

第 6 章

即兴演讲训练



训练目标

通过训练，学生了解即兴演讲的性质、特点，掌握即兴演讲的基本方法，能根据不同场合、地点恰当地选择话题；讲话内容充实完美，有逻辑性；表述准确、流畅、层次清晰，恰当运用态势语；感情充沛，感染力强，提高即兴演讲能力。

要是你想达到你的目的，最好用温和的态度与人家讲话。

——莎士比亚

生活中的言语表达通常是表达者事先未做准备，临场因时而发、因事而发、因景而发、因情而发的。在大庭广众之中，演讲、论辩、提问、回答、谈判、推销……很多时候我们是“无”备而来，有时虽是有准备，但更多的时候要靠临时发挥才能产生良好的表达效果。因此，即兴说话的能力对于我们每一个人来说显得非常重要，即兴演讲则是即兴说话能力的一种集中表现。

6.1 即兴演讲概述

6.1.1 即兴演讲的含义

即兴演讲是指演讲者事先并无准备，仅依据现场感受，临时决定发表的演讲。即兴演讲的最大特点是随想随讲，根本没有思索的余地。因此，对于演讲者

来讲，这是一门最能显示才华和风采，也最能暴露弱点和短处的口才艺术。练习即兴演讲，是锻炼演讲口才的最好方法之一。

即兴演讲要取得较好的效果是一件很难的事。这是因为即兴演讲不容演讲者深思熟虑、字斟句酌，需要演讲者具有敏捷的思维、丰富的经验、渊博的知识、较强的记忆力、严密的逻辑、高超的临场发挥才能。在言语交际过程中，擅长即兴演讲者常常是口若悬河，滔滔不绝，有条不紊，对答如流，一针见血；而缺少即兴演讲技巧者则脑门充血，无言以答，结结巴巴，颠三倒四，言语木讷，哼哼唧唧。因此，做好即兴演讲的训练对当代大学生来说具有非常重要的意义。

6.1.2 即兴演讲的特点

即兴演讲是在特定场景和主题的诱发下，或自发要求，或由他人提议的一种临时性的演讲。这种演讲具有以下三个主要特征。

1. 临场性

即兴演讲是演讲者被眼前的事物、场面、情景所刺激，从而激起兴致而产生的一种临时性的演讲。它既不能像命题演讲那样，事先写好讲稿，并进行试讲；也不能像辩论演讲那样，对有关情况事先加以调查研究，进行模拟训练，而必须靠临场准备，临场发挥。因此，临场性就成了即兴演讲最突出的特征。

2. 触发性

即兴演讲行为的产生，常常是由于某种特定的场景、特殊的时境引起的，与“触景生情”相类似。这些刺激物触发了演讲者的兴致，于是产生了“不吐不快”的欲望。

3. 短暂性

即兴演讲的场合，多为生活中的一个场面。有的甚至是小规模、小范围的社交聚会。在这些场合，演讲者只要言简意赅，当场表示某种心意即可，不宜作过于冗长的演讲。况且，演讲者是临时兴起而发表的演讲，事先并无准备，也很难构思出长篇大论的演讲来。所以，即兴演讲一般都是主题单一、篇幅短小、时间短暂的演讲。有的二三分钟即能完成，有的甚至几句警策式的话语，便能使听众感情激发。

6.1.3 做好即兴演讲应具备的条件

1. 发言要扣题

演讲者要根据自己参加会议的内容、场合及自己的身份选择自己发言的题目。当题目确立后，要围绕主题进行构思。演讲时要紧紧围绕主题，离题万里、海阔天空会降低演讲效果，引起听众的反感，降低自己的威信。

2. 内容要新颖

即兴演讲要有见地、别具一格，使听众能感受到“听君一席话，胜读十年书”，使演讲具有较强的感染力。演讲内容要力求创新，论理要深入浅出，启迪听众心灵。尤其是多人演讲，切忌重复别人已讲过的话，如果没有更新的话题就不要重复论述。

3. 构思要敏捷

要使即兴演讲围绕主题的主旋律分层次展开，要围绕主题确定从几个方面剖析，要讲几个问题，每个问题要说明几件什么事，说明一件事要引用什么例子，使演讲能够引人入胜。经过构思后，要打好“腹稿”，做到心中有数，临场不乱。

4. 语言要简练

即兴演讲要做到言简意赅。对渲染主题有用的话就说，与主题无关的话就坚决不说，切忌画蛇添足。

5. 表达要准确

即兴演讲时，表达一定要准确。如果表达不准确，或者说错了话，就会引起听众的反感或哄堂大笑。所以，即兴演讲的观点要准确，不能不负责任地信口开河。其表达的结果应该符合特定目的，切合特定语境。要做到表达准确，以达到预期的良好效果，即兴演讲应符合以下一般标准：

思维敏捷，反应迅速；立意明确，内容集中；
条理分明，逻辑严密；语势连贯，跌宕起伏；
用语规范，贴切易懂；适切语境，话语得体；
生动优美，诙谐幽默；委婉含蓄，蕴藉深邃；
把握时机，灵活善变；言语和谐，语气适宜。

6. 心绪要平静

即兴演讲时，演讲者如果是面对数以千计的听众，或面临高层次的上司时，未免有些紧张。有的人心理素质好，能够做到一边思考一边讲话；有些善于讲话的人，只要有个纲目，就可以流畅地讲话，做到纲举目张，侃侃而谈；而生活中不善言谈的人，由于缺乏锻炼，当众讲话就精神紧张，思维混乱，语无伦次。所以即兴演讲时，演讲者要稳定住自己的情绪，树立即兴发言要驾驭听众的信心。要培养自己良好的心理素质、健康的心态，克服恐惧、紧张的心理。即使在即兴演讲过程中出现口误或引起会场骚动等意外情况，演讲者也不要紧张，要采取订正或补充说明的措施，缓和会场气氛，努力消除尴尬局面。

7. 具备丰富的想象力和联想力

即兴演讲时，演讲者应该具备丰富的想象力和联想力。演讲者应该掌握由此事物考虑到另一事物的思维方法。即要从已知的经验、知识出发，运用自己丰富的想象力和联想力使思维超越时空界限，由此及彼，把彼此相似，相类、相反、

相矛盾或相关联事物连接起来，使演讲的内容更加丰富，更加吸引人。

下面是一位同学的即兴演讲，我们来对这次即兴演讲词进行简单的分析。

各位年轻的朋友：

大家好！

如果有人问你，什么是精彩？你会怎样回答？是战争年代的踊跃参军，20世纪80年代的文学热，还是90年代的出国热？对，它们都是精彩。每个时代有每个时代的精彩，每个时代也造就了不同的精彩，但无论怎样，精彩总是与青春紧紧相连。

记得走进大学的第一天，辅导员就告诉我们，老狼校园民谣里轻松自如的大学生生活在这个年代已经一去不复返了。90年代宣扬的“读书无用论”也早已被热火朝天的“考研”“考证”热吹得无影无踪。时代已经将新一代的青年推向了社会的最前沿。因此，要寻找属于这一代人的精彩。

为了活得精彩，要拥有目标和信念。目标是心头的一盏明灯，信念是鼓舞你向着目标迈进的力量源泉。目标可能缥缈，路途可能坎坷。然而只要确定一盏明灯，就能让你顺利地泅过危难的海洋！传说中的火凤凰，它迎着太阳飞翔，为的就是将自己的身体点燃，因为只有燃烧才能重生。这多少有一些悲壮，但又确是一幅壮美的画面。因为奋斗拼搏的过程无比精彩！

为了活得精彩，必须拥有知识和技能。知识是成功的基础，技能是实现成功的工具。人类步入21世纪，世界多极化，信息全球化，知识信息量在以百倍的速度递增。面对这样的现实，昔日象牙塔里轻松自在的场景早已不见，取而代之的是寻找精彩的一双双炽热的目光。社会将竞争的残酷带到了你的身边，从而也造就了新一代青年的自强和向上。有一句话说“机遇留给有所准备的人”，那么，年轻的朋友们，让我们早早准备。

为了活得精彩，还要有不断超越的精神。鲁迅先生曾说，“不满是向上的灵魂。”时代的进步使新事物以让人难以置信的速度发展。没什么铁饭碗，没什么保质期。无论什么时候，都必须以起跑线上的姿态去迎接挑战。只有不断地学习和提高，才能跟得上这个精彩的大时代。

永远究竟有多远？没有人知道。只是历史长河中的小小一滴水。然而，既然是青春的拥有者，就没有理由不为自己喝彩，没有理由不活得精彩！人人都将老去，但不是为了永远青春而来，而是为了感受不同的青春而来。从现在开始，让我们活得精彩！

谢谢大家！

【简评】

这篇即兴演讲内容具体扎实，条理清楚，主题明确，语言简洁，表达顺畅。演讲始

终围绕着大学生如何能活得精彩展开，演讲材料的组织非常合理。

从入学时辅导员的教导，到鲁迅先生的名言，都很好地证明了演讲者如何在大学活得精彩的论点。演讲者在表明观点时非常明确具体，清楚明晰，不吞吞吐吐，也不空洞无聊，很容易引起同龄人的共鸣。



训练设计

1. 测试你的性格

在普通心理学领域，性格是个性的一部分，性格和气质能力一起称为个性，性格是后天形成的。根据自己的实际情况完成下面 50 道测试题，并将得分相加，测试自己属于哪种性格。测试性格可以了解自己，进而不断地完善自己。这需要自我挑战的勇气及坚持不懈的毅力。

- (1) 与观点不同的人也能友好往来 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (2) 你读书较慢，力求完全看懂 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (3) 你做事较快，但较粗糙 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (4) 你经常分析自己、研究自己 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (5) 生气时，你总不加抑制地把怒气发泄出来 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (6) 在人多的场合你总是力求不引人注意 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (7) 你不喜欢写日记 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (8) 你待人总是很小心 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (9) 你是个不拘小节的人 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (10) 你不敢在众人面前发表演说 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (11) 你能够做好领导团体的工作 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (12) 你常会猜疑别人 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (13) 受到表扬后你会更努力地工作 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (14) 你希望过平静轻松的生活 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (15) 你从不考虑自己几年后的事情 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (16) 你常会一个人想入非非 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (17) 你喜欢经常变换工作 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (18) 你常常回忆自己过去的的生活 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (19) 你很喜欢参加集体娱乐活动 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (20) 你总是三思而后行 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (21) 使用金钱时你从不精打细算 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合

- (22) 你讨厌在工作时有人在旁边观看 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (23) 你始终以乐观的态度对待人生 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (24) 你总是独立思考、回答问题 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (25) 你不怕应付麻烦的事情 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (26) 对陌生人你从不轻易相信 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (27) 你几乎从不主动制订学习计划或工作计划 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (28) 你不善于结交朋友 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (29) 你的意见和观点常会发生变化 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (30) 你很注意交通安全 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (31) 你肚里有话藏不住,总想说出来 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (32) 你常有自卑感 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (33) 你不大会注意自己的服装是否整洁 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (34) 你很关心别人对你有什么看法 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (35) 和别人在一起时,你的话总比别人多 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (36) 你喜欢独自一个人在房内休息 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (37) 你的情绪很容易波动 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (38) 看到房间里杂乱无章,你就静不下心来 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (39) 遇到不懂的问题你就去问别人 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (40) 旁边若有说话声或广播声,你总无法静下心来学习 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (41) 你的口头表达能力还不错 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (42) 你是一个沉默寡言的人 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (43) 在一个新的环境里你很快就能熟悉了 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (44) 要你同陌生人打交道,你常感到为难 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (45) 常会过高地估计自己的能力 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (46) 遭到失败后你总是难以忘却 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (47) 你感到脚踏实地地干比探索理论原理更重要 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合
- (48) 你很注意同伴们的工作或学习成绩 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合

符合

(49) 比起读小说和看电影来,你更喜欢郊游和跳舞 ☐ 符合 ☐ 难以回答
☐ 不符合

(50) 买东西时,你常常犹豫不决 ☐ 符合 ☐ 难以回答 ☐ 不符合

测试结果对照表 6-1。

表 6-1 测试结果表

性向指数	0 ~ 19	20 ~ 39	40 ~ 59	60 ~ 79	80 ~ 100
性格倾向	内向	偏内向	中间型 (混合型)	偏外向	外向

单号题:符合 2 分;难以回答 1 分;不符合 0 分。

双号题:符合 0 分;难以回答 1 分;不符合 2 分。

外向:具有较高的反应性和主动性。脾气暴躁、不稳重、好挑衅,但性格直率、精力旺盛;能以极大的热情工作,并克服前进道路上的障碍,但有时会缺乏耐心;当困难太大而需要特别努力时,偶尔会显得意志消沉,心灰意懒;可塑性相对较差,但兴趣较稳定。

偏外向:会对一切吸引他注意的东西,做出主动的、兴致勃勃的反应;行动敏捷,有高度的可塑性;容易适应新环境,善于结交新朋友;易动感情,姿态活泼、表情生动,言语具有感染力;精力充沛、坚定、有毅力。但在平凡和持久的工作中,热情易消退,表现出萎靡不振。

偏内向:不易动感情,感情也不易外露,态度持重、交际适度,对自己的行为有自制力;心理反应缓慢,遇事不慌不忙;可塑性差,不灵活但有条理,对事物能保持冷静持久的态度;因循守旧,缺乏创新精神,对外界的影响很少做出反应。

内向:具有较高的感受性和较低的敏感性,心理反应速度较慢,动作迟钝,说话慢慢吞吞;多愁善感,易动情感;不善于与人交往,在困难面前优柔寡断,在危险面前表现出恐惧和畏缩,在受挫折以后常心神不安,不能迅速地转向新的工作,主动性较差;不能把事情坚持到底;但是富于想象力,比较聪明,对力所能及的事情表现出较大的韧性,并能克服重重困难。

2. 临场快速反应能力训练

下面列举出几个场景片段,请你在 30 秒内将场景补充完整,并改善场景中的不利局面。

方法:通过对情景的阅读,将自己置身其中,利用语言的魅力巧妙地改变不利局面。这种训练有助于培养自己的想象力及对突发事件的处理能力,使自己更容易融入团队,并给别人留下良好的印象。

情景 1：你正在兴致勃勃地议论某人时，他突然走了进来。这时你会：

情景 2：你一向认为自己的球技不错，并且曾经说过“我的反手球如何出色”之类的话。有一天你到网球场打球，有一位女士对你的夸口表示怀疑并向你提出挑战。在她和别人的比赛中，你发现她真是一个劲敌，你甚至没有看清她击球的手法。这时你会：

情景 3：你和朋友聚在一起谈天说地。话题转到了某一作家最新的一部小说，而你却偏偏对现代文学不感兴趣，而且也没有读过这部小说。但是你又不甘心只做一个局外人。这时你会：

情景 4：你准备了规模较大的聚会。客人到齐后你要介绍他们相互认识，可是你一时想不起其中一位的名字。这时你会：

情景 5：你被邀请参加一个聚会。你误认为将出席正式场合，所以穿得特别隆重。可是到那儿一看，其他人穿的却是绒线套衫和长裤。相比之下你漂亮的夜礼服、考究的披肩、细细的高跟鞋却和那里的气氛格格不入。这时你会：

6.2 即兴演讲技巧

思维的浅陋让我们的语言变得粗俗而有失精准；
语言的随意凌乱，又使我们更易于产生浅薄的思想。

——乔治·奥威尔

6.2.1 如何确定即兴演讲的主题

主题是即兴演讲最主要、最关键的内容，是整个表达的根本依据。演讲中的每一个层次、每一个段落、每一句话语，甚至每一个词都反映一个意思，而这些意思，又都被统率主题之下。主题一旦确定，便为材料的增删取舍创造了条件。表达的主题要有鲜明性、唯一性和凝缩性等特点。因此，即兴演讲时要及时提炼出正确而健康、深刻而新颖、典型而突出的主题。下面介绍四种常用的提炼主题的方式。

1. 临场触发式

所谓临场触发式，就是着眼于临场中的某一客观实物的特点与本质，并由此进行主观任意的联想，立即闪现出一种不平常的情绪，然后把它表之于外。如有一位演讲者这样开始他的演讲：“看到刚才这个演讲者做了一个双手合十的动作，我不禁想起了我们的佛教，想起了佛教历史的源远流长……”

2. 胚芽孕育式

当我们置身于一些演讲会、座谈会、迎送会等场合时，常常受到当时气氛的影响，看到别人滔滔不绝、侃侃而谈，自己也想说几句。而怎么说呢？主要从别人的表达过程中找到话题，孕育主题。这就是胚芽孕育式。这种方式要新颖独特，发人之未发，言人之未言。在别人的表达中萌发一个新的观点，才能收到良好的效果。

3. 问题凝练式

问题是主题形成的摇篮。在许多情况下，没有问题，就不能提炼主题。在一些公共场合，别人都说了几句，而自己正襟危坐，怎么办？此时金口不开不行。于是向自己提出一连串的问题：怎么办？说什么？怎么说？……有价值的主题往往就产生于有价值的问题之中。

4. 角度更新式

对同一个问题，从不同的方面去表达，使之角度翻新，表达出众。比如同时

以“小草”为题进行即兴演讲，平常者可能立足于“小草默默无闻，造福人类”这一角度进行表述；而灵变者则想到“小草逆来顺受，软弱无能，不思反抗等特征”，即兴演讲，别有一番风采。

6.2.2 如何确定即兴演讲的整体布局

即兴演讲要特别注意结构的整体布局。即把握好表达的内部组织构造。简单地说，整体布局主要是考虑表达的主体材料放在何处？次要材料放在哪里？要讲几个部分？是按时间顺序，还是空间顺序表达？是先总说后分说，还是先分说后总说？是递进式还是并列式？以及怎样开头，怎样结尾，怎样过渡？

整体布局要考虑主题的要求与材料的储备情况，要完整、严密、自然、生动，不可太死板，人云亦云，缺少变化。

整体布局可采取以下四种方式。

1. 纵式

即兴演讲所要表达的开头、中间和结尾三个层次的内容，如果是有时间先后紧密衔接的关系，可以运用纵式结构。这是一种便于表达的结构方式，即兴述说一则故事、经历等均可采用。

2. 横式

即兴演讲横式布局是把若干地位大致相等的事物或问题，或同一事物或问题中并列的类别或侧面排列在一起而形成的一种结构方式。

3. 总分式

即兴演讲所要表达的开头和结尾有一处与中间层次具有总体与局部、整体与个别或一般与特殊的关系，这种即兴表达结构属于总分式。运用总分式时可以采用先总后分、先分后总、前后总中间分的方式。

4. 递进式

递进式是指将表达中两个以上的层次排列成从浅到深、从低到高、从小到大、从轻到重层层递进的方式。它被广泛运用于即兴演讲中。革命导师恩格斯的著名演讲《在马克思墓前的讲话》就是运用递进式一步步地推出主题，表达情感的。

6.2.3 即兴演讲如何选材

即兴演讲时，主题及布局确定后，快速选材与组材显得更为艰难与重要。反映主题，没有材料不行，选材不当也不行。从内容角度来说，材料可分为客观性材料与主观性材料。客观性材料即客观事实，带有实体性。它包括具体的事件、人物、景物、器具、数据等；主观性材料，即人们的认识与观点，带有观念性，包括理论、常识、看法、想法等。根据即兴演讲的特点，选材时要注意具体性、

客观性与可行性，尽量选取具有明显个性、高度概括、客观实在、灵活生动的材料。

即兴演讲以精短为妙，因此，选材时要做到少而精，短而严，从切题、典型、新颖等方面考虑材料取舍。

选材的方法很多，下面介绍两种常用的技法。

1. 摘取法

摘取法是从相对独立完整的某则材料中，选用一点或几点与主题有关的只言片语的一种方法。它可以引用被摘取内容的原文或取其原意，对于选用的原文或原意进行概括或压缩，这种方式主要运用于即兴表达的叙述或议论中。由于是即兴所取，很难全面清晰地记清原文，运用时要灵活点，可采用“记得某人说过”或“曾在某书上读到过”等话概括。

2. 截取法

这是一种从一则相对独立完整的总体或整体材料中选用某一方面材料的方法。截取法分为纵截法与横截法。前者是从具有较完整的事物材料中，取用其形成过程中某一阶段的材料；后者是指从事物总体或整体中并列存在的多个侧面里选用其某一方面的材料。

除以上两种方法之外还可从即兴演讲的场合里找话题。例如，闻一多先生在一次纪念“五四”运动学生夜间集会上发表了即兴演讲，他借助了当时的场景，说：“我们的会开得很成功！朋友们，你们看（他指着刚从云缝里钻出来的月亮）月亮升起来了，黑暗过去了，光明在望了，但是，乌云还等在旁边，随时还会把月亮盖住……”闻先生借景发挥，深刻而形象地表达了革命者对前途的坚定信念和对形势的清醒认识。即兴演讲也可以从听众身上、其他演讲者身上进行选材等。无论是哪种选材方式都要做到为主题服务，只有能突出主题的材料才是有价值的材料。

6.2.4 如何在即兴演讲中使用口语

1860年，林肯竞选总统时发表了下面一段风趣幽默的竞选词。

有人打电话问我有多少银子，我告诉他们我是一个穷棒子。我有一位妻子和儿子，他们才是我的无价银子。我租了一间房子，房子里有一张桌子和三把椅子。墙角一个柜子，柜子里的书值得我读一辈子。我的脸又瘦又长且长满胡子，我不会发福而挺着大肚子，我没有什么可以庇荫的伞，唯一可以依靠的是你们！

这段话类似于一首百子歌，通俗易懂，生动浅显。1861年至1865年的美国南北战争期间，伦敦的《星期六评论报》告诉读者：“美国人民有一个十分优越的条件，就是他们现在的总统不仅是一位可敬的国家元首，还是全国第一位爱开

玩笑的人。”

即兴演讲时要多用贴近人民现实生活的自然轻快、通俗易懂的口语，如多选用儿化名词、象声词、叠音词、语气词、民谚、歇后语等。可以通过下列方法使表达口语化：

少用文言词，多用现代词汇；少用方言词，多用通用词汇；
少用书面语，多用口语词汇；少用抽象语，多用形象词汇；
少用学术语，多用普通词汇；少用连接词，多用动态词汇；
少用成语，多用俗语。

但是，在即兴演讲时，要多用通俗易懂的口语并不代表在演讲中口语运用得越多越好。要想使你的即兴演讲能引起听众注意，求得听众共鸣，最要紧的是语言字字闪光，句句有力。虽然不能像机关炮，扫射得听众头冒金星，丈二金刚摸不到头，但也不能言语拖沓，表达紊乱，口头禅充斥全篇。

口语中常见的口头禅比如：“好像”“也许”“说不定”“大概”“大约”“或许是”“反正吧”“太那个了”“怎么说呢”“这个”“那个”“那么”“就是”“是不是”“对不对”“嗯”“啊”“吧”“好吗”“行吗”“我觉得”等。

这些口头禅会削弱表达的效果，影响听众的情绪。口头禅会使个别语句反复出现，破坏语言结构，使语言断断续续，前后不连贯；每一次口头禅的出现，等于一次切割，把整个过程切得支离破碎，给人以断续、离散之感。口头禅是一种相似的模式，令听众觉得平淡、枯燥。有人把口头禅比喻为“语言的肿瘤”是有道理的，尤其是一些“粗乱差”口头禅更是要彻底根除。

口头禅形成的主要原因是词语偏用、语汇贫乏、习惯模仿等。我们既然认识到了口头禅的坏处，就要努力戒掉口头禅。而这只有通过演讲者不断训练自己，通过提高文学修养，扩大词汇量，改正不良语言习惯等多方面的努力，才能达到理想的效果。罗马不是一天建成的，口头禅也不是一天能够戒掉的。但是，只要我们坚持不懈，就一定会到达成功的彼岸。

6.2.5 如何使即兴演讲内容更具吸引力

即兴演讲时，演讲者面向听众，不能以“我讲你听”的态度来体现，这样难免会把演讲者与听众对立起来，使听众与演讲者之间有一道不可逾越的鸿沟。而应刻意把与听众的距离拉近些，以期达到心理相容。这样，听众更乐于听演讲者讲话，演讲也更容易取得成功。可以说一次成功的演讲与听众的配合是分不开的。

即兴演讲仅仅靠拉近和听众的距离是不够的，还要让演讲的内容更加丰富，更具有吸引力。那么，如何才能做到让演讲更加丰富、饱满，富有生命力和感染力呢？下面介绍两种常用的方法。

1. 让数字为即兴演讲增辉

在古今中外的诸多言语表达中，一个个、一串串、一组组的数字在其中发挥着奇妙的作用。这不仅取决于数字的清楚、明白，也取决于数字说服力强、表达准确，还取决于数字运用于广泛的领域，很少受时空、形式等外界因素的限制，可以纵比也可以横比。数字宛如一颗颗晶莹透明的星座，散发着奇异的魅力。

目前，我国的教育状况还远远落后于四化建设的需要。资料告诉我们：我国每一万人口中，能跻身于大学这个高等学府的仅13人，在同样的人口，美国有512人，日本有207人，就连印度也有51人。不仅如此，在一万人口中，我们还有两千多个文盲、半文盲。

在这段话中出现了7处数字，很清楚地表达了教育事业的落后，告诉人们应该重视教育，重视人才。

数字运用要准确、精当，不能含混、模糊，也不能想当然。不用“大致”“大约”“可能”“好像是”等。请看下面例句。

“他是一个清贫的平凡者，他家里的整个现代化家当听人说只有三件：一台九英寸的黑白电视机，一台半导体收音机，一台单桶洗衣机。”

其中的“听人说”大大削弱了数字的力度。

运用数字时，应尽量对数字进行形象性的解释，帮助听众进行感性的思维和理解。请看下面例句。

在兽性发作的一个多月中，日本侵略军在南京屠杀了30多万中国人！30多万个人排起来，可以从杭州连到南京！30万个人的肉体，能堆成两座37层高的金陵饭店！30多万人的血，有1200多吨重！

与口语的应用相同，在即兴演讲时，数字运用要简洁、精巧，不要太滥、太泛。如果数字用过头，演讲内容会偏于枯燥，不但不好记还容易产生听觉错误，过犹不及就是这个道理。

2. 在即兴演讲中适当引入故事和笑话

故事和笑话情节离奇、人物鲜明、意义深远、俏皮风趣。即兴演讲时恰当地运用故事和笑话会令听众开心的同时得到启示，在轻松愉快的气氛中把演讲推向高潮。

如在一次推广普通话的即兴演讲中，有一位演讲者采用了一则笑话作为开头。

有一位武汉人到北京采购物品，这位采购员普通话说得不利索。来到商店，他看到柜台里有一种小水壶。武汉人发“小水壶”声音有点像北京音的“小媳妇儿”，而“小媳妇儿”在北京语中如果用来对未婚女性则显得不文明，售货员正好是一位年轻的姑娘。采购员问道：“同志啊，你这个小水壶多少钱一个啊？”售

货员听成“你这个小媳妇多少钱一个?”很不高兴,又不好发作,瞪了采购员一眼。采购员纳闷,以为对方没听清,又大声问了一声。售货员愤怒至极,大声回敬:“流氓!”采购员听成“六毛”,高兴得不得了。这时其他柜台的售货员以为这边发生了什么事,都围了过来。看到这样物美价廉的小水壶,采购员手舞足蹈,大声呼喊:“太好了,太好了,你们这些小水壶我要啦!”闹得姑娘们群起而攻之。

这就是方言形成的笑话,这就是方言造成的尴尬,这就是方言产生的结果。方言阻碍了交流,方言产生了误会,方言影响了交际,大家说要不要消除方言,学好普通话?

下面掌声雷动,为这次成功的演讲奠定了坚实的听众基础。

即兴演讲时,运用笑话、故事是一个很好的方法。表达时要轻松地去体现,配以微笑、点头,表现出真情实感;要用清楚而贴切的语言,不要装腔作势;要正视听众,求得共鸣;讲之前不要忙作言过其实的应允或卑人的谦逊,过高或过低的估计都会使听众反感。在运用笑话时还要特别注重场合,一些特定的场合是不宜讲笑话的。在有些场合讲笑话不但不会使演讲成功,还会起到反效果。这一点需要特别注意。

即兴演讲的技巧还有很多,比如如何开头,如何结尾,如何和听众进行情感的沟通,如何用声音去感染听众,如何运用体态语和道具给演讲加分,如何在演讲中设置高潮,如何在演讲中运用多种修辞方法等。

总之,不论是命题演讲还是即兴演讲都是演讲方式的一种,虽然各有各的特点和适用范围,但并无彼重此轻之分,更无不可逾越的鸿沟。所以,演讲学习者切勿急功近利、好高骛远,认为命题演讲是念稿子或背稿子、装样子,是人人皆可为的没水平的表现;而即兴演讲才能体现一个人的真实口才,所以一味追求即兴演讲而竭力否定命题演讲,初登讲台就毫无准备或只拿个简单的提纲就“即兴演讲”一通,渴望出口成章、一鸣惊人,结果往往是语无伦次、纰漏百出。无论哪种演讲形式,要想取得理想的效果都与演讲者平时的努力训练不可分离。俗话说:“没有耕耘就没有收获。”世界上没有一蹴而就的成功。因此,演讲者想获得良好的演讲效果,除了坚持不懈、刻苦训练、努力培养自己的演讲能力之外,别无他法。



训练设计

1. 指出下面两段演讲中存在的问题,并加以改正

方法:根据即兴演讲中对语言的要求,找出这段话中表述不当的部分,并遵

循演讲的原则对其进行改正。力求做到语言生动、富有感染力并具有一定的个人风格。

“……我们已近而立之年，倘不好自为之，且不说能否找到人生幸福的支点，就说如此颓废懈怠，消磨时日，现代化能指日可待吗？放眼世界，时代的洪流滚滚向前，神州大地一派生机，多少个陈景润在夜以继日地攻克科学难关，多少个柳传志在费尽心机使企业摆脱困境，多少海外学子回到祖国怀抱为国效力，多少条铁路公路向远方延伸，又有多少个楼群建筑巍然崛起！啊！在这样一派大好形势下，我辈岂能无动于衷作壁上观？让我们都扬起那理想的风帆，让信念的旗帜迎风飘扬，向那光辉的彼岸前进吧！”

有人说，现在是一个看脸的时代。长得美或者帅的人都是有先天优势的。但是，美的评价标准是什么？不同人可能有不同的看法。我给大家举个例子：邹忌修八尺有余，而形貌昳丽。朝服衣冠，窥镜，谓其妻曰：“我孰与城北徐公美？”其妻曰：“君美甚，徐公何能及君也？”城北徐公，齐国之美丽者也。忌不自信……旦日，客从外来，与坐谈，问之客曰：“吾与徐公孰美？”客曰：“徐公不若君之美也。”这说明什么呢？

2. 即兴演讲训练

方法：每6个人组成一个团队，并选出一名队长。团队中的每个人都要负责拟定一个即兴演讲的主题或者场景，并将其写在纸上，交给队长保管。队长需对字条进行随机编号（如数字1~6或字母A~G，编号不能重复）。准备就绪后每个队员需依次从队长手中抽取一个编号，编号中的内容即为你应准备的即兴演讲题目（最后剩余的编号属于队长）。每个人的准备时间为1分钟。准备时间结束后，小组成员依次开始进行即兴演讲训练，除演讲者外，其他5人负责完成下面的演讲记录。当6人演讲均完成后，完成团队即兴演讲评价表（表6-2）和个人评价表（表6-3）。

表 6-2 团队即兴演讲评价表

演讲者姓名					
即兴演讲题目					
仪表（10 分）					
肢体语言运用（10 分）					
语言规范（20 分）					
演讲主题突出（30 分）					
内容生动富有感染力（30 分）					
总分					

个人总结

审题：

演讲内容及结构：

对听众心理的了解：

技巧的运用及把握：

存在不足及改进方案：

表 6-3 个人评价表

仪表（10 分）	肢体语言运用（10 分）	语言规范（20 分）	演讲主题突出（30 分）	内容生动富有感染力（30 分）	总分