

大学生 演讲与口才



DAXUESHENG YANJIANG YU KOUCAI

想不想在任何场合都能侃侃而谈？
想不想在演讲中一展自己独特的风采？
想不想成为人人称颂的卓越演讲家？

为什么不呢？

口才是敲门砖、助燃剂。在粗俗和优美之间，
你不知不觉在为别人描绘自己的轮廓和形象。

杨国良 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生演讲与口才 / 杨国良著. —南京: 江苏教育出版社, 2005.11

ISBN 7-5343-7051-5

I. 大... II. 杨... III. ①演讲—语言艺术—青年读物
②口才学—青年读物 IV. H019—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 130502 号

出版者 **江苏教育出版社**
社 址 南京市马家街 31 号 邮编: 210009
网 址 <http://www.1088.com.cn>
出 版 人 张胜勇

书 名 大学生演讲与口才
作 者 杨国良
责任编辑 杨永龙 田 坤
集团地址 凤凰出版传媒集团有限公司
(南京市中央路 165 号 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 全国新华书店
印 刷 北京盛兰兄弟印刷装订有限公司
厂 址 北京市大兴区黄村镇西芦城黄鹳路西 电话: 010-61232262
开 本 940mm × 640mm 1/16
印 张 22.125
字 数 320 千字
版 次 2005 年 12 月第 1 版
2005 年 12 月第 1 次印刷
定 价 23.00 元
发行热线 010-62223842

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换

演讲：职业工具箱中最重要的工具（代序）

想不想在任何场合都能侃侃而谈？

想不想在演讲中一展自己独特的风采？

想不想成为人人称羨的卓越演讲家？

为什么不呢？！

口才才是敲门砖、助燃剂。在粗俗和优美之间，你不知不觉在向别人描绘自己的轮廓和形象。

温斯顿·丘吉尔曾说：“在上帝赋予人类的所有才能中，没有比拥有演讲天赋更珍贵的东西了。”

《大学生演讲与口才》是赢家的成功指南（The winner's guide to success），帮助你不仅敢说，而且会说。

卡耐基说：“值得讲的，就值得讲得最好，来赢取人心。”

驾驭奇妙的舌头，改变自己的一生。

英国哲学家培根说：读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人周密，科学使人深刻，伦理学使人庄重，逻辑修辞之学使人善辩。（Histories make men wise; poems witty; the mathematics subtle; natural philosophy deep; moral grave; logic and rhetoric able to contend.）

拒绝当弱者，告别当众发言就脸红心跳，就从“说”开始！



目 录

■ 大学生演讲与口才

da xue sheng yan jiang yu kou cai

第一讲 演讲概述

1

演讲活动是一种源远流长的社会现象，始终伴随着人类文明的发展而发展。古今中外，每到历史发展的重要关头，每到社会激烈变革之时，演讲的特殊作用就表现得更突出。

舌头、金钱、电脑——当代经济发展“三大件”。

第二讲 了解你的听众

21

你的听众因地域、民族风情、年龄、性别等差异可能需要你的演讲调到一个适当的位置，使之兼而有之，能够基本满足听众的要求。

听众的心理，往往是独立意识与从众意识的矛盾统一。

第三讲 征服你的恐惧

43

据心理学家研究表明：轻度恐惧感对演讲反而有帮助，因为轻度恐惧

感能使演讲者对外来的刺激保持警觉,临场应变能力会因此增强,说话也会更加流畅,从而使演讲获得成功。

我们唯一恐惧的就是恐惧本身。

——富兰克林·罗斯福

第四讲 你——与众不同

65

你本身就是一本与众不同的书!你有很多与众不同的、别致有趣材料,只是这些材料需要你用心去挖掘,去筛选。

演讲者的个性往往就是听众所欣赏的地方。

第五讲 个性气质与人格

85

拥有独特的个性,优雅的气质,高尚的人格,当你还没有出声只站在演讲席上时,你的听众朋友就已经感觉到了你的与众不同,他们已经被你吸引了。

立言行事,以德为本!

第六讲 有备而来

103

成功总是降临在有准备的人身上,所谓“养兵千日,用兵一时”也正是说明了这样一个道理。切不可“临阵磨枪”,如果那样,你的演讲只能算是进行了,而不是完成了。

台上一分钟,台下十年功!

第七讲 演讲稿

123

你可以找到千万条理由告诉自己不用再写演讲稿,但是我只要给你

一条理由,你就必须写演讲稿:如果你的演讲水平还有待提高的话!
行动,行动,再行动。

——西奥多·罗斯福

第八讲 演讲稿的语言

144

我们的言谈,随时会被别人当成评价我们的标准。我们的语言,显示了我们的修养程度,它能让听众知道我们的出身、教育程度和个人修养。

——卡耐基

你应该学会用闪耀着智慧的语言展示你的智慧。

第九讲 演讲稿的开头与结尾

162

演讲的开头和结尾,最能显示出演讲者是新手,还是演讲专家;也能显示出演讲人是笨拙的,还是极有技巧的。

——卡耐基

开头和结尾,对演讲来说,同样意味着智慧与深度。

第十讲 直观图像与多媒体艺术

183

根据科学家调查研究,一般人对口头演讲在3个小时以后大约只记得其中70%的内容,3天以后只记得10%的内容。如果辅之以直观的演示,那么,在3小时以后,可以记得85%的内容,3天以后可以记得20%的内容。

画面是演讲的另一种有效语言。

第十一讲 体态语

202

身体语言所表达的情感和意义,比有声语言更加丰富和真实。不管是出场还是下台,你都要稳重大方,显出你的端庄与优雅,给人以一种亲切

感,或者一种美的享受。

一条信息的表达=7%的语言 + 38%的声调 + 55%的表情动作

第十二讲 美化你的声音

222

掌握发音器官,自觉控制气息,改善音质,掩盖噪音缺陷,掌握发音技巧。通过魔鬼般的训练,给你天使般的嗓音,教给你“美声”秘诀。

要使你的演讲悦耳动听,苦练你的发音是第一步。

第十三讲 灵机应变

241

灵机应变是你智慧的闪耀,经验的展现,是你人格魅力最大的凸显,你不必惊慌失措,也不必显出无可奈何,你必须沉着机智,有条有理地应对。只有这样,你才能掌控整个演讲的动态。

处变不惊,沉稳应战!

第十四讲 问答

263

尽管问答很有难度,但它是展示你个人才华与魅力的平台,是一个跳板,你可以利用这个机会就听众感兴趣的论点进一步发挥。问答是演讲者与听众的互动,是一场演讲的亮点。

说话的语气要平和,尊重提问者坚持己见的权利。

第十五讲 即兴演讲

284

即兴演讲最能反映演讲者的修养和功力,要求演讲者确有真才实学、才情禀赋,具有良好的意志品质,能够控制自己的情绪,调节自己的心境,

集中自己的神思,能迅速捕捉话题的精义、要害,理出头绪,列出提纲,快速组织语言。

布点成线,理脉成文。

第十六讲 论辩

314

论辩是独具艺术魅力的演讲活动,既有深邃的思想可以给人以启迪,同时又因双方激烈的论辩而使演讲场面显得竞争激烈、刺激。论辩要求言辞优美、精辟,故现场会出现妙语连珠、激烈对抗的场景,从而给听众以高层次的享受。

这是一个需要智慧灵光、绅士风度和人格魅力的战场。

主要参考书目

339

后 记

341

第一讲 演讲概述

人点灯,不放在斗底下,而放在灯台上,就照亮一家的人。(No one after lighting a lamp puts it under the bushel basket, but on the lampstand, and it gives light to all in the house.)

——耶稣(Jesus Christ)《圣经·马太福音》第五章第十五节

演说学是各门科学的结晶,文化发达后最高的艺术。

——杨炳乾

一支笔,一条舌,能抵三千毛瑟枪。

——拿破仑

一人之辩,重于九鼎之宝;三寸之舌,强于百万之师。

——刘勰

宇宙中只有一芥之地你肯定可以改善,那就是你自己。(There's only

one corner of the universe you can be certain of improving, and that's your
yourself.)

——赫胥黎(A. Huxley)

如果不能很好地掌握自己,你将没有机会把所有潜能发挥出来,你也就很难改变你的人生。

我真正征服的不是一座山,而是我自己。

——埃德蒙·希拉里(Edmund Hillary,
第一位成功征服珠穆朗玛峰的人)

学习要点

了解演讲的定义、特征、分类;了解学习演讲的意义;掌握演讲课程的学习方法。

演讲活动,真可谓源远流长。

古往今来,演讲身影的出现不仅在舞台,也在战场。

眼下,信息、新能源、新材料、生物、空间、海洋等六大群体技术构成“信息时代”的骨架;信息化浪潮,深刻地影响着当今社会的每一个领域。

《口才训练十五讲》的编著者孙海燕说:

在日本,口才好坏直接影响一个人的就业和晋升。一些大公司招聘时,对口才都有具体的规定,如:应聘声如蚊子者,说话没有抑扬顿挫者,交谈时不得要领者,面谈时不能干脆利落回答问题者,说起话来嗡嗡全无生气者等都不予录用。

舌头、金钱、电脑——当代经济发展“三大件”。

我们认为,演讲不仅仅是一种手段,更是一种文化!

一、演讲的定义

(一) 如何给“演讲”定义?

演讲,又叫讲演、演说。“演讲”这一概念,在西方最早见诸《荷马史诗》。公元前390年,苏格拉底在雅典创立的修辞学校,就是第一个专门培养演说家的教育机构。昆体良(35-95)是古罗马著名的演说家,代表作有《演说家的教育》、《演说术原理》、《雄辩术原理》等。

中国最早的一部历史文献《尚书》中记载的《甘誓》就是公元前21世纪夏启和有扈氏战于“甘”这个地方的战前动员——演讲。

唐代李延寿《北史·熊安生传》中有:

公正(尹公正)于是有所疑,安生皆为一一演说,咸究其根本。

“演说”在李延寿看来是释疑解惑。

另外,“演讲”在古代有的称之为“言辞”,有的称之为“谈说”。

演讲是以“讲”为主,以“演”为辅,是“讲”与“演”的统一,切不可简单地理解为“表演+讲话”。

演讲作为一种社会实践活动,不仅具有社会性,同时具有艺术性。

怎样达到目的?

“晓之以理,动之以情,喻之以利,导之以行。”

为此,演讲常常借助戏剧、音乐、绘画、相声、小说、诗歌等多种文学艺术手段。

什么是演讲的依存条件和载体?

“特定的时空环境”和语言。

特定的时空环境指的是演讲活动在一定的时间和空间环境中进行。

如,“战争演讲”是在大战当前的阅兵场上进行,“法庭辩护”是在庄严肃穆的法庭审判上进行。

语言是人们在彼此交流中得以传情会意、增强了解的一种极其重要的交际工具。人类社会生活的方方面面,都直接或间接以语言为工具。

有声语言是演讲活动中最主要的物质媒介。所以,离开了语言表达就无所谓“演讲”。

子曰:“情欲信,辞欲巧。”

至此,我们可以把演讲定义为:

在特定时空环境里,以有声语言和相应态势语言,演讲者向特定的听众巧妙地陈述自己的观点或讲解或反悔自己的情感,使之接受自己的观点、明白某一事理或产生情感上的共鸣。

(二) 演讲包括哪几个部分?

演讲者、演讲内容、演讲方式、演讲目的和演讲接受对象。

1944年6月6日,盟军司令蒙哥马利元帅在诺曼底登陆中对担负突击任务的士兵说:“你们在干一件无与伦比的大事业。世界将通过你们完全变一番模样,历史将为你们树立一座丰碑,写上:你们是迄今最优秀的军人!这场世界上从未有过的拔河比赛,这些即将开辟第二战场的军人们所负的责任是成功地执行自己的任务,并最后作为一个自豪的人,回到家里同亲人团聚。”

士兵们高呼:“元帅的贝雷帽和演讲给了我们扑向死神的力量。”

这儿,演讲者是蒙哥马利,在整个演讲中起决定作用,是演讲动作的发出者;演讲内容是演讲者在演说过程中所说的话语,是整个演讲的载

体;演讲方式是以有声语言加上态势语言用说话的形式表达演讲内容;演讲目的是使士兵受鼓舞,即演讲者希望在这次演讲中达到的效果;演讲接受者是士兵,即演讲的对象,也就是听众。

二、演讲的特征

(一) 有明确的目的性

演讲不是不着边际的闲聊,成功的演讲都有其特定目的。

The important thing in life is to have a great aim, and the determination to attain it.(人生之要事在于确立伟大的目标与实现这个目标的决心。)

1963年8月28日,马丁·路德·金发表《我有一个梦想》的著名演讲,目的是敦促国会通过强有力的法律,清除美国社会种族隔离和种族歧视的最后残余。

1949年9月21日,毛泽东发表《中国人民站起来了》的演讲,目的是向全世界庄严宣告:占世界人口总量四分之一的中国人从此站起来了!

公元642年12月,唐朝三藏法师玄奘在印度半岛上以“大乘派论主”的身份发表演讲,目的是全面阐述佛教教义,具体批评“小乘派”的不足。

(二) 舞台属于演讲者个人

演讲不是两人之间的“私谈”,而是“一人讲,众人听”。

发表见解、叙事说理,演讲者不能期望以不言自明的“神传意会”来代替语言,而必须通过自身的有声语言和相应的体态语层层展开。

台上“孤家寡人”,台下“众目睽睽”,演讲者是整个演讲活动的核心。

(三) 适应面广

政治、经济、军事、外交、法律、道德、宗教、学术等,都可以作为信息

源,为演讲所关注。

只要是具有听讲能力的人(包括借助现代化手段的残疾人,如英国的霍金),都能成为信息的发出者和接收者。

三、演讲的类型

按内容可分为:政治演讲、学术演讲、诉讼演讲、宗教演讲、军事演讲、社会生活演讲等。

按形式可分为:宣读式演讲、背诵式演讲、提纲式演讲、即兴演讲等。

按场所可分为:集会演讲、视播演讲、议会演讲、课堂演讲、战地演讲、街头演讲、宴会演讲等。

按目的可分为:“使人知”的信息式演讲、“使人信”的论证式演讲、“使人乐”的悠闲式演讲等。

按体裁可分为:说明式演讲、叙述式演讲、议论式演讲、论辩式演讲等。

按风格可分为:激昂型演讲、深沉型演讲、严谨型演讲、活泼型演讲等。

下面我们来看几种常见的演讲类型。

(一) 政治演讲

政治演讲,是指各阶级、政党或个人对国家内政事务和对外关系,表明立场,阐明观点,宣扬主张的一种演讲。如竞选演讲、施政演讲、政治集会演讲等。

政治演讲有三大特点:

- 1.观点鲜明;
- 2.逻辑严谨;

3.鼓动力强。

(二) 经济演讲

经济演讲,就是指具有经贸内容性质的演讲,可分为公开型、总结型、动员型、介绍型等。

其特点有四:

- 1.具有高度的求实性,引用数据准确无误,目标明确而具体;
- 2.深思熟虑,论证严密;
- 3.重视信息,讲究策略,重视相关经济情报对经营活动的重要性;
- 4.语言明确,以解说为主。

(三) 军事演讲

军事演讲,是指以战争为中心内容的各种形式的演讲,多用于战前誓师、战地鼓气、战后庆功。

其特点有三:

- 1.唤起紧迫感,极富鼓动性;
- 2.感情显露,充满“火药味”;
- 3.具有及时性和隐秘性。

(四) 学术演讲

学术演讲以介绍科学研究成果、传授科学知识、表达学术见解为目的,通常在学术研讨会、学术报告会和学术讲座上进行。

科学、严谨,有真知灼见,语言准确,有多种多样的辅助手段,如幻灯、投影、录像等,是学术演讲具有的基本特点。

(五) 法律演讲

法庭演讲、法律咨询、仲裁活动以及普法知识报告、讲座等与法律相

关的各种形式的演讲,都属于法律演讲。

法庭演讲是实现各种诉讼职能的必要手段,对诉讼活动有直接影响。

1933年2月,希特勒党徒制造了“国会纵火案”,焚烧德国国会大厦后嫁祸于共产党人,当时恰在德国的保加利亚政治活动家季米特洛夫被诬为纵火犯被捕。

9月至12月,德国莱比锡法庭对季米特洛夫进行审判,季米特洛夫据理批驳,发表了著名的《在莱比锡法庭上的演讲》,运用有力的事实和严密的逻辑,揭穿了纳粹分子的阴谋,该演讲成为法庭演讲的典范。

法庭演讲的特点是:

- 1.政策的鲜明性,法律演讲必须以法律为准绳,不能信口开河、敷衍了事,更不允许进行非法的人身攻击;
- 2.材料的准确性,不仅是材料事实的准确,同时也是逻辑推理、论据和论证的准确;
- 3.言辞的严密性,准确、鲜明、严谨、字斟句酌、无懈可击,是法律演讲的语言特色。

(六) 道德演讲

道德演讲以思想品德教育为目的,是一种宣传教化手段。

主要特点是:题材广泛,贴近生活,疏导指教。

(七) 礼仪演讲

礼仪演讲,是指在公众节令或仪式典礼上发表的演讲,是调节人际关系的重要手段。

主要有凭吊和庆贺两种类型。

感情色彩强烈、符合礼节规范是其特点。

四、演讲的目的及意义

子曰：“一言可以兴邦，一言可以丧邦。”

孔子的弟子子贡说：“出言陈辞，身之得失，国之安危也。故辞不可不修，说不可不善。”

演讲绝非“雕虫小技”！

它是一门综合艺术，涵盖语言学、音韵学、心理学、美学、礼仪学、服饰化妆艺术等。在特殊的时空环境中演讲对时代的发展、民族的存亡、战争的胜负等都产生过重要影响。

演讲能使见解一致的听众更坚定原有信念，使见解不同的听众动摇、放弃、改变原有观点，心悦诚服！

而对个人来说，良好的口才为促进事业成功、人际和睦、生活幸福、精神愉快的重要因素，它可以使你在无形中多一份亲和力，悄然提升你的人格魅力，使你诙谐幽默、谈吐不凡、言谈得体。

古希腊寓言说，舌头是个怪物，它能用最美好的词语来赞誉你，也可以用最恶毒的言辞来诅咒你；它能把蚂蚁说成大象，也能把小丑说成国王。

怎样才能使自己诙谐幽默、谈吐不凡、言谈得体？

五、演讲课的学习方法

演讲——职业工具箱中最重要的工具。

学好演讲，一生受益！

我们坚信：“人人都能演讲！”

学习中最关键的是“练”，课上练、课后练、人前练、人后练，要寻找一切机会展示自己，要满腔热情，去释放蛰伏在人心底的表现欲。