

高等院校公共基础课精品教材

# 演讲与口才

YANJIANG YU KOUCAI

主 编 付成波 匡素萍  
副主编 李月梅 李永刚 文赢哲 张玉翠  
主 审 武传涛



上海交通大学出版社  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

## 内容提要

本书以理论指导实践,旨在培养学生的口语表达能力和社交演讲口才能力。本书通俗易懂,结构清晰,兼具实用性和普及性。本书共十个项目,内容包括演讲与口才理论概述、准确发音与美化声音、表达让语言更美好、稿从写中来、命题演讲备起来、即兴演讲练起来、巧舌如簧也是才、求职口才处处用、社交口才很有效和管理口才见奇招。

本书可作为高等院校演讲与口才课程的教材,也可供广大社会人士参考使用。

## 图书在版编目(CIP)数据

演讲与口才 / 付成波, 匡素萍主编. — 上海: 上海交通大学出版社, 2021. 12(2023. 12 重印)

ISBN 978-7-313-24505-2

I. ①演… II. ①付… ②匡… III. ①演讲 ②口才学  
IV. ①H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2021)第 224635 号

## 演讲与口才

YANJIANG YU KOUCAI

主 编:付成波 匡素萍

出版发行:上海交通大学出版社

邮政编码:200030

印 制:三河市骏杰印刷有限公司

开 本:787 mm×1 092 mm 1/16

字 数:292 千字

版 次:2021 年 12 月第 1 版

书 号:ISBN 978-7-313-24505-2

定 价:49.80 元

地 址:上海市番禺路 951 号

电 话:021-64071208

经 销:全国新华书店

印 张:14.5

印 次:2023 年 12 月第 2 次印刷

版权所有 侵权必究

告读者:如您发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话:0316-3662258

中国自古以来就是一个注重语言交流的国度，许多文人雅客通过良好的口才和卓绝的文采取得成就。例如，春秋战国时期的百家争鸣、三国两晋南北朝时期的人才交锋，以及新文化运动时期的口诛笔伐，都突出表现了文人的口才和文采；《孟子》等诸子百家著作、以《世说新语》为代表的南北朝志人小说、以《三国演义》为代表的明清白话小说，以及鲁迅等人的杂文，都是极具文采的经典作品。

南朝萧统组织编写的《文选》中《登徒子好色赋》一文记录了这样一个故事。登徒子在楚王面前诋毁宋玉好色，欲让楚王远离宋玉。面对这样的流言蜚语，宋玉曰：“天下之佳人，莫若楚国；楚国之丽者，莫若臣里；臣里之美者，莫若臣东家之子。东家之子，增之一分则太长，减之一分则太短；著粉则太白，施朱则太赤。眉如翠羽，肌如白雪，腰如束素，齿如含贝。嫣然一笑，惑阳城，迷下蔡。然此女登墙窥臣三年，至今未许也。登徒子则不然，其妻蓬头挛耳，齜唇历齿，旁行踽踈，又疥且痔。登徒子悦之，使有五子。王孰察之，谁为好色者矣？”

宋玉先虚构了一位绝世美人——东家之子，并且对其进行了大胆的描绘，使人不得不相信其美貌天下绝伦，然而自己却从不动心；接着夸张地形容了登徒子之妻的丑陋外貌，称登徒子竟然十分喜欢她，还让她生下了五个孩子。在鲜明对比之下，“好色”的形象远离了自己，趋向了对方，最后楚王悦服。这一段展现了宋玉高超绝伦的口才。从形式上讲，这是一段精彩的演讲。

演讲是一种高于日常说话的语言艺术形式，它以口语表达为主要形式，以态势语言为配合手段。演讲的“演”既可理解为“引申”“演绎”之意，又可理解为“表演”“艺术性”之意；“讲”顾名思义要以口语表达为主要形式。因此，演讲是艺术化了的口语表达，它在思维方式、语言修辞、情感运用上都要高于日常说话。而演讲作为一种目的性很强的社会活动，又与戏剧、影视、相声、朗诵等舞台艺术有很大不同，因为它是为实现一定的目的而进行的。它的“演”充满了真实可信性，要求配合恰当，点到即止，绝不可喧宾夺主，

只能作为口语的陪衬。

从演讲的“演”来说，“演”需要注意其艺术性中的文辞优美、结构明晰、主题明确等特色 and 演讲者本身的动作、表情、衣着、气质等特点。从演讲的“讲”来说，演讲者需要注意自己的音色、音调、节奏、停顿、语气、共鸣的运用、虚实声结合等口语特色。因此，演讲是一门综合性的艺术。要想成为一名合格的演讲者，就需要打好以下三方面的基础：

一是熟练的表达能力。从思考内容到逻辑清晰、层次分明、声音动听的过程就是表达的过程。许多人具有清晰的思维能力和优秀的写作能力，但落实到口语演讲上却显得十分木讷，这是表达能力不足的一种表现。要想具有高超的表达能力，使表达能力提升，除了要进行本书相关项目中提到的声音训练外，还需要进行其他方面的相应训练。

二是正确使用态势语言。心理学家认为，在一条信息的表达中，7%来自语言，38%来自声调，55%来自表情动作。可见态势语言在表达中的重要性。演讲表达中的态势语言包括三个方面：表情、姿态、动作。这三个方面需要综合运用。

三是健康的心理素质。在演讲表达中，怯场往往会导致演讲失败。而精神紧张、态势语言混乱、演讲停顿或加快、内容错置等都与人的心理素质有关。演讲心理素质分为自信心与自控力两项内容。自信心是一种表达状态，具备自信心的人，演讲过程自然流畅、引人入胜，能够以最好的状态将平时的水平发挥出来。在演讲过程中进行自我控制，能够避免和改善可能出现的紧张、怯场等问题。适时调节演讲进程能使自己始终处于可控的范畴，是良好自控力的显著表现。

演讲不仅仅需要好口才，而口才的表现形式也不仅仅只有演讲。例如，中国古代就特别重视辩论，春秋战国时期的纵横家依靠雄辩之才对当时的政治、军事局势产生了重要的影响。刘勰《文心雕龙》说：“一人之辩，重于九鼎之宝；三寸之舌，强于百万之师。”到了现代，辩论赛成为一种较为正式、规范和可操作性强的辩论模式。辩论赛被引入中国后，逐渐受到重视，20世纪80年代出现的亚太大专华语辩论公开赛开创了有组织的华语辩论赛先河。辩论赛中的辩手立论、双方攻辩、自由辩论、总结陈词、主持串场、总结评价等环节融合了不同形式的演讲辩论内容。现在，辩论赛已成为大学生喜爱的口才训练活动。此外，在求职、社交、管理等各个领域都需要有好的口才。

总之，口才已经成为人们一种生存能力的体现，一种综合素质的体现。广大青年学生需要在求学阶段学习和掌握一些口才知识，熟练运用各种口才能力，以便在将来走进职场、进入社会后游刃有余，无往不胜。

为了给广大青年学生提供一本高质量的教材，山东省演讲学会付成波、匡素萍、李永



刚等几位骨干联合省内外青年学者，编写了这本《演讲与口才》。这不仅是教育战线的成果，也是我们山东省演讲学会和整个演讲界的成果。

本书内容丰富，形式新颖，素材典型，可读性强，非常适合青年学生学习。我愿意向读者推荐这本书。

（武传涛：山东省演讲学会会长，山东青年政治学院教授，知名演讲与朗诵艺术家，演讲与口才教育家，全国优秀语言文字工作者，国家级普通话水平测试员。）



口才即“说话的才能”。运用准确、得体、生动、巧妙、有效的口语表达策略，可以达到特定的交际目的，取得圆满的交际效果。演讲是一门语言艺术，是口才的重要体现。演讲可以调动起听众的情绪，引起听众的共鸣，从而传达演讲者所要表达的思想、观点、感悟。当代社会，“演讲与口才”已成为一个固定结构，成了口语表达能力的代名词。

中国自古以来就重视口才。国外也是如此，从总统到政要人员，再到各级学校的学生会主席，演讲与口才都是他们成功路上不可或缺的武器。

在现代社会，口才已成为衡量一个人综合能力的重要标志之一，也是一个人生存和发展的重要能力之一。各类企事业单位面向全社会公开招聘人才时都很重视应聘者的口才，把口试作为一个重要环节。而招聘等场合的口试其实也是一种演讲。

演讲与口才同大学生的关系更为密切，对大学生的影响也较为深远。大学期间，口才较好的学生在班级、学生会、学生社团活动中会让自己的组织能力更加凸显。大学毕业以后，在日益激烈的就业竞争中，用人单位更加重视应聘者的综合素质，特别是良好的口才和沟通能力。然而，演讲与口才并不是一种天赋能力，而是靠学习、刻苦训练得来的。历史上口若悬河、能言善辩的演讲家、雄辩家无一不是靠刻苦训练而获得成功的。

为此，我们编写了这本《演讲与口才》，旨在为当代大学生提供一种学习演讲与口才的有效载体。本书共分十个项目，项目一为演讲与口才理论概述，主要介绍演讲基础知识和口才基础知识；项目二为准确发音与美化声音，从普通话语音的基础知识与科学发声技巧两个方面对口才的重要构成要素——语音进行训练；项目三为表达让语言更美好，围绕有声语言、态势语言的“内三外四”展开；项目四为稿从写中来，顾名思义，即针对演讲稿写作进行专项训练；项目五为命题演讲备起来，主要围绕命题演讲进行专项训练；项目六为即兴演讲练起来，主要围绕即兴演讲进行专项训练；项目七为巧舌如簧也是才，主要围绕辩论展开，涉及辩论基础知识和辩论中的思维与口语训练，并从一对一、多对多、多方辩论技巧等方面提出指导建议；项目八为求职口才处处用；项目九为社交口才很有效；



项目十为管理口才见奇招。项目八、项目九、项目十都是围绕与大学生毕业后的工作息息相关的实用口才展开训练的。本书从结构上和内容上进行了新的探索，结构清晰，层次分明，深入浅出，通俗易懂，兼具实用性与普及性。

除纸质教材中的二维码含有丰富的视频、图文资源外，本书还配套有丰富的线上资源。在线学习平台“新思课堂”（[www.xinsiketang.com](http://www.xinsiketang.com)）为本书提供同步数字教材及在线题库。教师可利用学习平台开展线上教学活动，如签到、通知、微直播、抢答、布置作业等，亦可利用平台完成阶段测试、期中测试和期末考试。

本书的编写成员主要来自山东省演讲学会，均为教育系统中青年学者，在演讲与口才领域均有一定的理论与实践背景。在编写过程中，编者参考了当前演讲与口才领域的诸多经典论著，同时借鉴了大量网络公开的资料，在此一并对相关作者表示由衷的感谢。

由于编者水平有限，书中存在的不足与疏漏之处敬请广大读者批评指正，以便于我们再版时改进。

编者





# Contents

## 目 录

<b>项目一 演讲与口才理论概述 .....</b>	<b>1</b>
第一节 演讲的基础知识 .....	2
第二节 口才的基础知识 .....	8
课后思考与实践 .....	11
<b>项目二 准确发音与美化声音 .....</b>	<b>15</b>
第一节 普通话语音的基础知识 .....	16
第二节 科学发声的技巧 .....	27
课后思考与实践 .....	38
<b>项目三 表达让语言更美好 .....</b>	<b>41</b>
第一节 语言表达的基础知识 .....	42
第二节 语言表达的技巧 .....	49
课后思考与实践 .....	59
<b>项目四 稿从写中来 .....</b>	<b>69</b>
第一节 演讲稿的基础知识 .....	70
第二节 演讲稿的写作技巧 .....	75
课后思考与实践 .....	90



<b>项目五</b>	<b>命题演讲备起来</b> .....	<b>91</b>
第一节	命题演讲的基础知识 .....	92
第二节	命题演讲训练 .....	100
	课后思考与实践 .....	110
<b>项目六</b>	<b>即兴演讲练起来</b> .....	<b>111</b>
第一节	即兴演讲的基础知识 .....	112
第二节	即兴演讲训练 .....	121
	课后思考与实践 .....	132
<b>项目七</b>	<b>巧舌如簧也是才</b> .....	<b>133</b>
第一节	辩论的基础知识 .....	134
第二节	辩论的类型 .....	137
第三节	辩论的方法和技巧 .....	144
	课后思考与实践 .....	155
<b>项目八</b>	<b>求职口才处处用</b> .....	<b>157</b>
第一节	求职口才的基础知识 .....	158
第二节	求职面试的问题及其应对技巧 .....	164
	课后思考与实践 .....	175
<b>项目九</b>	<b>社交口才很有效</b> .....	<b>177</b>
第一节	社交口才的基础知识 .....	178
第二节	社交口才的技巧 .....	183
	课后思考与实践 .....	196



<b>项目十 管理口才见奇招 .....</b>	<b>197</b>
第一节 管理口才的基础知识 .....	198
第二节 管理口才的提升 .....	202
课后思考与实践 .....	218
<b>参考文献.....</b>	<b>219</b>



## 演讲与口才理论概述



### 学习目标

**知识目标：**掌握演讲基础知识（演讲的构成要素、演讲的分类）和口才基础知识（口才的构成要素、提升口才的途径），并能应用到实践中。

**能力目标：**具备演讲与口才理论知识的理解能力和认知能力。

**思政目标：**树立正确的世界观、人生观、价值观，具备良好的心理素质和人际交往能力。



### 案例导入

#### 棒球运动员的即兴演讲

卢·格里克是美国历史上的优秀棒球运动员，他曾创下棒球场上的奇迹，却因为肌萎缩侧索硬化症被迫退役。他于1939年7月4日在扬基体育场的告别演讲打动了在场的61 000名粉丝。演讲内容如下：

各位球迷，在过去的两周里，你们都看到了我所遭遇的不幸。然而，我认为自己是这世上最幸运的人。我在球场上已经17年了，一直收获着你们的善意和鼓励。看看这些卓越的人物，你们一定都认为，哪怕与他们交往一天也是自己职业生涯中的亮点。确实，我很幸运。有谁不认为认识雅各布·鲁珀特是一种荣耀？还有棒球最伟大“帝国”的缔造者——埃德·巴罗？以及曾与我度过6年时光的很棒的小家伙米勒·哈金斯？还有在这9年里，和那位杰出的领导者、智慧的心理学生、如今棒球界最棒的经理乔·麦卡锡共事。确实，我很幸运。当一支你极希望打败的球队——纽约巨人队竟然会送给你一份礼物时，这的确



很特别。当每个人甚至包括球场管理员和那些穿着白色外衣的球童都会记得你和奖杯时，这的确很特别。当你有个非常好的岳母，你和她女儿吵架，她总站在你这一边时，这的确很特别。当你有慈爱的父母，他们工作一辈子只为你能接受教育并身强体健时，这是一种幸福。当你有位妻子，可以依靠她，她比你想象得更有勇气时，我想这是世间最美好的。所以，最后我想说：“虽然我遭遇了不幸，但是我有太多值得继续活下去的理由。”

(资料来源：<http://baijiahao.baidu.com/s?id=1659246710018838911>。有改动。)



### 案例思考

为什么卢·格里克的演讲会打动在场的 61 000 名粉丝？这段演讲对我们的人生可以产生怎样的启迪？那么如何才能提升自己的表达水平和沟通能力呢？

## 第一节

# 演讲的基础知识



口语表达活动作为人类社会实践活动，其历史源远流长。语言是随着人类社会发展的需要而产生的，语言的发展和发音器官的进化使有声语言成为主要的表达方式。而要想更加充分地表达思想感情，就要把有声语言和态势语言有机地结合起来，这就有了演讲这样一种特殊的语言表达和交流方式。演讲又称讲演或演说，是指在公众场合，以有声语言为主要手段，以态势语言为辅助手段，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、演讲的构成要素

演讲作为人类一种特殊的社会实践活动，其过程与大多数有声语言活动有着相似之处，但也有其自身的特点。归纳起来，演讲由六个要素构成：演讲的内容、演讲的主体、演讲的受体、演讲的手段、演讲的场合、演讲的目的。

#### (一) 演讲的内容

演讲作为一门艺术，以“讲”为主，讲的不是空话，而是有价值、有内容的信息。演讲者根据指定的题目和演讲的主体范围，或即兴的题目和感兴趣的内容进行演讲，而演讲





的内容在很大程度上决定着演讲的效果。

演讲内容的质量取决于演讲稿的写作水平。两千年前，古罗马诗人贺拉斯（Horatius）说过：“你们从事写作的人，在选材的时候，务必选你们能胜任的题材，多多斟酌一下哪些是担得起来的、哪些是担不起来的。假如你选择的是在自己能力范围内的，自然就会滔滔不绝，条理分明。”演讲也是如此，你的成长经历，你的求学历程，你的成长背景……那些让你为之感动的事情，也会打动别人；你的事业，你的爱好，你擅长的领域，一定可以栩栩如生地讲出来；你的理想信念，你的追求目标，你付出过的努力和汗水，也可以引起受众的共鸣。

## （二）演讲的主体

演讲的主体就是演讲者，也是演讲活动最终的实施者。演讲者的思想认识、能力水平、举止动作可以给受众留下深刻的印象，也决定着演讲的效果。优秀的演讲者需要具备专业的演讲水准和综合能力。

### 1. 具有较高的思想水平

一个人的思想水平决定着其思维方式，在演讲中更决定着演讲内容的组织与架构。演讲是感召力极强的有声语言实践活动，思想水平较高的演讲者才能讲出教育人、启迪人的演讲内容，更好地服务受众。

### 2. 具有综合的文化知识

春秋时期的思想家、教育家孔子是通过游说来宣传自己的政治主张的；古希腊的智者也是通过演说来陈述政治主张，维护合法权益的。古今中外的演讲家都是运用自身渊博的知识进行演讲活动的。因此，要想获得演讲的成果，就必须尽可能地多学习、多掌握不同门类和学科的知识。

### 3. 具有丰富的舞台经验

演讲活动的最终目的是当众讲话，无论是在教室、广场还是演讲比赛的舞台或者演讲节目的录制现场，都要求演讲者具备一定的舞台经验。演讲最终要在舞台上呈现，要经受得住受众的考验。因此，多练习，多登台，习惯当众讲话对演讲者的能力塑造很有必要。

### 4. 具有良好的心理素质

心理素质是人的整体素质的组成部分，是先天和后天的结合，是情绪的外在表现。在演讲中，演讲者保持良好的心理素质，有助于演讲节奏的准确把握、演讲进程的顺利完成。演讲者只有克服紧张情绪，消除心理暗示，保持自然状态，才可以顺利地完成演讲。

## （三）演讲的受体

演讲的受体即欣赏演讲的受众。没有受众，演讲活动的目的无法实现。演讲者必须掌握和观察受众的心理，了解受众的喜好和变化规律。受众的需求主要体现在以下两个层面。



### 1. 知识层面

受众通过收听或观看演讲，首先是渴望满足知识需求、增长见识、拓宽视野。2018年11月17日，习近平主席在亚太经合组织工商领导人峰会上发表主旨演讲，就世界经济发展和全球治理提出了新的主张。演讲一开始，习近平主席就说了一段意味深长的话：“大家好！很高兴来到景色宜人的莫尔兹比港，同大家相聚在太平洋探索者号上。在当今世界经济风起云涌、风险挑战凸显的形势下，我们同在一条船上，一起谋划发展合作，具有特别的意义。”“明镜所以照形，古事所以知今。”在演讲中，习近平主席用史实启发人们的思考。

### 2. 审美层面

演讲活动也是一种审美活动。审美是人类理解世界的一种特殊形式，是从理智与情感、主观与客观方面认识、理解、感知和评判世界上的存在。受众是在欣赏演讲的过程中完成审美过程的，好的演讲能让受众提升对客观世界的理性认识，增强感性认识，提升审美能力。

## （四）演讲的手段

演讲者要展开自己的演讲文本进行演讲，发表自己的观点，表达自己的感情，就必须借助一定的表达手段，并且与演讲内容和演讲节奏保持一致。有声语言、态势语言是演讲过程中主要使用的表达手段。

## （五）演讲的场合

演讲活动是在特定的场合下进行的，即便是即兴演讲，也有其特定的空间。不同的场合有不同的语境，演讲者必须结合语境选择演讲内容和演讲方式。俗话说：“到什么山唱什么歌。”演讲者要不断调整，以适应不同的演讲场合，满足受众的需要。

## （六）演讲的目的

德国哲学家黑格尔在《美学》第三卷中对演讲的目的做过一段精彩的论述，他说：“对听众来说，演讲家的描述也不是为描述而描述，也只是一种手段，用来使听众达到某一信念，做出某一种决定，或采取某一种行动。”演讲除满足上文提到的受众的知识需要和审美需要外，还有一定的社会目的。演讲的社会目的可归纳为宣传观点、变革社会和表达感情等三方面，因此，演讲必然对社会生活产生影响，有助于实现一定的社会生活需要。



### 小知识

#### 卡耐基的“魔法公式”

美国心理学家戴尔·卡耐基总结了一套适用于简短演讲的“魔法公式”。具体内容如下：

第一步，描述实例的细节，生动地说明你希望传达给受众的意念。例如，







一位演讲者希望受众为战争中的儿童慷慨解囊。他讲到自己去了战区，将所有的食物都分给了孩子，可因为食物有限还是有一个孩子在他面前饿得奄奄一息，他只能眼睁睁地看着那个孩子死去……这样含有细节的故事更容易打动受众的心。如果开头讲故事，受众就会被你的故事所吸引，慢慢走进你的演讲里。

第二步，详细而清晰地表达出你的观点，也就是点题。前面的故事讲得很感人，这是一个很好的铺垫。当受众的情绪已经走进演讲中后，我们就该点题了，告诉大家我们演讲的主旨是什么。例如，在为战争遗孤募捐的演讲中，可在故事之后做一段论述，告诉大家你来演讲的原因。而受众这时就会把你的话记在心里。

第三步，发起号召，强调如果受众按照你所说的去做就会获得什么。这里所说的获得什么，并不一定是物质利益。虽然绝大多数演讲都不可能给受众带来直接的物质利益，但至少应告诉受众按我们说的做所能达到的效果。在此仍以战争遗孤募捐为例。我们要告诉受众，他捐5元钱，就能解决一个孩子几天的食物；捐100元钱，甚至能拯救一个孩子的生命……只有让受众觉得自己的捐款是物超所值的，他们才会按你说的去做！

现代人的生活节奏越来越快，很少有人愿意去听长篇大论的演讲。因此，掌握演讲的“魔法公式”能极大提升你对简短演讲的驾驭能力。

(资料来源：[http://www.360doc.cn/article/812607\\_619504756.html](http://www.360doc.cn/article/812607_619504756.html)。有改动。)

## 二、演讲的分类

划分标准不同，演讲的分类也不同。了解和掌握演讲的不同类型，不仅可以提升演讲的针对性，更能够从整体上认识演讲活动，对演讲者参加演讲实践有一定的指导意义。

### (一) 按形式不同划分

#### 1. 命题演讲

命题演讲是指根据事先拟定的题目或范围所进行的演讲。命题演讲包含两种形式：一是全命题演讲，二是半命题演讲。全命题演讲一般由演讲活动组织方确定并拟定演讲题目，这种演讲的优点是针对性强，主题集中、鲜明。半命题演讲是指演讲者根据演讲活动组织方限定的拟题范围，自己拟定题目而进行的演讲，这类演讲较全命题，能给演讲者更多发挥的空间。

#### 2. 即兴演讲

即兴演讲是指演讲者事先无准备，由于受某些因素的触动有感而发，因临时兴起而发表的演讲。它包括生活场景式即兴演讲和命题测赛式即兴演讲两种类型。随着信息传播的



日益加快，以及人们交往的日益频繁，即兴演讲成了人们工作和生活中使用频率高和备受欢迎的一种演讲形式。

### 3. 论辩演讲

论辩演讲是指对某一事物持不同观点的双方，在同一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。它包括日常论辩演讲、专题论辩演讲、赛场论辩演讲三种类型。这种针锋相对、短兵相接的演讲形式受到人们，特别是青年人的喜爱，如网络节目《奇葩说》就属于这类形式。

## （二）按内容不同划分

### 1. 政治演讲

政治演讲是指针对国内外的政治问题与现实生活中发现的思想认识问题进行分析、评论，阐明、宣传某种政治观点和主张的演讲。政治演讲包括外交演讲、军事演讲、政府工作报告、政治性集会上的讲话及为社会政治服务的各类主题演讲。政治演讲是一种高度严肃的演讲。

### 2. 学术演讲

学术演讲是指向受众发表学术见解，传授科学知识和公布科研成果的演讲。它包括在学术座谈会、学术讨论会上的发言，各种学术报告和学术评论，等等。学术演讲要求内容具有科学性、系统性、创办性，语言具有准确性，论证具有严密性。

### 3. 法庭演讲

法庭演讲是指公诉人、辩护人、诉讼代理人在法庭上所做的演讲，是演讲中古老的类型之一。法庭演讲具有客观性、针对性、公平性、激烈性等特征。法律面前人人平等，演讲必须以“以事实为依据，以法律为准绳”。因此，法律演讲严禁主观色彩的掺入。

### 4. 军事演讲

军事演讲是指部队领导者就军事形势、战略战术、部队建设、战前动员、战地动员、战后总结所做的演讲。军事演讲对提高部队素质、增强战斗力、取得战争胜利有着重要意义。军事演讲的目的是激起官兵的斗志，振作官兵的精神，因此必须具有激励性。军事演讲是针对军事形势、军队实际情况和官兵的思想实际而讲的，因而针对性就成了军事演讲的另一个特点。

### 5. 礼仪演讲

礼仪演讲是指在各种礼仪活动中，为表达感情、表示礼节而发表的演讲。它包括致开幕词、闭幕词、祝酒词，以及婚庆演说、联欢演说、祝寿演说、庆典演说、告别演说、悼念演说等。礼仪演讲的特点是感情强烈，有较固定的结构形式。





### （三）按风格不同划分

#### 1. 激昂型演讲

激昂型演讲是指演讲者用炽热的感情和铿锵有力的语言去吸引受众，打动受众。这种风格具有较强的感染力和鼓动性。演讲者充满激情，通过快节奏、对比强烈的音量来达到牵引受众理解演讲主题的目的。

#### 2. 质朴型演讲

质朴型演讲崇尚实事求是、朴实无华，不进行雕琢和粉饰。如果演讲者有实事求是之意，无哗众取宠之心，能用朴实的语言表达朴素的真理，就会很容易被受众接受。这种类型的演讲讲究用语准确、逻辑严谨。

#### 3. 活泼型演讲

活泼型演讲的明显特征是节奏明快，句式多变，语言清新而生动，态势运用较其他风格多。这类演讲风格的演讲者以轻松愉快的心情、富于表情的形象带给受众新鲜感和亲切感。

#### 4. 淡雅型演讲

淡雅型演讲的言辞舒缓，内容丰富，没有紧锣密鼓的节奏，也没有大红大紫的色彩，以其清淡雅致的美感染受众。这种演讲风格类似于我国古代绘画艺术中的“白描”手法。“清水出芙蓉，天然去雕饰”正是淡雅风格的绝妙写照。

#### 5. 深沉型演讲

深沉型演讲的感情色彩深沉浓厚，节奏较慢，音色浑厚柔和，音量对比起伏不大，平铺直叙，娓娓道来。这类风格的演讲适宜严肃的主题、庄重的场合，演讲者以深沉的情感、较为低沉的语调和富于哲理性的讲述打开受众心灵的窗户。

### （四）按其他标准划分

#### 1. 按演讲目的不同划分

按演讲的目的不同，演讲可分为娱乐性演讲、传授性演讲（学术演讲）、说服性演讲、鼓动性演讲、凭吊性演讲（葬礼性演讲）等。

#### 2. 按演讲场所不同划分

按演讲场所不同，演讲可分为游说性演讲、巡回演讲、街头演讲、宫廷演讲、法庭演讲（司法演讲）、课堂演讲、教堂演讲、大会演讲、宴会演讲、广播演讲和电视演讲等。



视频

注意演讲的风格



### 第二节

## 口才的基础知识



《现代汉语词典》(第7版)中对“口才”的解释为:“说话的才能。”有口才的人说话具有“言之有物”“言之有序”“言之有理”“言之有情”等特征。在当今社会,口才就是生产力,有效的表达可以解决生活和工作的众多问题,是人际沟通最主要的手段。本书将口才定义为:人们运用声音和态势语言对自身或他人的思维进行扫描和表达的综合能力。口才不仅是“口”上的能力,还包含态势语言、观察能力和思维能力。

### 一、口才的作用

“发生在成功人物身上的奇迹,至少有一半是由口才创造的。”美国人类行为科学研究学者汤姆森认为,在很大程度上,口才甚至能够直接决定一个人的命运。当前,社会竞争日益激烈,人与人之间的交流更加频繁,口才对社会的发展和人类的进步作用也越来越大。在社会生活中,口才是决定一个人生活及事业优胜失败的重要因素。一个人每天的喜、怒、哀、乐往往由其言语来决定,根据一个人每天所说的话,可以判定他每天的工作和生活情况。练就好的口才不仅可以提升自己在众人心目中的地位和形象,使自己在复杂的人际交往中游刃有余,还可以为自己的工作提供帮助,让自己抓住晋升的机会,一步步到达事业的顶峰。

#### (一) 口才对个人作用

##### 1. 是人际沟通的工具

沟通是多方面的,有很多的途径与方法,但对于面对面的交流,用语言沟通是最有效的。因此,口才的巨大作用也就凸显出来了。在社会生活中,每个人都会遇到不如意的事,需要和朋友倾诉,以求得他人的关心与帮助;在家庭生活中,每个人都需要和父母处理好关系,促进家庭和睦。这些都要求我们学会与人沟通,在沟通中得到他人的帮助,在交流中更好地展现自己,而在这个过程中,口才发挥着至关重要的作用。

##### 2. 是现代人才必备的素质

随着社会开放程度不断提高,现代社会要求每个人都要学会与他人建立起良好的关系,能够通过合作求得更好的发展。每个人都需要朋友,需要同事,需要战友,甚至需要对手,这一切都需要具有良好的口才才能得以实现。

##### 3. 是衡量工作能力的标准

口才的好坏是衡量一个人工作能力高低的重要标准。口才越好,可发挥的工作空间就





越大，得到的工作机会就越多。

## （二）口才对家庭生活的的作用

俗话说，“家和万事兴”。好的口才可以让大家笑声不断，其乐融融；可以化解家庭成员间的一些小纷争，营造美好的家庭生活。一个人长期得不到感情满足，不仅会心情沮丧，而且有可能导致一系列心理障碍和心理疾病。

## （三）口才对企业的作用

一般的企业都会设立销售部门。做销售工作的员工需要做大量的沟通、协作、谈判、演讲等工作，而好的演讲口才无疑能帮助企业获得更好的效益。在商业竞争中，口才的重要作用正日益为人们所重视，尤其是在商业谈判中，口才的好坏就显得更重要了。在日常生活中，我们常常看到，一次成功的谈判激活了一个企业，而一次失败的谈判毁灭和葬送了一个企业。

## （四）口才对国家的作用

对于外交官来说，通过演讲，有时候可以化干戈为玉帛，让国与国之间关系和睦。

总之，口才好的人往往容易被人尊敬，而口才差的人则容易被人遗忘。口才的作用还体现在其他各个领域，如在国际争端领域，谈判得好，可以避免战祸；在商业谈判桌上，巧于辞令，可以增加利润，甚至开辟贸易新渠道，拓宽财源；在学术研究方面，阐释精义，可以方便交流，提高水平。一席恳谈，则可以使绝望者重燃希望，丧志者再度立志，歧途者悬崖勒马；片言居要，百意烛照，则可以使人有“听君一席话，胜读十年书”之感。



### 趣味角

#### 幽默小口才

周恩来总理是一位杰出的政治家、军事家和外交家。他雄辩的口才和快速应变能力给后世留下了许多美谈。

一次，一名外国记者不怀好意地问周恩来总理：“在你们中国，明明是人走的路，可为什么要叫‘马路’呢？”周总理不假思索地答道：“我们走的是马克思主义道路，简称马路。”

这位记者的用意是把中国人比作牛马，和牲口走一样的路。如果真的从“马路”这种叫法的来源去回答他，即使正确也是没有什么意义的。周总理把“马路”的“马”解释成马克思主义，可谓高明之见。

（资料来源：[https://www.sohu.com/a/256707364\\_100263228](https://www.sohu.com/a/256707364_100263228)。有改动。）



## 二、提升口才的途径

要想提升口才，就要训练和提高个人朗读、演讲的水平，强化个人交谈、辩论的能力，优化个人的习惯思维模式，完善个人固有的心理素质。这是一个综合的提升过程，是一个循序渐进的过程，具体体现在以下两个方面。

### （一）规范语音

口才首先实现的是信息交流的准确无误，提升口才首先需要规范语音。语音即语言的物质外壳，是语言的外部形式，是直接记录人的思维活动的符号体系，是人的发音器官发出的具有一定社会意义的声音。语音的物理基础主要有音高、音强、音长、音色，这也是构成语音的四要素。受母语方言及发声习惯的影响，很多人的普通话含有大量的方言音或使用不科学的发音方式，导致在交流过程中听者对传递信息的理解产生歧义，或者听者不能准确清晰地辨别说话者的意图。因此，要想规范语音，就必须利用自身的语音和声音条件使语言链环保持悦耳中听，不断修正和调整母语方言，规范普通话声母、韵母、声调的发音，完善发声习惯，做到语音规范、吐字畅晰，语调适中、节奏合理。

### （二）提升口语表达能力

提升口语表达能力是口才提升的核心。口语表达能力强，口才水平的起点就高。语言表达能力是指在口头语言（说话、演讲、做报告）及书面语言（考试作文、申论、文章）中运用字、词、句、段的能力，两者均以语言为基础媒介。虽然书面语言可以是对口头语言的归纳总结，但是两者并无直接关系，口才不好不一定笔才也不好。良好的语言表达能力具有用词准确、语意明白、结构妥帖、语句简洁、文理贯通、语言平易、合乎规范的特点，能把客观概念表述得清晰、准确、连贯、得体。

口语表达能力可以通过加强朗读的传导贴切度、演讲的宣传鼓动度、交谈的情感沟通度、辩论的事理说服度等来提升。口语表达能力还与个人写作能力有关，由于书面语言可以代表说话人对该段表述话题理解和显现的最高水平，所以在口才训练中，良好的写作能力是强化口语逻辑结构、完善口语语法修辞的行之有效的辅助手段。

口才首先显现的是知识结构和思维模式。每个人都要不断拓展对话题思考的宽度和深度，多角度考虑问题，养成勤思考的习惯。知识可以扩展自己的谈话内容和谈话题材；思维可以提升自己交流应对时的敏捷度和准确度。因此，演讲者要加强自己反应能力的训练，提升自己观察事物的敏感度；延伸自己的逆向思维、纵深思维、多向思维、综合思维等思维能力，养成复合性思考问题和处理问题的习惯，做到要表达的内容角度新颖、见解深刻、反应敏捷、紧扣题旨。





此外，还需要多听、多读、多说、多写。多听即在与别人交流时多听别人的说话方式，从中学习好的说话技巧，从而提高自己的语言表达能力，也是为多说做准备。要多读好书，培养好的阅读习惯，从书中汲取与语言表达相关的各种知识，以增加语言的素材，从而提高个人的气质涵养。而多读也是为多写做准备。要多读《人民日报》的社论，学习其对事物评价、分析的表述方法和语言。多说并不是想到什么说什么，乱说一气，而是有准备、有计划、有条理地去说，或者是介绍，或者是演讲，但要说得好、说得精彩，必须做充分的准备，而这一准备过程也就是练习语言表达的过程。多写即平日养成多动笔的习惯，把日常的观察、心得以各种形式记录下来，定期进行加工和整理，逐步提高写作能力。



### 趣味角

#### 口 误

- (1) 一名高中女生说：“我走的路比你吃的盐都多。”
- (2) 家里的鱼死了，浮到水面，我看到爸爸，大叫：“爸爸浮上来了！”
- (3) 在华联超市门前，有学生模样的人要我捐款献爱心。我同学的口袋里只有100元的票子，一点零钱也没有了，于是，她脱口而出：“真是对不起，我实在是一点爱心也没有了！”（本来想说零钱没有了的。）
- (4) 小学生到部队慰问演出，辅导员宣读一封信，开头本来是“尊敬的各位领导”，大概看见台下乌压压一群人，精神一紧张，说成：“尊敬的各位烈士！”
- (5) 以前我和一名同学讨论三国的时候，我问三国里武将他最喜欢谁，他来了一句：“人中赤兔，马中吕布，你没听过吗？”

## 课后思考与实践

### 一、复习思考

- (一) 演讲是由哪些要素构成的？
- (二) 演讲如何分类？



(三) 口才的作用是什么?

(四) 提升口才的途径有哪些?

## 二、实战练习

(一) 练习演讲信念：请大声说出以下话题内容。(3分钟)

**训练提示：**通过该项练习克服紧张、怯场等不良情绪，提升讲话时的自信。训练时可先从无人的语境练起，在熟悉环境后，再去人多的地方进行练习。

我喜欢讲话；

我喜欢我的声音；

我喜欢我自己。

我热爱舞台；

我的脚下就是个舞台；

只要有上台的机会我就立刻冲上舞台；

只要有开口说话的机会我就开口说话；

只要开口说话我就用肢体动作表达。

(二) 练习微笑：请记录自己最美丽的微笑。(2分钟)

**训练提示：**微笑是世界上最美丽的语言，所以训练面部表情对语言的表达非常有帮助。在训练时，最好用手机拍下自己最满意的笑容。要将微笑调整至最佳状态再开始讲话。

让自己保持微笑，开始讲话：“今天的天气很不错……。”

(三) 练习眼神：让自己的眼睛会“说话”。(2分钟)

**训练提示：**眼神也是目光语，在讲话时与有声语言同样重要。

请找一名搭档，看着对方眼睛开始说：“你今天很漂亮/很帅气……。”

(四) 练习一首歌：让声音穿透力更强。(3分钟)

**训练提示：**清晨唱歌有益身心，对打开声音、提升表达自信心很有帮助。

请专注深情地演唱一首歌，如《草原上升起不落的太阳》。

(五) 练习朗读：让感情更饱满。(5分钟)

**训练提示：**朗读诗歌、散文不仅可以提升文学素养，还可以规范普通话，强化语言表达。

请选择现代诗、散文等有感情地大声朗读，如《致橡树》《春》。







(六) 到公园里找一个陌生人讲话，增强语言交流感。(10分钟)

**训练提示：**交流感和对象感对于演讲和口才至关重要。交流训练在动态语境中进行效果更好。

请在与陌生人交流、沟通时说：“很高兴认识您……。”

