

# 口吐莲花——公众演讲与表达

## 课程背景：

由于工作或业务拓展的需要，越来越多的职场人士需要在众人面前展开精彩的陈述和演讲，达到沟通说服、传播推广或成功销售之目的，致辞、竞聘、述职、汇报、会议发言、路演等诸多场合都需要通过演讲来表达自己的想法，传达自己的思想。公众演说是成功的捷径，高超的演说技巧将使工作事半功倍。口若悬河、镇定自如的讲台形象并非某些人的专利，通过专业的训练，你也能成为其中一员。

## 课程收益：

- 克服紧张和怯场，增强当众讲话的自信；
- 在台上思路清晰、条理清楚、语言生动的阐述；
- 掌握不同场合当众演讲的方法和技巧，满足不同场合的演讲需求
- 提升公众演讲的语言感染力，展现领袖魅力；
- 将思想、观点、情感 嵌入到故事里，从而影响他人；
- 让你的公众演讲抑扬顿挫、声情并茂、姿势优美、手势自然、魅力无限；
- 掌握到“演说说服力”的秘诀，体会演说大师现场的绝对成交。

**课程时间：**2天，6小时/天

**课程对象：**管理人员、销售人员、内训师、精英员工

**课程方式：**理论讲解+案例分析+实操演练+分组讨论+体验式培训

## 课程大纲

### 导入：演讲的认知

#### 一、演讲的三大类别

1. 传播型演讲——让人知
2. 社交型演讲——增人情
3. 鼓动型演讲——促人行

#### 二、演讲的四大基石

1. 心态——行动的先导
2. 素材——巧妇难为无米之炊
3. 思维——语言组织的中枢
4. 表现——一场视听盛宴

**案例分析：**《国王的演讲》

#### 三、“四力”打造高效演讲

1. 逻辑力
2. 写作力
3. 吸引力
4. 控场力

### 第一讲：言之有序——用结构打造表达逻辑力

#### 一、阻碍演讲表达的三大问题

1. 词不达意
2. 重复啰嗦
3. 条理不清

## 二、演讲表达的“三性”

1. 准确性
2. 概括性
3. 条理性

演练：看图说话

## 三、演讲表达的金字塔原理的运用

1. 结论先行
2. 以上统下
3. 归类分组
4. 逻辑递进

演练：即兴演讲

## 四、框架搭建大法——拆解法

1. 拆解法三部曲
2. 拆解法三技巧

演练：拆姓名的演讲

## 五、用故事打造语言感染力

案例导入：马丁演讲《父与子的战争》

1. 演讲故事设计基本流程——目标、阻碍、努力、意外、结果
2. 演讲中——故事的高效作用

### 3. 演讲故事思维的三大技巧

- 1) 五觉法
- 2) 画面感营造法

案例：曾庭民演讲《一个消防战士的遗书》

- 3) “五何公式”

案例：马丽演讲《无悔乡医路》

### 4. 故事思维运用的两大法则

法则一：掌握两大原理

法则二：玩转两大法宝

### 5. 讲故事的“四不”原则

演练：一件往事

## 第二讲：言之有据——用写作力打造演讲稿

### 一、演讲前的四必问

1. 我是谁？——身份
2. 我要讲什么？——主题
3. 他/她为什么听我讲？——资格
4. 我讲的对他/她有什么好处？——价值

### 二、演讲稿结构

1. 开场——短小精美
2. 主体——内容丰富
3. 结尾——强悍有力

案例：艾滋病患者演讲《与爱同行》

### 三、演讲稿修辞手法的运用

1. 比喻——“三变”
2. 排比——“四强”
3. 设问——“三要素”

案例：俞敏洪演讲《树的种子》

### 第三讲：言之有范——用台风打造舞台吸引力

#### 一、形体——内外兼修

1. 登台——吸引全场

2. 眼神——秒杀全场

1) 眼神五“不”——不看天地、不看墙、不游离、不盯稿、不盯一处

2) 五“视”——扫视、点视、虚视、仰视、俯视

3) 三“练”——眼球转动、睁闭眼聚焦、练眼神色

3. 着装——惊艳全场

1) 整洁原则

2) TPO 原则

3) 协调原则

4. 形体——挺立全场

5. 手势——控制全场

案例：黄国伦演讲《我愿意》

#### 二、表演技巧——神形兼备

1. 演讲为什么要学表演？

2. 关联：演讲稿—剧本、表现—导演、演讲—表演

3. 理论源头：斯坦尼斯拉夫斯基体系

4. 基础内容：解放天性、体验生活、想象力、信念感

案例：周星驰《喜剧之王》

演练：“五觉”感受训练

### 第四讲：言之有稳——用技巧打造现场控场力

#### 一、克服紧张——不慌不忙

1. 两大层面认识紧张

2. 三大技巧克服紧张

案例：央视记者忘词

1) “不要脸”——放下面子，勇于登台

案例：凤姐心态

2) 不要怕——种下心锚，看淡结果

3) 不要懒——上台 21 次，练习 90 天

#### 二、控场技巧——hold 住全场

1. 脱稿的三步曲

演练：演讲稿速记《十年徒步》

2. “四招”掌控全场

1) 气场掌控

2) 声音掌控

3) 动作掌控

4) 内容掌控

案例：《一出好戏》中黄渤演讲

3. 互动的五大方式

1) 提问互动

2) 引导互动

3) 动作互动

4) 道具互动

5) 游戏互动

案例：刘德华《开讲啦》

#### 4. 忘词四步处理法

一步：故作镇定

二步：停顿回顾

三步：提问互动

四步：跳跃衔接

### 第五讲：不同场景演讲应用

#### 一、不同类型演讲

1. 初次见面致辞

2. 年会致辞

3. 答谢会致辞

4. 欢迎宴会致辞

5. 开业致辞

6. K歌致辞

7. 小型活动主持

8. 竞聘演讲

9. 会议主持/发言

10. 会销/路演

案例：净水器销讲

案例：雷军小米手机发布会演讲

案例：乔布斯苹果笔记本电脑发布会演讲

案例：罗永浩锤子手机发布会演讲

#### 二、上台演练

1. 年会策划、主持、致辞

#### 三、点评提升