# 最新演讲与口才读书心得体会(优秀12篇)

作者：心灵之音 更新时间：2024-03-03

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。演讲与口才读书心得体会篇一这段时间*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**演讲与口才读书心得体会篇一**

这段时间读了《演讲与口才》，让我受益匪浅，读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。演讲口才从小就对我有着特殊的吸引力，此刻我仍然觉得，没有什么比热情洋溢的演讲更能打动人，一个好的演讲者，能把别人带到自我的情绪中，能够准确传达自我的意图，能够使你信服，没有什么比这更有魅力了。

以前我觉得口才就是讲话，只要会讲话，便是有口才的人。但此刻我明白其实并不是，不能仅从表面去理解演讲与口才的意义，而对口才也有了更全面的认识，明白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，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。我们经过语言来表达自我的意思，很多时候，我们在私底下能够口若悬河，但一旦站在台上时，就会出现说话断断续续、语无伦次的尴尬情景。

首先，不敢开口说话。其次，若与陌生人在一齐更是闭口无言，沉默以对。可能是从小缺乏团体生活，习惯一个人：可能说话产生了不好的效果阴影，可能是觉得自我口才较笨，表达往往词不达意、言不中听，因而产生了少说或干脆不开口的想法。不管出于何种原因，那就是要克服自我的心理障碍，给自我勇气，默认自我是最棒的。

其实，让我记得很清楚的是学校的一次活动，我遇到一个很尴尬的情景，精心准备了自我的开场白，忐忑了几天后，迎来了初赛，我上台后就感觉自我变成了一台机器，很木很木的感觉，还没结束就被叫停了，结果都猜得到。事后了解他们给我的评价是，主持不是演讲，自我不是主角，我的动作表情又太僵硬，完全带动不了气氛……，我对局面的掌控力不够，由于紧张，我的注意力大部分集中在了自我身上，没能注意场下的观众，其实无论主持还是演讲，都不是一个人的活动，演讲的气氛是演讲者和听众共同营造的。演讲是各种本事的综合应用，它要求我们灵活运用所掌握的知识。

总之，当代社会需要的人才不仅仅是技术和知识的掌握者，并且对人际交往能力也很重视。每个人都渴望自我有流利的口才，但我们却被恐惧吓得退缩，甚至在人多的地方说话都脸红，但为了交际能力的提升我们必须在生活中锻炼自我的说话本事。

**演讲与口才读书心得体会篇二**

在少儿读物《演讲与口才》中有很多励志的故事，让人们看完后会突然就开朗起来。

《坚持沉默的青蛙》告诉我们，应对别人因为妒忌而产生的嘲笑，不到迫不得已的时候要坚持沉默。如果你回来他的话，他就会让人认为他的话成功了，便会更加频繁的骚扰你。

《演讲与口才》让我明白了人必须不能烦躁和消极，如果有两个人得了绝症，甲病人乐观的去自我以前想去的地方，很久都没有再去检查时绝症已经消失了;而另一个病人天天窝在家里喝酒，然后蒙头大睡，也不进医院检查治疗，三个星期后他就死了。

电影明星李晨外表上像个大猛男，事实上他比女人还细心，他拍跑男时正是很关心别人。一次，杨颖被道具挂伤了，他很快地拿出来肉色创可贴和止血药。李晨还是一个很公平的人，他拍戏的时候，总是向导演推荐适合演这个主角的人，从来不会因为是自我的`朋友就不管适不适合都推荐他。

巴比特是一个模仿别人唱歌很厉害的人，可索罗姆却用行动告诉他一个道理：如果你总是模仿别人，而不自我创造，你就永远只能用别人的，不能用自我的。之后巴比特专心写歌，成了一个大歌星。

《演讲与口才》对人很多帮忙，有幽默的名人趣事，有令人看清面前道路的文章，这本书让人受益匪浅。

**演讲与口才读书心得体会篇三**

这两天我把演讲与口才看完了，是我的感悟很大。为什么董卿等等他们的口才如此的好!

评委们踊跃回答，有说是定情物的，有说是装烟丝的，事实上这是一只装盐巴的小盒子。董卿向于秋雨说评委能得多少分那当然是0分了董卿接过话说在这两位歌手来到这个舞台之前，我们也不明白姜族还有这么优美的酒歌。其实不论他们来自哪里，音乐是能够毫无障碍的\'抵达每一个人心灵的深处的。而分数不是最重要的。说完，全场响起了热烈的掌声!

**演讲与口才读书心得体会篇四**

坚持阅读，你将会不知不觉地、渐渐地却又是必然地改着你的辞藻，使它们变得美丽优雅。卡耐基著的《演讲与口才》是我放暑假后阅读的第3本书。阅读这书，让我有所收获。又一次验证了“读书越多越让自己感越才疏学浅”。

戴尔·卡耐基是20世纪最伟大的成功学导师，美国成人教育之父。20世纪早期，美国经济陷入萧条，战争和贫困导致人们失去了对美好生活的愿望，他运用心理学和社会学知识，对人类共同的`心理特点进行探索和分析，开创和发展了一套独特的融演讲、推销、为人处世及智力开发于一体的成人教育方式。他把从生活常理中提炼出来的处世哲理，在实践的基础上撰写成著作。

他讲述的许多普通人通地奋斗获得成功的真实故事，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自己的人生。演讲与口才是20世纪最畅销的成功励志经典主要代表作之一。

以下的话语给我留下深刻的印象;

“要想成功演讲，就必须要有强烈的浴望，保持高度的热忱，具备坚强的毅力。”

“天才是百分之一的灵感，加上百分百的汗水。”

“生活成功的主要原因之一是，每天保持对工作的兴趣，有持久的热忱，并将每天看得一样重要。”

“快乐是一种香水，把它洒在别人身上时，你自己也会沾上一些。”

“勇于承担责任的人，在办公室、工厂或任何一个行业中，都会使自己显得鹤立鸡群。而且也会出人头地。”

**演讲与口才读书心得体会篇五**

坚持阅读，你将会不知不觉地、渐渐地却又是必然地改着你的辞藻，使它们变得美丽优雅。卡耐基著的《演讲与口才》是我放暑假后阅读的第3本书。阅读这书，让我有所收获。又一次验证了“读书越多越让自己感越才疏学浅”。

戴尔·卡耐基是20世纪最伟大的成功学导师，美国成人教育之父。20世纪早期，美国经济陷入萧条，战争和贫困导致人们失去了对完美生活的愿望，他运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点进行探索和分析，开创和发展了一套独特的融演讲、推销、为人处世及智力开发于一体的成人教育方式。他把从生活常理中提炼出来的处世哲理，在实践的基础上撰写成著作。

他讲述的许多普通人通地奋斗获得成功的真实故事，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮忙他们重新找到了自己的人生。《演讲与口才》是20世纪最畅销的成功励志经典主要代表作之一。

以下的话语给我留下深刻的印象；

“要想成功演讲，就务必要有强烈的浴望，持续高度的热忱，具备坚强的毅力。”

“天才是百分之一的灵感，加上百分百的汗水。”

“生活成功的主要原因之一是，每一天持续对工作的兴趣，有持久的热忱，并将每一天看得一样重要。”

“快乐是一种香水，把它洒在别人身上时，你自己也会沾上一些。”

“勇于承担职责的人，在办公室、工厂或任何一个行业中，都会使自己显得鹤立鸡群。而且也会出人头地。”

“我们不应向后看，除非是要从过去的错误中获取有用的教训，并由昂贵的代价所买到的经验里获得教益。”“成功之道，唯有用心思考，除此之外别无捷径。在演讲中，你的第一个句子就要引起听众的好奇心，然后他们就会对你感兴趣，并关注你的演讲。”

在我们的世界里，最常见、普通的也但是于讲吧。没有任何一个正常人不需要讲话、不需要交流，也没有任何一种工作不需要和别人打交道。而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。说话贯穿着人的一生，是人赖以生存的基本手段。

在生活中，我们靠说话维系亲情，建立友情，追求感情，生活因此变得丰富精彩，人生也由此更加意味无穷；在个人成长中，我们以说话获取知识，增加个人魅力，不断壮大自己，不断追寻或提升自己的人生目标，塑造个体的理想形象。相类同的人，不同的说话潜力，自然会产生不同的效果，久而久之，这种效果由量变到达质变，人生的命运也就随之改变了。由此，有位口才专家以前大胆断言道：“语言是人生命运的纽带。”西方有位哲人也认为：“世间有一种成就能够使人很快完成伟业，并获得世人的认识，那就是说话令人喜悦的潜力。\"

我们要私底下能够口若悬河，但我们一但在讲台上、在公共场所上讲话时，有的人就不敢说话、不会说话。脸红耳赤，说话断断续续、结巴、语无轮次。在我们周围的很大一部分人，不会说话、不敢说话，主要是羞怯，怕人笑。

我们身边的部分人，没开口便怕人笑，若与陌生人在一齐更是闭口无言，造成这种不敢说话的原因，不仅仅仅是因为怕人讥笑，也有可能是因其他许多原因：一、可能是因为从小缺乏群众生活，孤独惯了，对人不太了解，也不作努力去了解；二、可能是因炒在某个场合说话产生了不好的效果，便吸劝经验教训”、因噎废食，“一朝被蛇咬，十年怕井绳”；三、可能是自己觉得口才较笨，各自往往词不达意、言不中的，因而产生了少说为佳或者干脆不开口的想法。

针对于此类胆怯心理，我们可透过以下几个方面来改正：一、仔细回忆，把以前自己被人笑过的事实追忆出来。二、解剖事实，分析情理，寻求解决途径。三、正确地对待生活中遭遇的是非问题。我们要克服羞怯、胆怯、自卑、优柔寡断的心理障碍，这样才能解决怕人笑的心理。

同样克服羞怯我们也可透过以下几个方法来克制：一、想像自己是完美的化身。二、大胆表现自无，把自信心视为肌肉，需要定时持之以恒地锻炼。三、进行想像练习。

不要拘泥，要多多参与，多参加活动，多与人接触，做好一件事情，不忘自己庆祝一番。确信自己必须会成功，摒弃一切不利的想法。调整心理、呼吸、自我鼓励。

广义的口语表达潜力还应包括方言、外语、社交口才等方面。随着市场经济的发展，对外开放的扩大，对口语表达潜力的要求日益更高、更全面。

在当今这个高速发展的信息时代随着传播手段的日益现代化，社会竞争的日趋激烈，以及人与人之间关系和交往的密切，在社会生活的各个领域，说话越来越骑着举足轻重的作用。戴尔卡耐基说过：“假如你的口才好……能够使大家喜欢你，能够结交好的朋友，能够开辟前程，使你获得满意。“有许多人，因为他善于辞令，因此而擢升了职位……有许多人因此而获得荣誉，获得厚利。你不要以为这是小节，你的一生，有一大半的影响，产生于说话的艺术”。

**演讲与口才读书心得体会篇六**

《演讲与口才》这本书讲了很多关于说话的技巧及实例，其中，《道歉的几种方法》给我的印象最深刻。我原本以为跟对方说句‘对不起’就算是道歉了。而从看了这篇文章后发觉我一直都是错的。原来人道歉是有讲究的，并非仅仅说句“对不起”就万事大吉了。要想使道歉起到沟通作用。除了要有“坚持真理，修正错误”的勇气和真诚的态度以外，还需要懂得选择不同的道歉方式。有针对性化解对方心头的怨气，才可能实现心灵沟通，达到预期目的。

有以下几种道歉方式：

1、关心道歉，对不是有意行为却伤害到他人的，及时道歉并关心问候对方，可启到缓解对方的紧张情绪的作用。以上行为就成了“灭火剂”，必会立竿见影，话到火熄，矛盾消除。

2、解释道歉，因误会造成的矛盾通过说明事情的原委的方式向对方道歉，征得对方凉解。

3、担责道歉，俗话说，一个巴掌拍不响，在很多情况下造成矛盾冲突的原因在双方。

为了化解矛盾，只要一方主动道歉承担责任，多作自我批评，就可以得到对方的积极回应。道歉看上去像是示弱的表现，其实是一种高态，是处理人际矛盾的明智选择，它能体现出自己纠正错误的勇气。所以要记住，要想有一口好的口才，就必须多练习，珍惜可以在台上讲话的机会，勇敢地表达自己的想法。

读了这本书，我学会了怎么与人沟通相处。

**演讲与口才读书心得体会篇七**

《演讲与口才》这本书讲了很多关于说话的技巧及实例，其中，《道歉的几种方法》给我的印象最深刻。()我原本以为跟对方说句对不起就算是道歉了。而从看了这篇文章后发觉我一向都是错的。原先人道歉是有讲究的，并非仅仅说句对不起就万事大吉了。要想使道歉起到沟通作用。除了要有坚持真理，修正错误的勇气和真诚的态度以外，还需要懂得选取不同的道歉方式。有针对性化解对方心头的怨气，才可能实现心灵沟通，到达预期目的。

有以下几种道歉方式:

1、关心道歉，对不是有意行为却伤害到他人的，及时道歉并关心问候对方，可启到缓解对方的紧张情绪的作用。以上行为就成了灭火剂，必会立竿见影，话到火熄，矛盾消除。

2、解释道歉，因误会造成的矛盾透过说明事情的原委的方式向对方道歉，征得对方凉解。

3、担责道歉，俗话说，一个巴掌拍不响，在很多状况下造成矛盾冲突的原因在双方。为了化解矛盾，只要一方主动道歉承担职责，多作自我批评，就能够得到对方的用心回应。道歉看上去像是示弱的表现，其实是一种高态，是处理人际矛盾的明智选取，它能体现出自己纠正错误的勇气。

**演讲与口才读书心得体会篇八**

《演讲与口才》这本书讲了很多关于说话的技巧及实例，其中，《道歉的几种方法》给我的印象最深刻。我原本以为跟对方说句‘对不起’就算是道歉了。而从看了这篇文章后发觉我一直都是错的。原来人道歉是有讲究的，并非仅仅说句“对不起”就万事大吉了。要想使道歉起到沟通作用。除了要有“坚持真理，修正错误”的勇气和真诚的态度以外，还需要懂得选择不同的道歉方式。有针对性化解对方心头的怨气，才可能实现心灵沟通，达到预期目的。

有以下几种道歉方式：

1、关心道歉，对不是有意行为却伤害到他人的，及时道歉并关心问候对方，可启到缓解对方的紧张情绪的作用。以上行为就成了“灭火剂”，必会立竿见影，话到火熄，矛盾消除。

2、解释道歉，因误会造成的矛盾通过说明事情的原委的方式向对方道歉，征得对方凉解。

3、担责道歉，俗话说，一个巴掌拍不响，在很多情况下造成矛盾冲突的原因在双方。

为了化解矛盾，只要一方主动道歉承担责任，多作自我批评，就可以得到对方的积极回应。道歉看上去像是示弱的表现，其实是一种高态，是处理人际矛盾的明智选择，它能体现出自己纠正错误的勇气。所以要记住，要想有一口好的口才，就必须多练习，珍惜可以在台上讲话的机会，勇敢地表达自己的.想法。

读了这本书，我学会了怎么与人沟通相处。

**演讲与口才读书心得体会篇九**

读书心得——《演讲与口才》 从小就喜欢阅读的我，无意中与一本让我受益匪浅的书——《演讲与口才》，结下了缘。与这本书的初次见面是我刚开学去图书馆无意间看到的，我认为我有必要训练自己，让自己能够勇敢的说出自己想说的话，并且可以用别人能够接受的方法和语气。有多少人能够站在讲台上可以很流利的讲话，思路很清晰？有多少人可以很自信的表达自己的态度和意见？我们现在这个社会，交际和沟通是非常重要的，可以说我们每天都在相互沟通中度过，在学习和生活中，与同学、老师、亲朋好友等等不同的人的交谈都是一种沟通，包括演讲其实也是一种沟通。从此以后，我几乎阅读每一期。这本书无论从画面还是内容都显得格外新颖，还有一种用语言无法表达的吸引力，那就是无论你是哪个年龄阶段的读者，它都符合你的阅读需求，并能从中悟出不同的哲理。

一开始，我就被书的卷首语吸引住了，“希望能助你展出灵魂的翅膀，希望能冲破困难的围剿，希望总让你看到闪亮，希望是生活中美丽的结局……”，一句句充满鼓励的话语温暖着我的心田，更有一种让我想读下去的欲望。

书中的故事给我留下了深刻的印象，主人公的精神更值得我学习。书的语言，言简意赅，富含哲理，而且每一页下面都写著名言警句，发人深省，耐人寻味。它在增加我阅读广度和深度的同时，也教会了我如何感恩，如何沟通，如何面应对挫折等等。每一字，每一句，每一段，都深深地印在了我的脑海里。

读着《演讲与口才》，感觉自己就像故事中的主人公一样，变得更理性，更富有活力，同时给我以如同山涧清泉一样的清新感，使我受到了很深的教育与启迪。

《演讲与口才》是我的导师，始终指引着我前进。它的故事很朴素，道理却耐人寻味；它的词汇较平凡，却显示出不同凡响的用意。它无时无刻不在滋润着我的心田，手捧着它就如同捧着一束鲜花，爱不释手。待仔细“品尝”后，方能闻出“书”中的味道。

读书不在于多，而在于精。一页一页品读，一页一页欣赏，自己就会融入到故事中，收获书中的智慧，从而分享其中的快乐。

书中的精华就在于告诉你生活的酸甜苦辣，让自己掌握命运，让你重新认识生命的高度与宽度。

总之，《演讲与口才》带给了我许多值得品味的东西。

拿着它，我，爱不释手。

**演讲与口才读书心得体会篇十**

《演讲与口才》从小就喜欢阅读的我，无意中与一本让我受益匪浅的书——《演讲与口才》，结下了缘。与这本书的初次见面是我刚开学去图书馆无意间看到的，我认为我有必要训练自己，让自己能够勇敢的说出自己想说的话，并且可以用别人能够接受的方法和语气。有多少人能够站在讲台上可以很流利的讲话，思路很清晰？有多少人可以很自信的表达自己的态度和意见？我们现在这个社会，交际和沟通是非常重要的，可以说我们每天都在相互沟通中度过，在学习和生活中，与同学、老师、亲朋好友等等不同的人的交谈都是一种沟通，包括演讲其实也是一种沟通。从此以后，我几乎阅读每一期。这本书无论从画面还是内容都显得格外新颖，还有一种用语言无法表达的吸引力，那就是无论你是哪个年龄阶段的读者，它都符合你的阅读需求，并能从中悟出不同的哲理。

一开始，我就被书的卷首语吸引住了，“希望能助你展出灵魂的翅膀，希望能冲破困难的围剿，希望总让你看到闪亮，希望是生活中美丽的结局……”，一句句充满鼓励的话语温暖着我的心田，更有一种让我想读下去的欲望。

书中的故事给我留下了深刻的印象，主人公的精神更值得我学习。书的语言，言简意赅，富含哲理，而且每一页下面都写著名言警句，发人深省，耐人寻味。它在增加我阅读广度和深度的同时，也教会了我如何感恩，如何沟通，如何面应对挫折等等。每一字，每一句，每一段，都深深地印在了我的脑海里。

读着《演讲与口才》，感觉自己就像故事中的主人公一样，变得更理性，更富有活力，同时给我以如同山涧清泉一样的清新感，使我受到了很深的教育与启迪。

《演讲与口才》是我的导师，始终指引着我前进。它的故事很朴素，道理却耐人寻味；它的词汇较平凡，却显示出不同凡响的用意。它无时无刻不在滋润着我的心田，手捧着它就如同捧着一束鲜花，爱不释手。待仔细“品尝”后，方能闻出“书”中的味道。

读书不在于多，而在于精。一页一页品读，一页一页欣赏，自己就会融入到故事中，收获书中的智慧，从而分享其中的快乐。

书中的精华就在于告诉你生活的酸甜苦辣，让自己掌握命运，让你重新认识生命的高度与宽度。

总之，《演讲与口才》带给了我许多值得品味的东西。

拿着它，我，爱不释手。

**演讲与口才读书心得体会篇十一**

坚持阅读，你将会不知不觉地、渐渐地却又是必然地改着你的辞藻，使它们变得美丽优雅。卡耐基著的《演讲与口才》是我放暑假后阅读的第3本书。阅读这书，让我有所收获。又一次验证了“读书越多越让自己感越才疏学浅”。

戴尔·卡耐基是20世纪最伟大的成功学导师，美国成人教育之父。20世纪早期，美国经济陷入萧条，战争和贫困导致人们失去了对美好生活的愿望，他运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点进行探索和分析，开创和发展了一套独特的融演讲、推销、为人处世及智力开发于一体的成人教育方式。他把从生活常理中提炼出来的处世哲理，在实践的基础上撰写成著作。

他讲述的许多普通人通地奋斗获得成功的真实故事，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自己的人生。演讲与口才是20世纪最畅销的成功励志经典主要代表作之一。

以下的话语给我留下深刻的印象;

“要想成功演讲，就必须要有强烈的浴望，保持高度的热忱，具备坚强的毅力。”

“天才是百分之一的灵感，加上百分百的汗水。”

“生活成功的主要原因之一是，每天保持对工作的兴趣，有持久的热忱，并将每天看得一样重要。”

“快乐是一种香水，把它洒在别人身上时，你自己也会沾上一些。”

“勇于承担责任的人，在办公室、工厂或任何一个行业中，都会使自己显得鹤立鸡群。而且也会出人头地。”

“我们不应向后看，除非是要从过去的错误中获取有用的教训，并由昂贵的.代价所买到的经验里获得教益。”“成功之道，唯有用心思考，除此之外别无捷径。在演讲中，你的第一个句子就要引起听众的好奇心，然后他们就会对你感兴趣，并关注你的演讲。”

**演讲与口才读书心得体会篇十二**

这些天，我读了几本《演讲与口才》，这书是妈妈在邮局给我订阅的。她说，这是一本好书，能够锻炼口才，提高写作水平。我也受益良多，不用多说，它确是一本好书。

这本书，正如妈妈说的那样，能够锻炼口才，有时还会教给我们许多道理。它里面有各种各样的文章，这些文章被分成多个种类，读者在目录上就可能看到。例如：在第一页的“卷首寄语”的文章，一般都是说明一个道理，还会举例子，验证这个道理的重要性;在“谈话技巧”这个栏目的文章，都是写如何有技巧地说话，把话说得幽默风趣;“辩论之首”这类的文章，都是写一些有关于辩论的东西，还教会我们如何辩明是非曲直……像这样的分类还有许多，如“交际指南”“演讲艺术”“行业口才”“谈情说爱”“职场经纬”“求职方略”“说长道短”“海天巡看”“评说名嘴”“说林广记”等等。这些所有类别的文章，归根到底，只是围绕着一样东西来写的，那就是—语言。《演讲与口才》这本书，向我们生动而形象地展示出语言的重要和魅力!

拿起《演讲与口才》，它并不是很重，也不是很厚，但是，这里面包含了多少做人的道理，多少语言的智慧呀!轻轻的翻开它，你会发现，密密麻麻的字如同并马俑的士兵一样，排着整齐的方阵，等待着你去读它，琢磨它，并从中获得有益的东西。它不像漫画书那样一幅画就占了半页纸，也不像文学类的书那样全是黑压压的字，使读者感到无趣，它是在恰当的地方放上一张与文章相关的图，不大也不少，图文并茂，不但增加了读者的阅读兴趣，还能使读者更加理解文章要表达的意思，真是一举两得!《演讲与口才》获得了无数的奖，每一期我都会认真地去读它，每次读，都会知道新的知识，新的道理。这本书，使我看到了语言的`魅力，让我喜欢上了说话这门艺术。

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