解、主张、阐明事理或抒发情感的一项语言交际活动。此项语言交际活动涉及至生活与工作中非常广泛的领域;比如求职面试需要演说、竞聘岗位需要演说、推销产品需要演说、产品发布需要演说、获奖发言需要演说、人际沟通需要演说等等。

21 世纪是一个竞争激烈的时代,是一个人才与人才竞争的时代,在这样一个竞争炽热化的时代下,市场早已抛出了“优胜劣汰、适者生存”的竞争法则。如何才能让自己在众多竞争对手中脱颖而出、让自己才华得以展现、成为单位领导、同事、众人眼中闪亮的佼佼者、精干者……这不仅需要修炼自身过硬的专业技术、技能,还需要掌握 21 世纪所应具备的一项特殊技能——公众演说。

俗话说“辛辛苦苦干三年、不如上台发阵言”,在生活与工作中,众多拥有专业知识、技能的优秀人才,就因缺失公众演说的表达能力,而迟迟不能被领导和同事所发现与认可,更不能被及时提拔、最终导致与机会擦肩而过;众多求职面试的优秀人才,就因面试时公众演说的表达不尽人意,直接导致被面试官所淘汰……假设满腹经纶的优秀人才就因“茶壶里下饺子,有口倒不出”而错失大好机遇,那将是多么的悲哀。

实践证明,人才不一定会拥有演说口才,但拥有演说口才那一定是个人才。

在历史的长河中,但凡优秀的成功者、佼佼者都具备了相应的公众演说能力。中国国父孙中山先生通过公众演说影响了千万中国同胞掀起了一场轰轰烈烈的辛亥革命;新中国首任元首毛泽东通过公众演说成功领导并影响亿万中国人,成为了新中国的缔造者;美国总统奥巴马通过公众演说成功竞选成为了美国历史上第一个黑人总统;中国创业教父马云通过公众演说赢得了阿里巴巴“十八罗汉”的支持,也获得了日本首富孙正义的风险投资……

美国著名人际关系学大师卡耐基曾说过:“一个人的成功,85%是靠他的人际沟通和演说能力,只有15%跟他的专业技能相关。”

美国电报电话公司 ATT 和斯坦福大学合作研究显示:“是否擅长公众演说乃是事业成败最最重要的关键!”

中国古代曾记载:“一言之辩,重于九鼎之宝;三寸之舌,强于百万之师”。

这一系列都在证明,公众演说对于处身于社会中的人们,如果想要在事业上、生活上、工作上、人际关系上有所发展、有所突破、有所建树是多么的重要。古往今来能具备公众演说表达的人,相对而言都是容易得到领导的青睐,更多的机会,更容易得到他人的肯定与认可;无论在事业上、工作上、生活上、人际交往上都能得到一定的成功与圆满,这也正好印证了中国一句顺口溜“做得好不如说的好;做得好、说得好,那便是好上加好。”

一、公众演说可以加速命运的改变

任何一个人都非常的期待改善自己的命运,改善和提升自己现有的生活状况,希望能通过自己的努力让父母能早点过上衣食