# 最新口才演讲培训需要资质 演讲与口才培训(通用13篇)

作者：心灵驿站 更新时间：2024-01-23

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。口才演讲培训需要资质篇一 即兴演讲在个人生活和职业生涯中都具有重要意义，在这些场*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**口才演讲培训需要资质篇一**

即兴演讲在个人生活和职业生涯中都具有重要意义，在这些场合事情往往突发，你没有充分的准备时间。但如果按照以下规则和方法去做，你的演讲定能胜人一筹，因为它是独一无二的孤本。即兴演讲包括，告别、就职(为自己、或为别人)、授予荣誉、落成典礼、周年庆典、聚会演讲等。

对于演讲者和听众来说，没有什么比一场无准备的演讲更糟糕。如果你无法准备，那么你就应该态度坚定地拒绝演讲。你一定要以某种方式尽可能地拖延时间，以便能够进行准备。你最好找一个安静的地方，或者不乘电梯，步行上电梯，或者再返回去一次，去取你假定忘带的东西，以拖延时间。

不要用缘由来开头，如果用不言而喻的事情来开头，听众一定会觉得无聊;

使用直接引语和现在时，“请你设想，您现在……”同时尽可能运用新的、还未过时的，并且尚未被人所知的名言，当然如果那些名言源自于听众圈的正面言论，或出席者和杰出人物的历史过去，就再好不过了。

和所有演讲一样，即兴演讲也由导语、主体、结尾三部分组成。然而你可以改变一种方式来操作，其架构为，昨天、今天和明天。

昨天部分：回想一下过去，也就是“昨天”，你可以在那里找到演讲开头，以下问题对你将有所帮助：某事从何时开始?怎样得到这一机会?对此你等待了多久?当时情况是否能够预见?你是如何认识某人的?这样你便回到了过去，你可以就过去的某一事件做出相应评价。不要忘记——这里正是非常适宜的时机，利用直接引语能使演讲变得多滋多味。

今天部分：现在你就进入到演讲原本的动机中去了(开业、升职、周年庆典或类似事由)此部分通常比较简短。当前，与过去和未来相比，毕竟只是很短暂的一瞬间。当你针对某个人做演讲时，切忌不要言过其实，大肆夸张。即便你对那人的赞颂理由充分、公正合理，他也很快会对此感到别扭、不自然，甚至十分尴尬。

明天部分：在这一部分，你应该就近期或远期展望一下未来。一般来说，在演讲的最后提出愿望。然而，如何最适当地表达你的愿望呢?你要搭建起一座从过去通向未来的桥梁。你应该祝愿未来也能像过去所经历的某些事情一样顺利，希望它能够顺利继续下去。然而在这里人们常常犯下一个致命错误，祝愿“万事如意”，这形同虚设，在这个世界上没有人能够奢望“万事如意”，这也不切实际，根本不可能实现。与此相比，表达某种有所针对的`、较为特别的愿望会显得更加亲切和人性化。你无需祝愿“万事”只要表达对仅此一件，但却十分恰当的事的良好祝愿，就能够达成与祝愿对象之间的友好联系。

此外，表达祝愿的言语不应该是空洞的套话，无论何时何地，针对何人都不能生搬硬套，否则就违背了前面所讲的第三条法则，“尽可能个性化(独特的)和人性化(有感情的)”，如果你能将这条基本法则牢记于心，那么你对某个生日的寿星的祝愿肯定是最精彩的，因为它是一份独一无二的礼物。

注意事项：不过一旦从昨天过渡到今天或明天之后，就不能重新再回到今天或昨天，否则必定会打乱演讲架构的逻辑性。

-->[\_TAG\_h3]口才演讲培训需要资质篇二

第一段：引言（100字）

作为现代社会人才的必备素质之一，口才在个人成长和职场发展中起着至关重要的作用。为了提升自己的沟通能力和演讲技巧，我参加了一次口才演讲培训。通过训练，我深刻体会到了口才对一个个体而言的重要性，同时也认识到了演讲的艺术和技巧。在此，我将分享我在培训中的心得体会。

第二段：提升自信，展现亮点（300字）

通过培训，我逐渐认识到了自信在演讲中的重要性。自信是成功演讲的基石，它能够帮助演讲者以积极的态度面对观众，充分展现自己的实力和魅力。在培训过程中，我们进行了许多个人演讲的练习，每次演讲后，培训师都会给出针对性的建议和指导。在他们的帮助下，我的自信心得到了提升，我开始能够自如地面对观众，展现出自己的亮点。

第三段：逻辑思维，条理清晰（300字）

良好的演讲应当具备清晰的逻辑思维和条理性，这对于演讲者和观众都至关重要。通过培训，我学会了如何对演讲主题进行构思，并将思路清晰地表达出来。我们通过分析经典演讲的结构和技巧，学会了使用开场白、主题句和逻辑顺序来搭建一个完整的演讲框架。这种训练不仅提升了我们的演讲技巧，还培养了我们的逻辑思维能力，在其他领域中同样有着很大的帮助。

第四段：感染力与表达力（300字）

作为一名演讲者，能够感染观众是非常重要的。感染力的提升来自于对情感的表达，通过训练，我学会了如何在演讲中恰当地运用语言和肢体语言，来触动观众的内心。我们学会了如何运用声音的音调和节奏，来渲染情感，使观众更好地理解和接受演讲内容。此外，表情和姿势的运用也是提升感染力的关键要素。通过模拟演讲情境，在师傅们的指导下，我的感染力和表达力得到了极大的提升。

第五段：应用与展望（200字）

通过这次培训，我不仅学到了许多演讲技巧，更重要的是明白了口才对于个人和职业发展的重要性。在未来，我将继续坚持锻炼口才，不断提升自己的演讲能力。我希望能够应用所学，更好地在工作和生活中与他人进行沟通交流，并能够为我的观众带来更多的感动和启发。我也鼓励身边的朋友们积极参加口才培训，提升自身能力，让人生更加精彩。

总结：（100字）

通过口才演讲培训，我不仅提升了自信和表达能力，更全面地了解了演讲艺术和技巧。我深刻体会到了好的口才对个人和职业发展的重要性。对于语言沟通的改善和逻辑思维的提升，更加有利于我们在现实生活中更好地表达自己，实现自身价值。在未来的道路上，我将不断追求进步，不断提升口才水平，为自己和他人带来更多的价值和帮助。

**口才演讲培训需要资质篇三**

各位同学、今晚的辩论赛即将开始.

有请队员入场.

首先入场的是正方 \*\*\* ,他们的立场是 \*\*\* .他们的辩手是:……

现在入场的是反方 \*\*\* ,他们的立场是 \*\*\* .他们的辩手是:……

今天晚上,我们举行的是:\*\*\*\*辩论赛 ,欢迎各位辩手和同学们的到来，希望双方在今晚的比赛中都有出色的表现。

让我们用热烈的掌声请出今晚到场的评委,他们是:……

感谢各位评委的到来，今晚的辩题是“ .”我们有人说” .”也有人说:” .”谁是谁非呢.台下的同学想必早已经如饥似渴.再看台上的辩手,哈,也早已磨刀霍霍了.

1.好，我们进入比赛的第一部分，立论阶段，看双方如何摆开阵势(介绍规则，时间)有请正方立论…….

恩，正方x辩真是激情满怀，下面有请反方辩手进行立论……..

2.好，看来双方战略以定，接下来进入我们的盘问阶段……..

3.双方真可谓是兵来将挡，运筹帷幄，精彩的盘论过后，下面进入我们的`驳论阶段…….

4.看来双方真是不分上下，寸不不让埃现在到了现场提问的时间了，大家要把握机会碍…..

5.感谢观众的提问，看来万事具备，东风又来，该是短兵相接了，再进入我们最精彩的自由答辩吧…….

6.好一场精彩而又激烈的答辩，双方各不示弱，气势逼人啊，那就赶快进入我们最后的总结陈辞阶段吧，看双方如何乘胜追击，保住胜果，还是卧薪尝胆，卷土重来，反败为胜…….

7.好了，本场比赛也快结束了，谁胜谁负呢，评委自有公决，现在请评委退场

8.现在是观众提问时间，任何观众对任何辩手最多可以提一个问题，还不赶快行动……

9.好，观众提问就到这里。现在请xx老师为本场比赛点评

10.结果出来了，谁胜谁负这个答案已在我的手上了，大家说谁获胜了呢……看来大家还是唯我独尊，没有大公无私的精神埃看来大家的团队精神值得表扬。现在我宣布比赛结果，本次的优秀辩手是….获胜的是…好本场比赛到此结束。请同学们细心留意我们的海报，不要错过下场比赛哦。

各位同学、今晚的辩论赛即将开始.

有请队员入场.

首先入场的是正方 \*\*\* ,他们的立场是 \*\*\* .他们的辩手是:……

现在入场的是反方 \*\*\* ,他们的立场是 \*\*\* .他们的辩手是:……

今天晚上,我们举行的是:\*\*\*\*辩论赛 ,欢迎各位辩手和同学们的到来，希望双方在今晚的比赛中都有出色的表现。

让我们用热烈的掌声请出今晚到场的评委,他们是:……

感谢各位评委的到来，今晚的辩题是“ .”我们有人说” .”也有人说:” .”谁是谁非呢.台下的同学想必早已经如饥似渴.再看台上的辩手,哈,也早已磨刀霍霍了.

1.好，我们进入比赛的第一部分，立论阶段，看双方如何摆开阵势(介绍规则，时间)有请正方立论…….

恩，正方x辩真是激情满怀，下面有请反方辩手进行立论……..

2.好，看来双方战略以定，接下来进入我们的盘问阶段……..

3.双方真可谓是兵来将挡，运筹帷幄，精彩的盘论过后，下面进入我们的驳论阶段…….

4.看来双方真是不分上下，寸不不让埃现在到了现场提问的时间了，大家要把握机会碍…..

5.感谢观众的提问，看来万事具备，东风又来，该是短兵相接了，再进入我们最精彩的自由答辩吧…….

6.好一场精彩而又激烈的答辩，双方各不示弱，气势逼人啊，那就赶快进入我们最后的总结陈辞阶段吧，看双方如何乘胜追击，保住胜果，还是卧薪尝胆，卷土重来，反败为胜…….

7.好了，本场比赛也快结束了，谁胜谁负呢，评委自有公决，现在请评委退场

8.现在是观众提问时间，任何观众对任何辩手最多可以提一个问题，还不赶快行动……

9.好，观众提问就到这里。现在请xx老师为本场比赛点评

10.结果出来了，谁胜谁负这个答案已在我的手上了，大家说谁获胜了呢……看来大家还是唯我独尊，没有大公无私的精神埃看来大家的团队精神值得表扬。现在我宣布比赛结果，本次的优秀辩手是….获胜的是…好本场比赛到此结束。请同学们细心留意我们的海报，不要错过下场比赛哦。

-->[\_TAG\_h3]口才演讲培训需要资质篇四

第一段：引言（总结整体体会）

参加口才演讲培训是我人生中一次很有收获的经历。通过这段时间的学习和实践，我深刻体会到了口才对于个人发展的重要性，并且收获了提升自己口才能力的宝贵经验和方法。在这篇文章中，我将总结一下我在口才演讲培训中的心得和体会。

第二段：口才演讲培训的重要性

口才是一个人综合素质的重要体现，它不仅在个人生活中起到重要作用，而且对于职场发展也拥有极大影响。通过参加口才演讲培训，我认识到掌握良好的口才技巧可以帮助我更好地表达自己的想法和观点，同时也能增强自信心和人际交往能力。这对于提升个人的人生机会和职业竞争力非常重要。

第三段：口才演讲培训的收获

在参加口才演讲培训的过程中，我学到了很多提升口才能力的技巧和方法。首先，需要熟练掌握各种口才技巧，比如正确的发音、清晰的语速和声音的节奏等。其次，要学会利用语言的魅力来打动观众，并且学会如何将自己的观点有条理地表达出来。此外，培训还提供了很多实践机会，例如模拟演讲和小组讨论等，这些活动锻炼了我在公众场合中的表达能力和应变能力。

第四段：口才演讲培训的意义

通过口才演讲培训，我意识到口才的重要性不仅局限于演讲场合，而是贯穿于生活的方方面面。在与家人朋友的交流中，我发现通过巧妙运用口才技巧，可以更好地传递信息、增进感情。在职场中，良好的口才能力能够使我更好地与同事合作、与领导沟通，并给予客户、合作伙伴等更好的印象，这有助于我更好地实现个人职业目标。同时，口才演讲培训培养了我的思辨能力和问题解决能力，使我能够更好地理解和分析问题，并做出有说服力的论证。

第五段：结语

通过这段时间的口才演讲培训，我不仅获得了提升口才能力的技巧和方法，也深刻认识到了口才对于个人发展的重要性。在今后的学习和工作中，我将更加注重提升自己的口才能力，并将所学所得运用到实践中。我相信，通过持续的努力和实践，我在口才方面的能力一定会不断提升，为我个人的成长和发展打下坚实的基础。总结这次培训，我深感受益匪浅，收获颇丰。

**口才演讲培训需要资质篇五**

演讲稿是一种实用性比较强的文体。是为演讲准备的书面材料。

那么，什么是演讲呢?演讲是在公众面前就某一问题发表自己的见解的口头语言活动它的特点是：第一，它是在人与人之间进行的;第二，它有一定的时间性;第三，它是为了阐述某一问题或整理而开展的;第四，它带有一定的鼓动性和说服性。像演讲比赛、典礼致辞、会议发言、学术讲座、科研报告、竞选演说、就职演说、法庭陈述等，都带有演讲的性质。演讲稿是演讲用的文稿，也是演讲的依据。它是为演讲服务的，是体现在书面上的讲话材料。演讲有内容、目的的不同，演讲稿也具有不同的形态，有报导、有说明、有论辩、有答谢等。总的来说，它的特征可以概括如下：

1、内容上的现实性

演讲稿是为了说明一定的观点和态度的。这个观点和态度一定要与现实生活紧密相关。它讨论的应该是现实生活中存在的并为人们所关心的问题。它的观点要来自身边的生活或学习，材料也是如此。它得是真实可信，是为了解决身边的问题而提出和讨论的。

2、情感上的说服性

演讲的目的\'和作用就在于打动听众，使听者对讲话者的观点或态度产生认可或同情。演讲稿作为这种具有特定目的的讲话稿，一定要具有说服力和感染力。很多著名的政治家都是很好的演讲者，他们往往借肋于自己出色的演讲，为自己的政治斗争铺路。

3、特定情景性

演讲稿是为演讲服务的，不同的演讲有不同的目的、情绪，有不同的场合和不同的听众，这些构成演讲的情景，演讲稿的写作要与这些特定情景相适应。

4、口语化

演讲稿的最终目的是用于讲话，所以，它是有声语言，是书面化的口语。因此，演讲稿要“上口”、“入耳”，它一方面是把口头语言变为书面语言，即化声音为文字，起到规范文字、有助演讲的作用;另一方面，演讲稿要把较为正规严肃的书面语言转化为易听易明的口语，以便演讲。同时，演讲稿的语言应适应演讲人的讲话习惯，同演讲者的自然讲话节奏一致。

演讲稿对于演讲都有哪些作用呢?主要体现在以下几方面：(1)整理演讲者的思路、提示演讲的内容、限定演讲的速度;(2)引导听众，使听众能更好地理解演讲的内容;(3)通过对语言的推究提高语言的表现力，增强语言的感染力。

由于演讲稿具有以上的特征和作用，它在写作方法上也有一定方法可循。

1、演讲稿的结构。演讲稿的结构通常包括开场白、正文、结尾三部分。

开场白是演讲稿中很重要的部分。好的开场白能够紧紧地抓住听众的注意力，为整场演讲的成功打下基矗常用的开场白有点明主题、交代背景、提出问题等。不论哪种开场白，目的都是使听众立即了解演讲主题、引入正文、引起思考等。

演讲稿的正文也是整篇演讲的主体。主体必须有重点、有层次、有中心语句。演讲主体的层次安排可按时间或空间顺序排列，也可以平行并列、正反对比、逐层深入。由于演讲材料是通过口头表达的，为了便于听众理解，各段落应上下连贯，段与段之间有适当的过渡和照应。

结尾是演讲内容的收束。它起着深化主题的作用。结尾的方法有归纳法、引文法、反问法等。归纳法是概括一篇演讲的中心思想，总结强调主要观点;引文法则是引用名言警句，升华主题、留下思考;反问法是以问句引发听众思考和对演讲者观点的认同。此外，演讲稿的结尾也可以用感谢、展望、鼓舞等语句作结，使演讲能自然收束，给人留下深刻印象。

大多数演讲稿如同一篇议论文，有主要观点，有对主要观点的论证。一篇演讲稿最好只有一个主题，这是由演讲稿的特定情景性和时间性所决定的。在一个有限的时间段内，完全借助于语言、手势等向听众讲明一个问题或道理，同时又要说服听众，就要求在写作演讲稿时一定要突出主题、观点鲜明。

主题选定了，还要收集相应的材料对之进行论证。材料的选择要通俗，要选择大多数人都知道的、听得懂的，而不能选择太生僻的、很少有人知道的。因为演讲一即时表演，听众没有时间去验证或查找这些材料的内容或是出处。因此，在准备演讲稿之前首先要了解听众的情况：他们是些什么人，他们的思想状况、文化程度、职业状况如何，他们所关心的问题是什么，等等。掌握了听众的特征和心理，在此基础上恰当地选择材料，组织材料，是演讲成功的必要条件。

-->[\_TAG\_h3]口才演讲培训需要资质篇六

我开始我的演讲内容之前，我想先向大家介绍一个事例。1988年，一批“洋垃圾”被抛弃在海地，成为美国向第三世界转嫁废物的一大要案。同时，美国又多次向南非、孟加拉、印度、中国等国家转嫁危险废物，造成数名工人因为没有防毒措施而死亡，多名工人遭受不同程度的皮肤损伤与视力损害，至今海地居民的身心健康仍在受到这批污染物的严重威胁。按照两国协商与谈判的结果，这批污染物本该于1998年1月运回美国，然而美国当局坚持认为他们不应对此负责。他们为什么推卸责任、一拖再拖?是因为在本土很难为这批废物找到一处新家，是因为他们不想为自己的呼吸带来困难。试问，美国何以敢这样做?何以面对那些死难的无辜工人，何以补偿那些健康被损害的居民?难道地球上最贫穷的国家反而要为清除最富有的国家塞给它的垃圾而付钱吗?美国是这样无视于“巴塞尔公约”，无视于《人类环境宣言》，无视于世界人民的愤怒吗?难道我们也要任由它专横跋扈、肆意妄为吗?不，不能，在和平与发展成为当今世界最强音的时代，无论是发达国家还是发展中国家都不允许别国恣意践踏。我们要用科技保护自己，维护我们的权益，决不让“洋垃圾”事件再度出现。

作为一名工业外贸专业的学生，我未来的职业是在谈判桌上与外商斡旋，拓展我国的对外工业市场，使全国在世界贸易领域占有一席之地。因此，我们必须意识到，在如今，不把环境问题纳入管理日程的企业一定会被市场所淘汰，“环保经营”已经成为时代的热点，成为企业家们关注的焦点。这就是说，即使企业取得了很高的经济效益，但如果它在保护环境的问题上未能采取相应的措施，它的经营就会有很大的潜在威胁。ibm集团早就在拟定“环境会计”的设想。佳能公司相信，消费者和投资者是以环境为标准去购买商品和确定投资对象的`。他们一致的想法是：只有那些优先开发环境保护技术的企业才能继续生存。而在国人眼里，这个理论似乎还很陌生。国际公认有六大污染密集型的产业，在我国从事这些产业的厂家数不胜数。人们只顾及到眼前的利益，而不管并不遥远的将来，发达国家的老板挖空心思把这类工厂设在中国，而我们还在一味盲从地引进外资，殊不知这些工厂的设立是以牺牲我们生存的环境，以无视于我们子孙后代的未来为代价看看现在，想想明天，我们任重而道远，怎样使中国走进崭新的二十一世纪，是我们义不容辞的责任。

现在，我们还是学生，我们能做的也只是尽每一个地球人应尽的也是必须尽的义务：珍惜这颗蔚蓝的星球!看看我们赖以生存的环境吧：土地沙漠化，水土流失，山体滑坡，泥石流，旱灾等自然灾害在拥挤的时空隧道接踵而至，不要抱怨这是地球和大自然在报复人类，事实上，是我们自己在报复自己。每当想起这一系列问题，我的耳边就会响起一阵阵警报声。这是密林深处的金丝猴对人类掠夺它的家园的控诉，那是滇池的天鹅对记忆中清澈的湖水的思念。甚至那曾照耀我们辉煌历史的“丝绸之路”、“楼兰古国”，如今已是漫漫长沙，不复存在了。健康正在消损，经济正在挣扎，文明正在萎缩!

于是人们惊呼“地球将不再是我们的家园”，人类已经而且正在为环境的破坏付出代价。我们终于认识到人类并不能驾驭自然而必须学会与它和谐相处，资源并非用之不竭而必须取之有方。因为地球只有一个，环境同属大家，对环境的保护我们都责无旁贷，我们欣喜地看到了千千万万的志愿者，在与我们一同为保护环境而战斗着：当北京200多万人走出家门，为共同营造首都“青山、秀水、绿地、蓝天”，“多栽一棵树，多植一片绿”时，我们笑了;在加拿大、法国、德国、英国、以及非洲的肯尼亚，世界地球日被作为永恒的节日。是的，要挽救我们正在失去的美丽的地球，我们必须战胜自己，用爱心去保护与我们共同呼吸的环境，用知识丰富自己，用实力为祖国撑起一片晴空。

此时此刻，当我静静地站在这里，自由地呼吸着生命的芬芳时，我是如此地感谢这颗蓝色的星球给了我们生存的环境，当我想起明天的自己要为祖国的环保经营贡献一份力量时，我的心中激动而又充满了信心。相信我们吧，我们一定会把蔚蓝还给天空，把碧绿还给大地，把未来还给我们自己。让我们以真诚的行动告诉地球：你是我的唯一。

-->[\_TAG\_h3]口才演讲培训需要资质篇七

各位评委、亲爱的同学们：

大家好!送走了温暖的xx年年，又迎来了期待的2009，如今我们已从一个满怀壮志的高中生，成为一名大学生，这期间虽然饱尝了山穷水尽疑无路的困顿，可丰富的大学生活又给我们带来了柳暗花明又一村的崭新境地，因为这里是我们攀登目标理想的新起点，这里也是我们积累知识阅历的新家园。

今天，我的演讲题目是“我的大学，我的梦!”。

也许中学时期就已经读到或者听到许许多多关于大学生活的信息，有人说大学生活绚丽多彩的，也有人说大学生活是无聊空洞、浪费青春的。也许，后者更多一些。是的，其实，他们说的都是正确的，因为真实经历，他们才会那么说，这两者是不矛盾的。这是因为在大学里，有的人确实过得很充实、很开心，深深留恋这块他们认为是一辈子都无法重复的净土。也有的人，从一踏进校园就很失望，觉得一切都跟自己想像的不一样。从此浑浑噩噩混日子，最终醒悟的时候才猛然发觉，仿佛一夜之间，大学已经过去，随之逝去的还有自己宝贵的青春。记住，只有后悔大学混了几年的人，而不会有后悔上了大学的人。，即使是那些在校时贬得他的`母校犹如人间地狱的人，多年以后，回忆起大学时光，也往往会感慨万分，甚至泪流满面。不管你未来大学过得如何，至少你要时刻提醒自己:人生只有一个大学阶段。

在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有个阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧!摆在我们面前的，新的老师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始!

梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们(，请保留此标记。)坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了他努力拼搏。志当存高远!我们要立长志不要常立志。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

历史的重任在肩，我们责无旁贷。我们一定会勇敢地挑起肩上的责任，虽然前方会有巨浪滔天，但是也会有长虹贯日。让我们拿出“吹尽狂沙始到金”的毅力，拿出“直挂云帆济沧海”的勇气，去迎接人生中的风风雨雨!“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我坚信一分耕耘，一份收获，学习的根是苦的，学习的果子是甜的。我们奋发努力、勇往直前，一定会迎来收获的那一天。希望几年后的今天，我们能够收获自己辛勤劳作换来的累累硕果。同学们，今天让我们在一起定下大学之约，让我们告别盛夏的流火，应承金秋的丰硕，用青春诠释我们曾经的誓言，用汗水锻造我们明日的辉煌。未来的日子我们将共同走过，我们有着共同的追求。

大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深人体会。有人说：“平凡的大学生有着相同的平凡，而不平凡的大学却有着各自的辉煌。”但，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸;可以的话，相信谁都想不平凡。好了，我今天的演讲也到此为止了。最后，只上一句话：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”是的，送给我自己，也与大家共勉!

-->[\_TAG\_h3]口才演讲培训需要资质篇八

演讲与口才培训怎么总结呢?小编为你整理了有关的内容，欢迎参考下面

室友参加了演讲与口才协会，我便问他，这肯定要上台演讲，你不怕演讲吗?其实这也正是我所顾虑的，室友的话让我很振奋，“正是由于怕才去选它，如果一点挑战性都没，每次就去听了讲然后考试那样的课有什么意思呢。

我觉得很有理再想想自己，于是我选了这课，并打算在这课上好好练练自己，口才倒不重要，要想练好口才决非一日之功，贵在坚持，所以我初步目标是能锻炼在大家面前讲的勇气，确实如何迈出这第一步是很难的。

上了这课才发现其实自己先前的顾虑还是多余的，不过第一次上台做自我介绍确实鼓足了好大勇气，一直拖到最后才上台，上台后心情又是久久不能平静，还是没做好介绍，毕竟以前都未有类似经历，所以十分紧张。

是相对来说也没有第一次那么紧张了，但是或许是由于没有准备充分的缘故，上去演讲差不多成了读演讲稿了，现在想来，很是惭愧啊，就算不是自己写的稿子，我还是应该在课余时间好好读熟，这样讲的时候才能脱口而出，但每次都一忙的借口没去实现了。

这样一个演讲与口才课更多是给你提供一个说的机会，一个场合，短短几次课不可能让你的说话水平有个实质性提高，但是你可以去多讲，站在台上，你可以想想自己站在一个很重要的场合，你在上面做公众演讲，在平时，这样的机会还是很难得的，所以我觉得这个课的最大意义也在此，因此我觉得，不过是什么原因，这个课还是很有必要坚持下去，老师我很满意，虽然说实在话，第一次课对张老师有那么一点失望，因为一开始我以为这门课的老师肯定会是一个普通话十分好的老师，可惜的是严老师的话中带的口音还是挺重的，但是后来我觉得鉴于这门课最重要的意思所在，老师不一定非要有很标准的普通话，而需要有个很负责任的心很对学生的教导，我觉得这点我对张老师很满意。

演讲它侧重于人们在大庭广众面前的口语表达能力。

口才指人说话的才能，它侧重于日常生活中人们的口语表达能力。

在今后的人生中我们必须很好的学会这方面的能力我们才能走的更顺。

颜老师最后一节课给我们的教诲我觉得很是好，虽然以前也在其他地方看过类似的，但是听了这些话，心中还是难免有丝凝重，为自己的散漫，为自己的不思进取，为自己曾经失之交臂的机会。

颜老师其中的俩句话是:“责任高于一切，成就源于一切”、“机遇只给有准备的人”，我想我会记住这句话的。

1月12日、13日两天，公司举办了以“演讲与口才技巧培训”为主题的培训班。

说实在的，星期五收到邮件的时候，心里是有一些不情愿的，在本应该休息的周末，却要象学生一样坐在那里听课，光想一想就觉得累。

但是，当颜永平老师站在讲台上讲出第一句话时，我就知道，这两天的“学生”光阴绝不会白白虚度。

两天的时间，我被颜老师声情并茂的演讲震撼着、激励着;被学员们的热情感染着、激励着。

从这次短暂的培训中，我收获的不仅仅是知识，还有一种积极向上的精神，一种乐观豁达的生活态度，一种永不放弃的力量。

拥有良好口才的人是自信的，拥有自信的人就是拥有希望的人，拥有希望的\'人一定是幸福的。

这次培训，我有如下几点体会:

一、良好的口才对于生活在现代社会的人来说非常重要

这一点颜老师在讲课的最开始就多次提及，自古以来，口才在政治和历史中就扮演着重要的角色，有许多关于口才的故事久久流传，有许多拥有良好口才的人家喻户晓。

而在当今社会，随着信息化的日益发展，人与人之间的交流也日益增多，更要求说话要说到点子上，要一针见血，要精益求精，否则无异于浪费别人的生命也在浪费自己的生命。

口才与生活的各个方面息息相关。

小到与亲人、朋友、同学、同事的日常沟通，大到关系到个人事业成败和国家兴衰的会晤、谈判等，良好的口才都是成功的关键。

有许多人，满腹经纶却不能用语言表达，所以只能默默无闻的度过一生，带走的是内秀，留下的是遗憾。

举个例子，近年来比较火爆的公务员考试，很多在笔试中成绩优秀的考生，却在面试中被无情的淘汰，我想主要的原因就是输在了口才上。

显而易见，如果两个人的水平差不多，那么用人单位肯定会选择仪表端庄、举止大方并能够巧妙的回答考官问题的那一位。

所以，如果你才华横溢，就锻炼自己，不要让自己输在口才这条起跑线上。

二、给我印象最深刻的部分:关于“语言激情化”和“态势语言”的训练

我一直认为，演讲是为了“煽情”的，只有演讲者能让听众随着他的思路、他的感情起伏进退，那才能算是一个成功的演讲。

演讲绝对不是单纯的说话、背诵或是阅读--针对这一点，颜老师详细讲解了语言训练的基本技巧，包括语言语音的规范训练、正确的呼吸训练和良好的共鸣训练等，听了这些讲解，有种恍然大悟的感觉，原来生命中的这三十来年，我一直在用不正确的方法说话，看来真要好好训练一下了。

在这部分讲解中，给我印象最深刻的是关于“语言激情化”和“态势语言”的训练，颜老师采取了自己亲身示范和与学员们互动的方式进行讲解，让大家在笑声中检阅了自己，收获了知识。

同样的一段文字，在颜老师读来就充满了感情色彩，让你不得不随着他慷慨激昂，快乐悲伤;同样的一个动作，由颜老师做来，就是浑然天成，毫不做作。

而对于我们来说，往往是声音放不开，表情不自然，说话忘了加动作，加上动作又忘了说话，但是大家都表现的十分踊跃，口才是训练出来的。

戴尔·卡耐基说过:“没有天生的演讲家”，颜老师也给我们讲了他自己的故事，谁能想到，现在在台上滔滔不绝的演讲的人小时候竟然患有口吃的毛病。

可见，正确的、持之以恒的训练十分重要。

三、在“销售口才与表达技巧”中感悟到的为人处事的方法

星期天的上午，颜老师给我们讲解了“销售口才与表达技巧”，我始终认为自己的口才不是很好，我的语言表达能力甚至都比不上自己的文字书写能力，所以我不适合做销售工作，也没有这方面的兴趣。

但是听了颜老师的讲解和学员们的实战模拟，我倒是从中感悟到了一些为人处事的方法:

第一，仪表美对一个人来说，很重要。

随着社会的发展、物质水平的不断提高，心灵美已经不是评价一个人的唯一标准。

得体的服装加上得体的行为和美好的品质，这样才能构成一种和谐的美。

第二，我们无时无刻不在推销自己。

我们自己也是一种商品，我们是自己的销售经理。

当我们初次与陌生人相会，当我们去应聘一个心仪已久的工作，甚至是日常生活中我们跟家人、朋友的沟通，都是一种推销，推销自己的品质，推销自己的思想，推销自己的能力。

第三，做人要有一种积极的生活态度。

做销售最重要的是勇于接受挫折，做人也是如此，只有越挫越勇的人才能获得最后的成功。

四、提高口才不是通过这一次短暂的培训就能做到，不是一朝一夕的事，需要长时间的努力。

两天的培训，老师讲的演讲与口才方面的知识很多，我们经过两天的“实战”演练，也确实发生了一些改变，每个人都变得精神焕发了，但是要想在两天之内把学员培养成出色的演说家是不可能的。

我想培训的意义也不在于此，正如俗语中所说:“师傅领进门，修行在个人”，只有把所学的理论知识与实践结合起来，多想多练，才能使自己的口才得以提升。

我欣赏颜永平老师总结的“八多”，即“多看、多听、多问、多写、多思、多学、多记、多练”，这不但适用于提高自己的口才和演讲水平，也能提升自己的气质和自信，古人所谓“腹有诗书气自华”的人，应该就是把这“八多”认真的付诸于行动的典型代表。

在学习、工作和生活中如果能做到这“八多”，那么获得成功也就是指日可待的事情。

当培训圆满结束，走进傍晚暖暖的阳光中，我的心情也象这晚春的阳光一样，温暖中酝酿着无尽的热情。

在这两天的培训中，从颜老师身上，我看到了一个优秀的演讲家所具备的气质和风范;从同事们身上看到了积极乐观，不轻言放弃的勇气和精神。

我想用我今天学到的知识和今后生活、工作中的不断实践，去给自己人生再增加一道亮丽的风景。

今天醒得特别早，我想应该是我的心情有点激动吧，大一的时候上过“竹铭计划”课程，我学到了有关图片处理的技术，于是这次怀着有点兴奋地心情迎接课程，昨晚睡的时候，着重地暗示了自己记得早起，于是6点半就醒了，7点起来了。

到了课室，已近有很多人坐在课室了，看来很多同学都是十分感兴趣、是有心来学习的。

课程正式开始了，老师首先让陌生的我们做互动活动，让我们相互柔肩，其实是个“陷阱”，因为我们做完后，她就马上说我们之间有了“肌肤之亲”了。

接着又来了一个雷人的举动，请了一位自愿做“试验品”的女同学(a)上去，然后又请了5位不怕“牺牲”的勇士上去，让后五位(b)分别和第一位对话，大概的内容是:b:同学你好，好像在哪里见过你哟(这句可以自由发挥，随便编)，我好喜欢你耶(这句必须说);a:…(自由发挥)。

对话过程中，我就有点后悔当时没有快点冲上去，锻炼一下，可是一切都来不及了，只能捶胸跺足了。

“实验”取得圆满成功后，我们又每个人都上去向大家问好，目的在于锻炼作为演讲者向观众打招呼的姿势、表情等，之后老师就滔滔不绝的讲了将近1个半钟，主要是内容是作为演讲者的态势、表情、举止等问题，老师讲得很好，可是我能听进去的不多，因此当老师说了一句，“如果你们不实践、不上来讲的话，这门课你是什么也学不到”的时候，我就来劲了，因为我就是喜欢实践，而不是只是听。

让人心情难以平静的即兴演讲开始了，当我还在犹豫是否第一个上场的时候，就有好几个争着冲上去了，结果我和耶稣(我的好伙伴)只能排到第n位和n+1位上去抽话题进行演讲。

每位同学演讲后，老师都会仔细耐心的点评，说出优缺点，这对我们的演讲水平的提高是非常有帮助的，比如我，老师点出的那些缺点，我一点也没有感觉出来，如果没有他人的指出，也许一辈子都不会发现，也就无从说起改正、进步了。

快接近12点的时候，还有5位既高兴(奇迹来了，居然这样也被我躲过一劫了)又遗憾(哎，又缺少一次锻炼机会了)的同学没有机会上去演讲了，因为还要选举出7位胜利者，进行颁奖呢。

当颁完奖，我和耶稣正准备以一百米速度冲向饭堂(早上只吃了一点点)时，班长突然蹦出一句，“记得写至少500字的心得哈”……就这样，4个小时的课程就结束了，期待下周的课。

-->[\_TAG\_h3]口才演讲培训需要资质篇九

有这样一些人，不敢开口说话，怕被人笑。若与陌生人在一起更是闭口无言，沉默以对。造成这样的原因，不仅仅只是怕被人讥笑，还有其他许多原因：可能是从小缺乏集体生活，习惯一个人，对别人不太了解；可能在某个场合说话产生了不好的效果的阴影，因噎废食，“一朝被蛇咬，十年怕井绳”；可能是觉得自己口才较笨，表达往往词不达意、言不中的，因而产生了少说为佳或者干脆不开口的想法。

不管出于何种原因，归其全部，无外乎一条，那就是要克服自己的心理障碍。要克服自己的心理障碍，首先要有充分的心理准备，减轻自己的负担，不要把自己的目标定的太高，降低求胜动机，做到轻装上阵；要保持积极的情绪，用积极自己暗示的办法，不断强化必胜的信心与信念，养成一套独特的思维习惯；演讲时要把要把注意力从自己身上移开，冷静的处理怯场，深呼吸30秒，给自己勇气，默认自己是最棒的。

提高口才不是一朝一夕的事，需要长时间的努力，需要你不断地暗示自己，克服自己的\'恐惧，相信自己。总之，要做到要开口，把自己想讲的话讲出来，不用在乎讲得好与不好。努力了，总有一天会有收获。让自己站在讲台上向无数的听众诉说自己的心声，表达自己的观点，与所有人的内心产生共鸣的梦想得以实现。

**口才演讲培训需要资质篇十**

尊敬的老师们,亲

爱

的

同学

们,你们好!

很高兴能作为同学们的代表,在我们今天的毕业典礼上向我们的老师表示真诚的感谢!我和我们的同学们一样,是带着两个目标来参加我们××××的smba课程的,一个目的是学知识,另一个目的是交朋友。经过一年的

学习

,今天我们毕业了,我们也基本完成了我们预期的目标。

来参加××××的smba课程之前,我们绝大多数同学都已经在商场上,在各自的管理岗位上奋斗了很多年了,每个人身上都积累了许多实战的经验,每个人的职业生涯中都有许多精彩的成功案例。但是,因为缺少系统的理论学习,在实际的工作过程中还有许多的疑惑和困惑,我们是带着这些疑惑和困惑来到这个课堂的。一年来,教授们在课堂上的精彩讲解和谆谆教诲,帮助我们理清了思路,找出了以前在管理工作中的不足;传授给我们许多先进的管理理念,启发了我们从新的角度用新的思维方式去看待问题和解决问题,并且教会我们许许多多实用的管理方法和管理技巧,帮助我们在管理工作岗位上掌握了许多先进的理论知识,使我们能够将理论和实际相结合,极大地提高了我们的管理水平。使我们在工作中受益匪浅。在这里,我再次代表我们全体八期的同学向我们的教授们,向我们的老师们表示诚挚的感谢! 我们的同学们来自五湖四海,来自海峡两岸,来自不同的行业,有着不同的年龄段,是××××的smba课程让我们走到了一起。一年来的同学生涯,我们在学习,交流和活动的过程中增进了了解,建立起了友谊,成了朋友;许多同学还成为了事业中的伙伴。为此,我们要感谢××××的smba课程,更要感谢我们可爱的同学们。同学们,谢谢你们,生命中因为有了你们而变得更加精彩。我们很庆幸,我们选了一位好班长。一年来,我们的李××班长为我们

班级

同学之间的互动和交流投入了很大的精力,组织了许多次成功的活动。谢谢你,李班长。

在我们的班级里,有许多同学和我们的班长一样,为我们的班级作出了非常大的贡献,比如班副李××,宋×,班长助理钱××,文艺委员唐×,学习委员毕××,

生活

委员陆××和各位组长们,还有林××同学,陈××同学,邱××同学,等等,感谢你们,同学们!特别是我们的陆××同学一年来持之以恒地,默默地给我们做了一年的帐房先生。谢谢你,陆同学。

虽然我们的课程是结束了,但是我们的学习任务是不会结束的,我们还要通过不断的学习来提高我们的素质,提高我们的管理水平,希望我们的教授们,老师们还能够给我们提供帮助和教育。尊敬的教授们,我们期待着再听到你们的新课。

同学们,虽然我们不在同一个教室里听课了,但是,我们的交往,我们的互动将保持下去,我们的友谊将永远保存下去,正像我们的胡×同学提出的那样,我们要将同学之间的友谊,进一步发展为亲情,

友情

和爱情。

再次向××××,向各位尊敬的教授们,向热心工作的老师们,向同学们表示真诚的感谢!

定了演讲的成功与失败。

演讲稿像议论文一样论点鲜明、逻辑性强，但它又不是一般的议论文。它是一种带有宣传性和鼓动性的应用文体，经常使用各种修辞手法和艺术手法，具有较强的感染力。

演讲未必都使用演讲稿，不少著名的演讲都是即兴之作，由别人经过记录流传开来的。但重要的演讲最好还是事先准备好演讲稿，因为演讲稿至少有两个方面的作用：其一，通过对思路的精心梳理，对材料的精心组织，使演讲内容更加深刻和富有条理。其二，可帮助演讲者消除临场紧张、恐惧的心理，增强演讲者的自信心。

演讲稿特点

主要区别

演讲和表演、作文有很大的区别。

见的一种社会活动。

其次，作文是作者通过文章向读者单方面的输出信息，演讲则是演讲者在现场与听众双向交流信息。严格地讲，演讲是演讲者与听众、听众与听众的三角信息交流，演讲者不能以传达自己的思想和情感、情绪为满足，他必须能控制住自己与听众、听众与听众情绪的应和与交流。所以，为演讲准备的稿子就具有以下三个特点：

主要特点

第一、针对性。演讲是一种社会活动，是用于公众场合的.宣传形式。它为了以思想、感情、事例和理论来晓喻听众，打动听众，“征服”群众，必须要有现实的针对性。所谓针对性，首先是作者提出的问题是听众所关心的问题，评论和论辨要有雄辩的逻辑力量，要能为听众所接受并心悦诚服，这样，才能起到应有的社会效果;其次是要懂得听众有不同的对象 和不同的层次，而“公众场合”也有不同的类型，如

党团

集会、

专业

性会议、服务性俱乐部、 学校、社会团体、宗教团体、各类竞赛场合，写作时要根据不同场合和不同对象，为听众设计不同的演讲内容。

第二、可讲性。演讲的本质在于“讲”，而不在于“演”，它以“讲”为主、以“演”为辅。由于演讲要诉诸口头，拟稿时必须以易说能讲为前提。如果说，有些文章和作品主要通过阅读欣赏，领略其中意义和情味，那么，演讲稿的要求则是“上口入耳”。一篇好的演讲稿对演讲者来说要可讲;对听讲者来说应好听。因此，演讲稿写成之后，作者最好能通过试讲或默念加以检查，凡是讲不顺口或听不清楚之处(如句子过长)，均应修改与调整。

第三、鼓动性。演讲是一门艺术。好的演讲自有一种激发听众情绪、赢得好感的鼓动性。要做到这一点，首先要依靠演讲稿思想内容的丰富、深刻，见解精辟，有独到之处，发人深思，语言表达要形象、生动，富有感染力。如果演讲稿写得平淡无味，毫无新意，即使在现场“演”得再卖力，效果也不会好，甚至相反。

第四、整体性演讲稿并不能独立地完成演讲任务，它只是演讲的一个文字依据，是整个演讲活动的一个组成部分。演讲主体、听众对象、特定的时空条件，共同构成了演讲活动的整体。撰写演讲稿时，不能将它从整体中剥离出来。为此，演讲稿的撰写要注意以下几个方面：

首先，要根据听众的文化层次、工作性质、生存环境、品位修养、爱好愿望来确立选题，选择表达方式，以便更好地沟通。

其次，演讲稿不仅要充分体现演讲者独到、深刻的观点和见解，而且还要对声调的高低、语速的快慢、体态语的运用进行设计并加以注释，以达到最佳的传播效果。

另外，还要考虑演讲的时间、空间、现场氛围等因素，以强化演讲的现场效果。

第五、口语性

口语性是演讲稿区别于其他书面表达文章和会议文书的重要方面。书面性文章无需多说，其他会议文书如大会工作报告、领导讲话稿等，并不太讲究口语性，虽然由某一领导在台上宣读，但听众手中一般也有一份印制好的讲稿，一边听讲一边阅读，不会有

什么

听不明白的地方。演讲稿就不同了，它有较多的即兴发挥，不可能事先印好讲稿发给听众。为此，演讲稿必须讲究“上口”和“入耳”。所谓上口，就是讲起来通达流利。所谓入耳，就是听起来非常顺畅，没有什么语言障碍，不会发生曲解。具体要做到：

把长句改成适听的短句;

把倒装句改为常规句;

把听不明白的文言词语、成语加以改换或删去;

把单音节词换成双音节词;

把生僻的词换成常用的词;

把容易误听的词换成不易误听的词。

这样，才能保证讲起来朗朗上口，听起来清楚明白。

第六、临场性

演讲活动是演讲者与听众面对面的一种交流和沟通。听众会对演讲内容及时作出反应：或表示赞同，或表示反对，或饶有兴趣，或无动于衷。演讲者对听众的各种反映不能置之不顾，因此，写演讲稿时，要充分考虑它的临场性，在保证内容完整的前提下，要注意留有伸缩的余地。要充分考虑到演讲时可能出现的种种问题，以及应付各种情况的对策。总之，演讲稿要具有弹性，要体现出必要的控场技巧。

主要功能

第一、“使人知”演讲。这是一种以传达信息、阐明事理为主要功能的演讲。它的目的在于使人知道、明白。如美学家朱光潜的演讲《谈作文》，讲了作文前的准备、文章体裁、构思、选材等，使听众明白了作文的基本知识。它的特点是知识性强，语言准确。

第二、“使人信”演讲。这种演讲的主要目的是使人信赖、相信。它从“使人知”演讲发展而来。如恽代英的演讲《

怎样

才是好人》，不仅告知人们哪些人不是好人，也提出了三条衡量好人的标准，通过一系列的道理论述，改变了人们以往的旧观念。它的特点是观点独到、正确，论据翔实、确凿，论证合理、严密。

第三、“使人激”演讲。这种演讲意在使听众激动起来，在思想感情上与你产生共鸣，从而欢呼、雀跃。如美国黑人运动领袖马丁.路德.金的《在林肯纪念堂前的演说》，用他的几个“梦想”激发广大的黑人听众的自尊感、自强感，激励他们为“生而平等”而奋斗。

第四、“使人动”演讲。这比“使人激”演讲进了一步，它可使听众产生一种欲与演讲者一起行动的想法。法国前总统戴高乐在二战期间的英国伦敦作的演讲《告法国人民书》，号召法国人民行动起来，投身反法西斯的行列。它的特点是鼓动性强，多以号召、呼吁式的语言结尾。

第五、“使人乐”演讲。这是一种以活跃气氛、调节情绪，使人快乐为主要功能的演讲，多以幽默、笑话或调侃为材料，一般常出现在喜庆的场合。这种演讲的事例很多，人们大都能听到。它的特点是材料幽默，语言诙谐。

-->[\_TAG\_h3]口才演讲培训需要资质篇十一

众所周知，当代社会对人才的要求要来越高，已经不仅仅限制在知识和技术的掌握上，与人的交往也充当了非常重要的角色，所以交际能力也就显得尤为重要。

这次参加院部干事培训课我们一起培训学习演讲与口才，我真心的觉得口才是一种艺术，一门科学，一种能力的表现，这是我参加完这次培训后的体会。以前我觉得口才就是讲话，只要会讲话，便是有口才的人。但参加培训后我明白其实并不是，不能仅从表面去理解演讲与口才的意义。在培训中阐述了口语艺术的特征和基本法则，从学生的实际能力和社会发展的需要出发，对学生进行说话、演讲、辩论、语言交际能力等方面的培养。我对口才也有了更全面的认识，知道了口才在现代社会中所处的\'重要地位。如此说来，说话并不是件容易的事，而要把话讲好就更难了。一言可兴邦，一言也可抵三军，言论的力量是巨大的。特别是在课后我浏览了蒋维老师的很多文章，使我感受到了演讲的重要性，对我们潜在的社会发展起到了推波助澜的作用。

在我们的世界里，人与人之间交流思想、沟通感想，最直接、最方便的途径就是语言。我们通过语言来表达自己的意思，很多时候，我们在私底下可以口若悬河，但一但站在讲台上讲话时，就会出现脸红耳赤，说话断断续续、语无轮次的尴尬情况。而一个好的演讲者演说家会很好的打破这种局面，因为他懂得如何在各种场合实时适时的转变，这种转变就会很好的使我们适应和改变。

**口才演讲培训需要资质篇十二**

卡耐基请你放心

尊敬的各位评委、各位来宾，亲爱的朋友们：

大家晚上好！

我叫李雄勇，是卡耐基的老学员，今天我演讲的题目是《卡耐基请你放心》。

前年年底，由于单位实行竞争上岗需要演讲，我报名参加卡耐基演讲与口才培训。本来认为演讲很简单，就是站在台上说说话，通过2个月的培训就能够拥有马云一样的.口才，打败所有的竞争对手。但是当我走进课堂后，发现学习演讲并不是我想像中的那么简单。站到台上，两腿就发抖，而两手却发疆，额头在冒汗，两只眼睛只顾着天花板，也不知道自己嘴里说了些啥？站在台上说话感觉比小偷遇到警察还紧张，还害怕。总之，一句话，刚开始学习演讲给我的感觉就是紧张、恐惧和极不自信。经过一段时间的学习，紧张、恐惧的心理虽然有所缓减，但是说话平平淡淡，语音、语气、语调基本上没有变化，更不用说富有激情和感染力。表情、眼神、手势很不自然，更不用说与演讲内容相吻和。感觉学习演讲非常难，也非常累，曾经想过放弃。

后来有两个人给了我信心，使我坚持了下来。一个是古雅曲的德摩斯梯尼，他天生口吃，嗓音微弱，还有耸肩的坏习惯，当初他站在台上演讲的时候，说话结巴，声音又不响亮，别人根本听不懂他在说什么，因此多次被别人轰下讲台。但是他没有放弃，仍然坚持学习。经过长期不懈的努力，终于成为古雅典著名的政治家、雄辩家和演说家。另一个是彭清一老人，今年83岁，是我国著名的演说家，现在是中国演讲与口才协会名誉会长。彭老原来是国家一级舞蹈演员，55岁那年，由于左腿残疾，他才开始学习演讲。

我在想，一个严重口吃，一个55岁才开始学习演讲的人都能够成功、成名。我为什么不能呢？于是我到书店购买演讲方面的书籍，上网观看演讲视频，并积极寻找机会进行训练：在小舅子结婚典礼上，我在发表祝贺词；在长江三峡游轮的晚会上，我在朗诵《长江之歌》；在神仙居景区的舞台上，我在演讲《坚守承诺》，宣传“诚信老爹”吴乃宜老人替子还债的感人事迹。此外，我还积极参加演讲比赛，在卡耐基演讲比赛的舞台上有我的身影；在社区演讲比赛的舞台上，也有我的身影；在单位演讲比赛的舞台上更有我高高举起的奖杯。

卡耐基，你看到了吧！经过一年多的学习，我已经具备了主动学习的能力，也取得了很大的进步。今晚站在这里，腿不抖了，心不慌了，额头也不冒汗了；站在台上演讲感觉不再紧张，不再害怕，而是一种释放，一种愉悦，一种幸福。

卡耐基，请你放心！我一定会更加努力学习，一定会更加刻苦训练，一定会成为你的骄傲！

谢谢大家！

**口才演讲培训需要资质篇十三**

很早就有一个梦想，能够站在讲台上向无数的听众诉说自己的心声，表达自己的观点，与所有人的内心产生共鸣。这是一个梦想，也是自己一向努力的方向。于是在大学第一次选选修课的时候，我又想这个梦想他进了一步，我选取了由谭老师主讲的演讲与口才。期望能透过系统的训练与正规的知识培训，增强自己的信心与潜力。

第一次上谭老师的课就被其演讲的风趣与务实的作风所折服，兴趣也由之而来。老师的“十个回回儿九个哈”的自我介绍更是风趣幽默，至今仍记忆犹新。于是，在这种氛围中，这学期的演讲与口才课就开始了。

第一堂课老师讲了很多东西，有些东西很有新意，听起来有些如梦初醒的感觉。但是更多的还是对此刻的状况有了一些了解。虽说学校土木专业的就业率很好，但感觉对个人而言也许就是心理的安慰罢了。毕竟就业或是考研靠这个是没用的，还得看自己的潜力了，准确地说是各种潜力。就拿就业来说，单不说学科成绩如何，就说英语和实践经验就让此刻的我头疼。个性是口语，看了很多家大型公司的实习生项目，英语不行免谈。貌似此刻什么都不行，对了，正因为不行，就要过早的知晓并且提高自己。听着老师讲这讲那，真感觉自己就是一名大四的即将毕业的学生，随时等待人生的召唤。说实话要真是大四，那可真的两眼一摸瞎了。但是回过神来，还在大一呢，瞬间感觉时空变换，不禁感慨，早下手为强。此刻专业已经确定了，算是完成了当初定下的目标，但随之而来的就是确定自己的方向。毫无疑问，谭老师的课给了我很多选取，让我在纷杂的社会竞争中看见更多的道路。

课程最重要的环节估计就是上台演讲，经过了每节课系统的知识讲解与事例分析，感觉自己对演讲有更实际的认识，对演讲的渴望也有所加强。但惭愧的是，一向都没有那个胆量上台作一次真正的面向一百多人的演讲。只是像多数人一样坐在下面做看客，看着上面的同学发表着自己的观点。总会感到一种不安和羡慕，羡慕的是他们的口才，不安的是自己这种状态的未来。每次有这种感觉的时候，都有试图改变的冲动。

老师每次讲课都会给大家带给很多演讲的机会，例如美文朗诵，诗歌朗诵，即兴表演，情景模拟等等，我们都会争抢这难得的表现机会，锻炼我们的演讲才能，老师还为我们带给了各种素材让我们课下自己训练。

每次我上台演讲的时候，腿都会不自主的打颤但是还是有自信的。准备上台之前，心还是怦怦的跳，真怕在台上忘词啊!但是等到了台上的时候，紧张的情绪奇迹般的静了下来。没有当初的的担忧，一切进行得很顺利，准确的表达了自己的观点，到了即将接近尾声的时候，开始有一种享受这种感觉的冲动。先前的畏惧也消失得无影无踪。课堂的时间是有限的，关键是我们需要在课下多练习做到多看，多写，多练。

多看一些演讲与口才方面的书籍和文章。演讲具有很强的科学性和艺术性，因此，演讲者务必认真系统的看一些与演讲相关的书籍如：演讲学、演讲美学、修辞学、逻辑学、心理学、语言学、交际学、伦理学、教育学等，全面掌握演讲知识和规律，打下扎实的理论基础后，再由理论到实践，用理论指导实践。这样就能使自己的演讲与口才水平在实际运用中得到较快的提高。多看别人演讲，多看一些名人的演讲录像，多看一些电视谈话节日和电视论辩赛。这样就能增强对演讲的感性认识，提高对演讲态势语言技巧运用的理解，并从中感悟出演讲的要蒂和精义。

多写发言稿、演讲稿。不管是什么规模和级别的会议或活动，只要认为自己有发言的可能，就就应争取机会并抓紧时间提前做好准备，认真写好文字稿，并不断的修改、完善，然后把稿子背熟，做到胸有成竹。上台发言时尽量不带讲稿，如能长期坚持下去，循序渐进，即：先写书面稿，背熟，上台脱稿;慢慢地只写几点提纲;再到只打一下腹稿;发展到最后不要任何准备，能临场发挥、见机行事、出口成章、口若悬河;其演讲口才水平就会由量变到质变，到达一个较高的层次。多写一些学习演讲与口才的心得体会，把自己对演讲口才的认识、感受用文字写下来，并上升到理论的高度。同时，把自己工作中，生活中所见，所闻，所思的闪光语言，写在本子上，记录下来，以便日后查阅使用，这就是我们常说的：好记忆不如烂笔头。

伟人毛泽东早就告诫过我们：“语言这个东西，不是随便能够学好的，非下苦功不可。”演讲与口才的技能不是天生的，也不是无师自通的。同其他任何才能一样，口才的获得来之于勤奋的学习、刻苦的练习。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”古今中外一切口若悬河、舌辩滔滔的演讲家，一切能言善辩、口才出众的雄辩家，一切口齿伶俐、善于应酬的交际家，都不是天生的，而是在后天的努力和苦练的基础上，靠自信、勇气、拼博、锻炼造就而成的。

谭老师以前告诉我们让我们做到五个一，其实我们就应做到五个一百。

1、记住一百句名人名言、哲理格言。

2、记住一百首诗词歌赋。

3、记住一百个古今中外动人的故事情节。

4、记住一百个幽默风趣的笑话。

5、记住一百段在不同的场合下说话的语句。

本学期的课程已经结束了，回顾这半个学期来的学习，学到了很多，演讲的知识、待人处事的礼仪以及对职业的认识。但我想这堂课最有价值的收获，就是信心的建立与获得了用心的`态度。透过演讲的训练，建立的个人的自信心，同时更锻炼了思维潜力。这也许是书本上不能学到的，但却使人的一生中最重要的。这种潜力，这种用心的态度。是演讲与口才带给我最重要的最宝贵的财富。最后，感谢谭业庭老师，感谢演讲与口才。

一个人敢说话、会说话，还不等于有口才，正如一个人会骑自行车还不是艺术一样，只有杂技演员娴熟的骑车表演才称得上艺术。演讲上是一种综合艺术，要真正掌握这种艺术，并非易事，它包括很多方面的技巧，诸如声音的字正腔圆、吐字归音，形体的动作、面部表情和仪表礼节，控尝应变的方法，即兴说话的诀窍，论辩的艺术，对话的妙法等等。这些都需要我们从理论到实践，对演讲的技巧进行系统的学习和运用。

没上这个课之前我根本就不在乎这方面的锻炼，虽然明白口才很重要，却不明白那里面包含的深层含义。演讲是一种思想性、政治性较强的现实活动;演讲是真理的呐喊，演讲是心灵的共鸣，演讲是人格的展现。因此，演讲者务必具有较高的政治素质，良好的道德品质，高尚的思想情操和无穷的人格魅力。只有这样演讲者才能说服人、感染人、打动人、鼓舞人，从而促使人们去行动。

演讲与口才

演讲绝不是像有的人所想象的那样高不可攀，可望而不可及。我们不难发现，那些闻名于世的杰出演讲高手都不是生就的天才，而是经过长期不懈的艰苦锻炼成功的。。”世界上没有什么天生的演讲家，如果有的话，那就是奋斗不息的你。那么，怎样才能提高自己的演讲水平和口语表达潜力呢一个人要想提高自己的演讲水平和口才，就务必要做到：多看、多听、多问、多写、多记、多想、多学、多练。

一.多看一些演讲与口才方面的书籍和文章。演讲具有很强的科学性和艺术性。

二.学会“听”话的艺术。要学会说话，首先就就应学会“听”话。“听君一席话胜读十年书。”会“听”话的人既能很好地领会，理解别人说话的意思，又能仔细地欣赏、揣摸别人说话的技巧，更能从别人的言谈中听出言下之意和弦外之音，同时，还要做到察颜观色。“言之于口，不若行之于身。

三.柏拉图说过：“不明白自己的无知，乃是双倍的无知”。英国诗人雪莱说过：“我们学得越多，就越发现自己无知”。我国古代教育家孔子也说过：“知之为知之，不知为不知，是知也。”一个人要想提高自己的演讲水平和口才，就务必放下架子，丢掉面子，向有经验的演讲者和对口才有研究的专家虚心求教，不懂就问，不耻下问，这样就能使自己的演讲与口才潜力发生质的变化，收到事半功倍的效果。

四.多写一些学习演讲与口才的心得体会，把自己对演讲口才的认识、感受用文字写下来，并上升到理论的高度。同时，把自己工作中，生活中所见，所闻，所思的闪光语言，写在本子上，记录下来，以便日后查阅使用，这就是我们常说的：好记忆不如烂笔头。

五.要经常冷静思考，反复分析，为什么有的人讲话十分受欢迎，有哲理，有深度，有广度，使人感动万分，受益匪浅;为什么有的人说话枯燥无味、漫无边际、毫无新意，甚至令人反感。多思者，就能从中悟出道理，获得经验和教训。

六.“积之愈厚，发之愈佳”。一名优秀的演讲者，一个口才出色的人，务必要有广博的知识，丰富的联想，演讲起来，才能上下几千年，纵横数万里，山南海北，古今中外，旁征博引，融会贯通、谈吐自如。一个机智风趣的演讲家还务必具有随机应变，对答如流的潜力，演讲起来才能谈笑风生，妙语联珠，巧问妙答，左右逢源。而要做到这一点，没有渊博的知识积累是无法实现的。

七.“言之于口，不若行之于身。”语言是灵魂的镜子，是行动的影子。一个人的行动和为人是的语言。我们每个人都明白，把语言化为行动，比把行为化为语言困难多。所以，一个人要想成为合格的演讲家，成为受人欢迎的演讲家，就务必多学做人，树立起良好的形象，展现出人格的魅力。

“即使一个口才笨拙，不敢应对群众讲话的人，只要肯努力实践，刻苦学习，并且把演讲与事业连在一齐，是完全能够成为很好的演讲者的。

一、演讲的初学者最难的问题是什么

“每个人都有潜力拥有一副宽广的、极富韵味的、表达连贯的嗓子。是紧张阻碍的嗓音的去路。无论我们有多么紧张，我们都能从学习演员的自由呼吸中受益。”这是声音教练苏珊·亨利说的一句话。每一个以前不得不做演讲的人都有过演讲紧张的经历，不管他们投入多少时间准备和排练，大多数人还是会承认，讲话之前仍感到紧张。演讲的初学者最难的问题是什么呢不是不会演讲技巧，也不是缺乏实践，也不是不敢上台。而是对演讲的认识不够，或者说不明白演讲是什么。当我们真正认识了演讲的本质，其实很多问题就是一个现象，能够得到解决。

首先，我们一齐来分析很多人对演讲的误区。主要有以下几个：

1、认为演讲是枯燥乏味的。很多人一谈到演讲，脑海里就呈现出这样的场

景：一个人站在发言台前，对着一群坐着的听众，拿着稿子，说着听不太明白的话。如果是这样的理解演讲，那是必要狭义的。演讲往往是生动的，而不是枯燥的。

2、认为演讲必须要向某个大师那样。有些初学者看到某些所谓大师的演讲，或者着的看过十分精彩的演讲。除了羡慕外，脑海里想的就是怎样样到达他人的样貌。其实，每个人都就应有自己的风格，都就应有适合自己的主题。一味的模仿别人，要么学不好，要么成为别人的复制品或者复读机。

3、认为演讲很虚。很多人由于要面试或者竞选不得不学习演讲，但脑海里有个看法就是演讲不务实，有点类似“忽悠”。这样的看法无疑会限制自己的进步。演讲是务实的体现，是真善美的结合，是自我表达的方式。如果不用心投入，肯定学不好演讲。当然，目前社会上有些人演讲的资料确实很虚，大话空话一大篇。我们需要一些注意。

4、认为演讲是就需要高人一等。很多人想演讲，却感觉不到自己有什么资格上台。这样的想法的结果就是自己不敢上台，怕丢面子。演讲不需要什么资格，把的自己最自然的展现出来，就够了。很多目前的演讲名人都是从默默无闻开始的。演讲者与听众的地位是平等，大家相互交流思想。

5、认为演讲跟个人有关，很难学会。这样想法的人多在中老年人。他们觉得自己过了这么长时间都没怎样演讲，此刻学演讲必须是很难的，其实不然。恰恰相反，由于自身丰富的阅历和独特的见解，这些人学演讲有自己的独特的优势。善于引导的话，学演讲会很快，训练的结果往往使他们自己的吃惊。

了解到演讲的误区后，就会对演讲有个基本的认识。演讲就是一个人把自己的思想情感，经历感悟，信念冲动综合在一齐在众人面前表现的一种形式。有以下几个方面需要注意：

1、必须是自己的。很多人都有体会，讲自己的故事效果是的。为什么呢出来熟悉外，还有就是情感的真实释放。不必须是惊天动地的大事件，简单平凡的小事也能够挖掘大道理。当然，自己的思想也能够透过他人的故事来说明。看到经典的话语也是十分值得借鉴的。

2、是综合展现形式。演讲往往不能过于随便，但又不是呆板。讲究必须艺术的结合。比如发音、目光、肢体语言方面就需要注意。不能有小动作，做到自然是的。当然，这些演讲者方面的素质都是很好学习的。

3、能够不断提升。许多人把自己的演讲水平局限在自己目前的水平。随着自己阅历的丰富，自己思想的提升，情感的感悟，演讲必须是能够提升的。了解演讲的本质，对于每个演讲入门的朋友来说，是很关键的。

二、演讲入门的几个阶段

一般来说，演讲的阶段是：不敢说——敢说——会说——巧说。对于入门朋友来说，主要需要解决的就是从不敢说到敢说，从敢说到会说。

1、不敢说

我们常常感到上台很紧张。其实紧张是一种正常的身理心理现象。个性对于初学者来说，千万不要被这个现象吓着了。要明白，一个初次演讲不紧张的人，往往是没有演讲潜力的，因为他对上台是没感觉的。紧张往往能够爆发出巨大的潜能。

不论一个人演讲过多少次，上台前的那一小段时间或多或少都有点所谓的紧张，也能够叫做兴奋感。我们要学的就是如何最快速的适应演讲场合，化被动为主动。这个就需要必须的演讲技巧和多次的实践了。对于任何一个入门的朋友来说，这个是首先务必突破的。也是心理的突破。

怎样训练

(1)豁出去

一只手握紧拳头，大声喊到“豁出去了”。彻底的放下面子，打开心门。找一个人对练。至少喊2分钟。这个方法看似有些疯狂，其实十分有效。个性是对于那些内向的朋友来说。记住，必须要全身心投入的喊，声音化。当然，你也喊其他的话语。在保险行业或者其他销售行业会运用这个方式来激励，对提高自信有必须帮忙。

(2)运动法

我们很少看到运动员运动之后还会紧张的。一般都是运动前感到紧张。所以，我们在上台前能够给自己“热身运动”。有哪些做法呢找个地方做些类似广播体操等运动。也能够小跑，但不要但是激烈。

(3)放松法

这个方法很多人都会。透过深呼吸等方式进行放松。

(4)多适应场合

在上台之前，如果有机会能够提前到场地。多熟悉演讲场地是很有帮忙的，包括讲台的位置，能够移动的位置，灯光效果，音箱效果等。注意，尽量让自己的讲台持续干净，不碍于自己演讲。另外，还要多去人多的场合。不必须是演讲，能够是其他交流会，唱歌，聚会或什么晚会等。多让自己适应人多的场合。不要总是做一个旁观者，学会做一个参与者。

(5)多准备

很多人都会怕，怕的一个原因是自己不明白讲什么，脑袋是空白的。所以，事先的准备也是很重要的。包括资料的收集，故事的核实，数据的确定等等。还有演讲大纲，怎样开头结尾的准备。准备不论是在哪个阶段都十分重要。

(6)心理暗示

上台前对自己默默的说：我必须能够，一场精彩的演讲就要诞生了心理暗示有时候会起到必须的作用。但不要一味指望这个。

2、敢说

敢说和不敢说的一个区别就在于上台的意愿上。遇到该自己讲话的时候，能够上台发言。至于讲什么或者讲得怎样样，就不清楚了。如果遇到突发的问题，往往显得比较尴尬。对于演讲来说，很多自学的人往往到了这个阶段就停止了。每次上台也能够，但是讲的效果不是自己能够把握的。这样往往难以将的自己展现出来，容易失去机会。

如何突破

(1)学会准备

准备在任何阶段都很重要。准备不是简单的用笔随便写些文字，更不是在一字一句写演讲稿。而是对于演讲全局的准备。包括对听众的熟悉，演讲目的的准备，演讲大纲的准备，演讲开头结尾的准备，演讲中出现故事或案例的准备，演讲数据的准备，演讲中可能会出现问题的准备等等。

(2)学会练习

准备后，还需要的是强化练习。必须要放出声音，给自己模拟训练，在镜子前训练。或者找几个听众也能够。从练习中找到适宜的语句和故事。不练习就不可能到达会说。

(3)学会用自己的风格

演讲的风格有和多种。比如文采型，激情型，幽默型，稳重型等。当然，也有人是比较综合类型的。如果你敢说，那么找到一个适合自己的风格能够让人印象深刻。

(4)学会应变的技巧

敢说并不代表能说好。很可能会遇到意料之外的问题，甚至是恶意的挑衅。这个时候，持续情绪稳定是必要的。任何时候都不要跟听众发生纠葛，很多时候一句话能够简单带过。这个技巧也是要学的。

3、会说

透过上面说的步骤或方法，能够到达会说。会说就比前面2个阶段进步很多了。在一般的场合，当自己上台时，能够清楚的将自己的意思表达出来。往往有自己的主题或者见解，遇到问题会化解。对于演讲入门的朋友来说，到达会说是个一向能够上升的阶段。快的话一周内能够学会，慢的话半年也能够学会。但要从会说到巧说就需要必须的时间和实践。

1、任何场合，上台后千万不要急于说话。上台后是先跟所有的听众进行必须眼神的交流。采用环视的眼神交流技巧。

2、第一句话语气很重要。初学者需要在演讲形式上下点功夫。第一句话往往是问好，问好的语气大些，以引起听众的注意力。

3、不要过于心急。很多初学者都期望速成。速成的往往是技巧，技巧往往是体此刻外在的。但要注意，演讲也是需要基本功的，比如发音，手势方面等就需要下点功夫。

4、不要随便放下。也许你已经开始练习演讲，但发现效果不佳。不要轻易放下，很可能是你方法不对或者心态不好。学会认识自己是很重要的。

5、不要蜻蜓点水。很多初学者学到一点技巧后就停止了训练，这样往往限制自己。一个人的演讲水平能够随着年龄的增大会增加。多看他人的演讲能够开阔我们的视野。

6、给自己找个好的环境。那里说的好的环境是指演讲环境。不是每个人都有很好的练习或者实践机会。能够参加类似的社团或者其他组织。这个也是很重要的。

四、进一步认识主题演讲

一般来说，一次完整演讲是有周期和规律的。周期是：准备期——练习期——实践期——改善期。

任何一次演讲，往往都需要事先超多的精心的准备，包括资料的收集，故事的核实，数据的确定等。另外，就是演讲目的和大纲的准备，演讲开头结尾的准备，可能出现问题的准备以及互动的准备等。你此刻看到某个演讲高手讲一个经典的案例，很可能是从事先准备好的20个挑选出来的最经典的一个。

之后，就开始进入练习期。练习期是十分重要的，这个阶段就需要自己强化训练。不仅仅是一个人训练，是模拟训练。让别人在挑自己的毛病。要明白，听众大多是挑剔的。练习过程中，很多的语气语句都能够不断的修改，到达脱口而出的程度。记住，必须不要背稿，那样很可能因为一两句话导致自己陷入僵局。

什么是实践期呢就是不断的给自己创造比较正式的场合进行演讲。而且一个场合机会往往只有一次。比如聚会发言，会议主持，交流会，个人演讲，答谢会，辩论，竞选，招商等等。在这个阶段，必须要全身心投入，全力以赴做到。也可能还会出错，但必须要突破自己。这个过程往往还能够创造奇迹。

最后，就是改善期。实践结束后，就需要总结和分析。哪些资料还不够熟悉，哪些地方讲得还不够生动，哪些故事还需要修改必须要学会去琢磨演讲的资料。据说，美国有个演讲者一句重要的话往往修改50多次，最多一次到达104次。要我们到达50多次也许不容易，但对一些重要的话修改10多次是必要的。

改善期结束后，就进入到下一次的准备期。再次对演讲目的的准备，以及大纲的准备。因为每次演讲的主题往往一样，但听众和目的往往不一样。这就需要我们再次准备。如此，进入到一个循环。

最后，透过不断的循环，能够把一个话题到达融会贯通。任何场合，任何对象，任何环境都能够脱口而出。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com