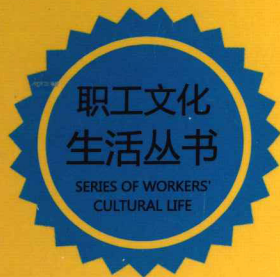


中国职工文体协会 主编

演讲艺术 知识手册



**突破紧张恐惧的演讲心态
掌握实用有效的演讲技巧**

自如地当众演讲，是通往成功的捷径
一个好的演讲者，能够轻松脱颖而出，成为受欢迎的人
奉送演讲必备的知识与技巧，让您快速成为极具魅力的演讲者

知识
宝典

中国职工文体协会 主编

演讲艺术 知识手册

图书在版编目 (CIP) 数据

演讲艺术知识手册/中国职工文体协会主编. —北京: 中国工人出版社, 2011. 1

(职工文化生活丛书)

ISBN 978-7-5008-4693-2

I. 演… II. 中… III. 演讲—语言艺术 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 054606 号

出版发行: 中国工人出版社

地 址: 北京鼓楼外大街 45 号

邮 编: 100120

电 话: (010) 62350006 (总编室)

(010) 62005047 (编辑室)

发行热线: (010) 62045450 62005042 (传真)

网 址: <http://www.wp-china.com>

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市国英印务有限公司

版 次: 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

字 数: 200 千字

印 张: 5.625

定 价: 18.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

目

录

C o n t e n t s

第一章 演讲的定义及特点 / 1

第一节 演讲的基本知识 / 1

第二节 演讲的各种类型 / 5

第三节 演讲是一门艺术 / 10

第四节 即兴演讲 / 15

第二章 演讲要掌握的法门 / 20

第一节 演讲时要自信 / 20

第二节 克服演讲时的恐惧心理 / 24

第三节 如何征服听众 / 27

第四节 如何选择话题 / 31

第三章 演讲前的准备工作 / 35

第一节 心理准备 / 35

第二节 确立主题 / 38

第三节 收集材料 / 40

第四节 选用材料 / 43

第五节 风格和基调 / 45

第四章 演讲稿 / 48**第一节 撰写演讲稿 / 48****第二节 如何写好演讲稿 / 54****第三节 演讲稿中的“兴奋点” / 63****第四节 演讲稿写作的现场感 / 66****第五章 演讲语言 / 72****第一节 演讲语言的特点 / 72****第二节 演讲语言的重要法则 / 74****第三节 演讲语言技巧之一：形象、个性、口语 / 79****第四节 演讲语言技巧之二：幽默、迂回、悬念 / 83****第五节 演讲语言技巧之三：称谓、节奏、简练 / 87****第六章 演讲中的形式技巧 / 91****第一节 声音的训练 / 91****第二节 态势语言的训练 / 96****第三节 演讲中的转折 / 100****第四节 演讲中的造势 / 105****第五节 演讲中的“强调” / 110****第六节 如何巧记演讲词 / 113****第七章 演讲的开场和结尾技巧 / 116****第一节 好的开头是演讲成功的一半 / 116****第二节 演讲的入题、破题、点题 / 125****第三节 好的结尾可以锦上添花 / 131**

第八章 演讲中的听众分析 / 140

第一节 演讲者与听众 / 140

第二节 以听众为中心 / 143

第三节 调动听众情绪 / 145

第四节 唤起听众的共鸣 / 148

第九章 名篇赏析 / 154

在弗吉尼亚州议会上的演说 / 154

出任首相后的首次演说 / 158

让新的亚洲和新的非洲诞生吧 / 160

后 记 / 172

目

录

第一章 演讲的定义及特点

第一节 演讲的基本知识

演讲又叫讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明、完整地发表自己的见解和主张，阐明事理或抒发情感，进行宣传鼓动的一种语言交际活动。

一般做演讲主体的是名人或者有特殊经历的人，以面对公众传播演讲语言达到某种目的。但现在很多高校或社会团体都会举办一些演讲比赛，为了演讲而“演讲”的比赛，是演讲文化的技术化、普及化、扩展化的体现。

1. 演讲的本质

演讲作为人类一种社会实践活动，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。主体形象的美与丑，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，朴素得体的举止神态、潇洒大方的风度，都会给听众一个美的外部形象。

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”，则只作用于听众的视觉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。

综上所述，可以对演讲的本质做一个总结：演讲是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。

2. 演讲的特点

(1) 社会性

演讲活动发生在社会成员之间，它是一个社会成员对其他社会成员进行宣传鼓动活动的口语表达形式。因此，演讲不只是个体行为，还具有很强的社会性。

(2) 现实性

所谓现实性，是指符合客观事物的真实情况的性质。

(3) 艺术性

演讲是优于一切现实的口语表现形式，它要求演讲者祛除一般讲话中的杂乱、松散、平板的因素，以一种集中、凝练、富有创造色彩的面貌出现，这就是演讲的艺术性。

(4) 综合性

演讲只是发生在一定时间内的活动，而为这一活动，演讲者要有各方面的充分准备，同时，还需要大量的组织工作与之配合。这就是演讲的综合性。

(5) 逻辑性

演讲者思维要缜密，语言应有条理，层次分明，结构清楚，这就是演讲的逻辑性。

(6) 针对性

演讲主题应是众所周知的问题，要注意听众的年龄、身份、文化程度等，这就是演讲的针对性。

(7) 感染性

演讲者要有鲜明的观点、自己独到的见解和看法以及深刻的思想等，要善于用流畅生动、深刻风趣的语言和恰当的修辞打动听众，这就是演讲的感染性。

3. 演讲的作用

(1) 对演讲者的作用

对于演讲者自己来说，演讲具有以下三方面的作用：

第一，促进自己迅速成才。演讲的能力不是天生就有的，需要后天的实践造就，是经过艰苦的、多方面的努力才能成功的。这种能力指的是：他必须具备站在时代前沿的精深的思想，渊博的学识以及丰富的阅历。同时，他还需要具有敏锐的观察力、敏捷的思维力、准确的判断

力、迅速的应变力和较强的记忆力，这需要多方面刻苦的学习和磨炼。所以，当一个人成为优秀的演讲者的时候，他的思想、学识、智能等方面都得到了极大地提高。演讲对促进人的成才有极大的作用。

第二，激励自己多作贡献。一个人思想精深，学识渊博，但却茶壶煮饺子“道”不出来，未免太遗憾了。著名作家茅盾、数学家陈景润虽在各自的领域都有卓越贡献，但在一定程度上影响了他们的贡献。而鲁迅、闻一多先生不仅能写而且能说，他们能充分利用演讲这个迅速直接的传播工具来宣传真理，揭露邪恶，也就能为社会作出更多的贡献。

第三，融洽自己的人际关系。善于演讲的人经过长期训练和实践所得的本领，不仅在演讲台上可以表现他们的文雅举止和出众口才，而且在日常交际生活中，他们的丰富的学识、敏捷的应对、良好的修养都很容易冲破种种人际关系的障碍，比一般人更能迅速、有效地与人交往和沟通。同时，演讲者通过演讲活动可以广泛地接触各阶层、各地区人士，扩大自己的交际面。

第四，让他人接受你的情感、观点和主张，如苏联一位学者所说“人的感情首先是被人所接纳”。让人接纳你的情感并非易事，因为任何一个人，特别是成年人，他们都有自己的人生观念、处世之道，想轻易改变他们的固有观念可以说比登天还难。然而，成功的演讲却能以扣人心弦的话题和鼓动性的语言“笼络人心”，让人在激动和忘我的境地中欣然接受你的观点。这就是演讲的魅力所在，也是演讲目的之根本所在。

第五，自我确认。当演讲者在发表演讲、为人接纳的同时，演讲者也达到了另一个比较隐蔽的目的，即通过演讲体现自我——既展示自己的才华和魅力，又在演讲中发现真正的自我，而后者带给演讲者的乐趣和自信可以说是美妙无比的，是人生的一笔宝贵财富。

（2）对社会的作用

演讲对自身有许多作用，但对社会的作用更大。

第一，驱邪扶正，形成正确的舆论，促进社会文明发展。人类社会的文明史，就是真善美与假恶丑的斗争史。而演讲历来是这种斗争的主要工具之一。古今中外一切正义的演讲家，都是拿着演讲这个武器，宣传真理，唤醒民众，推动社会进步。正确的演讲可以启迪人心，传播文化，宣传真理，驱邪扶正，把人类社会推向理想境界。

第二，培养高尚美好的情感，促进人类的文明建设。演讲家在演讲时，总是用正确的道德情感来感染和影响听众，从而培养听众的情感，诸如爱国主义情感、国际主义情感、集体主义情感、革命英雄主义情感等。演讲对培养、影响听众情感的作用很大。

第三，唤起听众的行动和实践。一次成功的演讲，除了启迪人心，传播真理，培养情感外，最终目的是唤起听众的行动和实践，使之投身于改造主客观世界的社会活动中。

可以说，一切成功的演讲必须导发出听众正确的行动。不能导发出听众正确行动的演讲绝不是好的演讲。所以，每位演讲者都应当刻意追求这种导发作用，使演讲产生强烈的现实意义和历史价值。

第二节 演讲的各种类型

演讲作为一种最高级和最高效的口语表达形式，作为一项包含广泛内容的自成系统的社会实践活动，可以用不同标准把它区分为性质相异的若干类型。

演讲的类型是根据演讲内容、风格或形式等不同标准所划分的演讲类别。标准不同，分类就不同。但是，无论是何种标准，任何演讲都要有一定的主题，一定的内容，还应当有一定的表达形式、活动方式以及在表达过程中演讲者情绪的暴露与控制，即演讲风格。因此，我们可以从演讲内容、演讲形式、演讲风格和演讲活动的不同方式等方面给予分类。

1. 按演讲主题内容上的不同分类

从内容上,演讲大致可分为政治性演讲、学术性演讲、法庭演讲、教育演讲、礼仪演讲五个类型。

(1) 政治性演讲

政治性演讲是针对国内外的政治问题与社会现实生活中出现的思想认识问题,进行分析、评论、阐明和宣传某种政治观点和主张的演讲。诸如世界上一些国家首脑的竞选演讲、就职演说;各党派团体或个人在政治性集会上的讲话以及为社会政治服务的各类主题演讲。

(2) 学术性演讲

学术性演讲是指必须具有科学内容性质的演讲。它多是用在学术座谈会、学术讨论会、学术报告会上向听众发表学术研究成果、传授科学知识和学术见解的演讲。

(3) 法庭演讲

法庭演讲是演讲艺术中最古老的类型之一。这类演讲主要用于法庭控告、法庭陈述、法庭辩护,诸如起诉状、辩护词等。法庭演讲,以其绝对的客观性、充分的论据、详尽的旁证和雄辩的逻辑力量为其特点。法庭演讲获得成功的必要条件是客观事实。

(4) 教育演讲

教育演讲也称课堂演讲,它是学校师生教育教学过程中的一种讲授知识、交流思想、探讨学问和进行道德和素质教育的演讲。教育演讲分为教师演讲和学生演讲两种。

(5) 礼仪演讲

礼仪演讲通常指在公众节令日或国家、社团、个人重要仪式和庆典上进行的讲话,既包括欢乐、愉快的节庆演说、迎新演讲、联欢演说、开业演说、婚礼演说、祝寿演说、开幕词、闭幕词、祝酒词、颂词等,

也包括悲伤、难过的悼词、祭词、纪念演说、告别演说等。

2. 按演讲表达形式上的不同分类

从形式上，演讲可分为陈述型、论辩型、主情型、鼓动型四类。

(1) 陈述型

陈述型演讲是一种叙述事件发生经过、缘由、人物生平事迹的演讲，也叫叙述式演讲。它主要用于报告某一地区、某一单位的政治、经济、文化发展情况，及某项工作开展情况，或报告参观访问、参加会议的情况，或报告某人或自己的生平事迹等。陈述型演讲是“主识”型，目的是使人“知”。它的内容决定了它不容演讲者在思想和艺术两方面作更多地创造，而必须是从客观事实出发加以发挥。

(2) 论辩型

论辩型演讲是一种运用逻辑手段证明演讲者所提出的论点令人信服的演讲，也叫议论式演讲。它可分为立论和驳论两种。前者以论为主，后者以驳为主。但无论是立论还是驳论，辩中不可少论，论中不可少辩。论辩型演讲是“主动”型，目的在于把“理”说通、说透，令人“信”，令人“服”。

(3) 主情型

主情型演讲是一种以抒发演讲者的主观情怀为主，融情于理，融情于事，情、理、事交融，以情动人的演讲，也叫抒情式演讲。它既包括各种礼仪性演讲，也从属于其他类型的演讲。

(4) 鼓动型

鼓动型演讲是指通过演讲者的意志创造一种磅礴的气势，鼓励、动员、号召听众接受演讲者所提倡的理念，从而奋发行动的激励式演讲。如战争、战斗动员，救灾动员，鼓励人们参加某一行动，从事某一事业等。

3. 按演讲表现风格上的不同分类

演讲风格按基本情调和表现手法的不同,大体可分为慷慨激昂、情感深沉、哲理严谨、明快活泼四大类型。

(1) 慷慨激昂型

慷慨激昂型演讲,是演讲者用火热的情感和洋溢的热情去吸引听众的演讲。它表现为节奏快、起伏大,音量对比强烈,语言声情并茂、铿锵有力,利用对听众施加感情影响的手段,去达到牵引听众理解演讲主题的目的。

(2) 情感深沉型

情感深沉型演讲,其感情色彩深沉浓厚,节奏较慢,平铺直叙,娓娓道来,音量对比较弱,音色较柔和,语调起伏不大。它的特点是发人深省,具有启发性,适合于正统、庄重、严肃、悲壮的主题和内容的演讲。

(3) 哲理严谨型

哲理严谨型演讲,是演讲者以严密的思考和准确的逻辑推理去吸引听众,它表现为语言经过严密而又谨慎的加工,情调稳定,没有过多的语言变化;形象材料少,没有过多的记事描述;居主导地位的是对判断进行分析,使判断严密无隙,互相贯通。

(4) 明快活泼型

明快活泼型演讲的明显特征是节奏明快,语言变化幅度大,语调多变,富有表情,感情热烈,表达通俗,喜用比喻,表现力强,语言幽默而形象、清新而生动,令人感到十分亲切。明快活泼型演讲能使演讲会场气氛活跃、融洽,能给听众带来欢乐和活力,让听众在轻松愉快的氛围中受到教育和得到启发。

4. 按演讲活动方式的不同分类

以演讲活动的方式为标准,演讲可分为命题演讲、即兴演讲、论辩演讲三种。

(1) 命题演讲

命题演讲是根据组织者事先规定主题的范围,在有准备的基础上,所作的主题突出、内容系统、结构完整、要求全面的演讲。它包括竞赛命题演讲、会议专题演讲和学术专题演讲三种类型。

(2) 即兴演讲

即兴演讲是指演讲者事前无准备,由于受某一环境、氛围或某一主题的诱发而临时发表的演讲。它包括政治生活、工作事务中的即兴演讲和比赛、答辩等现场的即兴演讲两种类型。

(3) 论辩演讲

论辩演讲是指对某一事物持有不同观点的双方,在同一个演讲环境中,所进行的以坚持本方观点、批驳对方观点为宗旨的演讲。这包括日常论辩演讲、专题论辩演讲、赛场论辩演讲三种类型。

5. 演讲其他形式的分类

(1) 按演讲手段的不同分类

- ① 以宣传主张、阐述道理为主的立意性演讲
- ② 以传授知识、讲说技能为主的立智性演讲
- ③ 以提高人们的思想品德为主的立德性演讲
- ④ 以表达感情、交流感受为主的立情性演讲

(2) 按演讲目的的不同分类

- ① 传授性演讲 ② 鼓动性演讲 ③ 娱乐性演讲 ④ 凭吊性演讲
- ⑤ 说服性演讲

(3) 按演讲场所的不同分类

① 巡回演讲 ② 法庭演讲 ③ 大会演讲 ④ 街头演讲 ⑤ 课堂演讲 ⑥ 宴会演讲 ⑦ 广播或电视演讲

(4) 按演讲方法的不同分类

① 读稿演讲 ② 背诵演讲 ③ 提纲演讲 ④ 即兴演讲 ⑤ 辩论演讲 ⑥ 对话演讲 ⑦ 化装演讲 ⑧ 配乐演讲 ⑨ 模拟演讲

(5) 按演讲比赛的不同分类

① 命题演讲 ② 即兴演讲 ③ 论辩演讲 ④ 大赛式演讲

(6) 按演讲时间的不同分类

① 长篇演讲 ② 短篇演讲 ③ 微型演讲 ④ 限时演讲

(7) 按演讲要求的不同分类

① 使人知的演讲 ② 使人信的演讲 ③ 使人动的演讲 ④ 使人激的演讲 ⑤ 使人乐的演讲

第三节 演讲是一门艺术

演讲是一门艺术。研究得越深，艺术魅力感觉就越深。

我们对演讲的研究不只是为了欣赏，主要是想借助这个手段，更好地为社会服务，为做好新时期的思想政治工作服务。改革需要好的演说家去宣传，思想政治工作要讲艺术性，时代需要我们对演讲艺术进行钻研。

大家经常会遇到这种情况，台上的演讲者吞吞吐吐，拙嘴笨舌，台下听讲者不是沸沸扬扬，就是昏昏欲睡，再好的内容也难听好。如果台上演讲者抑扬顿挫，绘声绘色，台下听讲者就会伸长脖子瞪大眼，甚至还要竖起耳朵，随着演讲者的情绪喜怒哀乐，鼓掌叫好。由此可见，演讲的好坏，直接关系到宣传效果的好坏，演讲艺术值得钻研。

1. 演讲要讲艺术性

演讲是一门艺术，要讲究艺术性。

演讲，“讲”就是说话，但又不是一般的说话，而是通过提炼加工的高质量的说话；“演”就是表演，但又不完全等同于表演，演讲者上台来不是一个角色，而是一个清醒的人。

演讲是一门艺术，只要我们了解它的规律，就不难掌握。

要想使演讲达到艺术效果，要注意以下四点：

- (1) 小说般的形象；
- (2) 相声般的幽默；
- (3) 戏剧式的冲突；
- (4) 诗一样的激情。

下面举一例演讲实况来具体谈。

我曾碰到过一位留着两撇儿小黑胡子的青年，我说，您这两撇儿小黑胡子和您的年龄、周围的环境、时代的情调是多么不协调啊！他自傲地说，（变调）胡子代表学问，你懂吗？（听众笑）你看，马克思的胡子比列宁的长，马克思的学问就比列宁的大，列宁的胡子比毛主席的长，列宁的学问比毛主席大吧！（听众大笑）我说，您有胡子，您的学问一定很深？（短时间的停顿）那么，我们中国，为什么取名叫中华呀？他摸摸胡子，（动作）翻翻眼皮，无言对答。（听众大笑）大概是小黑胡子没告诉他。（听众笑，热烈的掌声）（选自优秀演讲员李秀峰《爱我中华》中的段落。）

从例子中，我们不难看出，这里基本包含了小说般的形象，例如“小黑胡子摸摸胡子，翻翻眼皮”的情节；相声般的幽默，例如变了调