

# 2023年演讲的十个技巧精彩片段摘抄(模板8篇)

导游词还可以适当融入有趣的逸闻轶事和传说，增加游客的参与感和互动性。接下来是一些经典的答谢词范文，希望能给大家提供一些灵感和借鉴。

## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇一

引导语：在现实生活中，为什么有的人提起笔来扬扬万言，笔下生辉。下面是小编为你带来的教你即兴讲话、即兴演讲的基本技巧，希望你有所帮助。

有些人貌不惊人，却说起话来口若悬河，滔滔不绝，妙语连珠。以上说法不一定普遍，但在现实生活中确实存在。前者说的是肚子里有“货”倒不出来，后者说的是胸有成竹，出口成章。那么为什么在语言上会有天壤之别呢，这就是今天我们所要谈的主题——即兴讲话的基本技巧。

其实，我们每个人，尤其是年轻人都想在社会舞台上展示自己，也希望能说会道，谈吐有致，可就是嘴吧不争气。良好的谈吐可以助你成功，说话木讷令人坐立不安。

即兴讲话，也叫即席说话。即兴讲话者事先未作准备，是临场因时而发、因事而发、因景而发、因情而发的一种语言表达方式。

相对来说，生活中的语言表达以即兴为多。如同志间一针见血的辩论，朋友间滔滔不绝的谈吐，酒席上要言不繁的祝辞，谈判时有条不紊的应对等。有时不可能拿着稿子去念。因此，即兴讲话对我们每一个人来说非常重要。如果没有即兴讲话的技巧，遇事则脑门充血，无言以对，颠三倒四，哼哼唧唧。

即兴而发，针对性强。

形式自然，灵活多变。

相互制约，听说并行。

情感激发，诱导联想。

语言精炼，达意为上。

主题是即兴讲话最重要、最关键的内容，是整个表达的根本依据。讲话时每一层次、每一段落、每一句子、每一个词都反映着一个意思，这些意思都要统帅于主题之下。因此，即兴讲话要寻找触点，临场发挥，及时提炼新颖而典型的主题。下面介绍几种提炼主题的方法：

1. 临场发挥。着眼于临场某一客观事物的特点和本质，进行主观联想，立即闪现出一种思想，然后把它言表于外。
2. 内心孕育。当开展调研或检查工作时，从别人讲话中得到启发，萌发一个新的观点，这时就成了孕育主题的素材。
3. 问题凝练。问题是形成主题的摇篮。当你参加会议，大家都说了话，你自己正襟危坐，此时不说也不行，于是你就向自己提出了一串串问题，怎么办？说什么？怎么说？有价值的主题往往就形成于有价值的问题之中。
4. 角度更新。对同一个问题从不同角度进行表达，使之更加新颖，表达出众。如：以小草为题，有人说“小草默默无闻，造福人类”，有人却说“小草逆来顺受，软弱无能，不思反抗”。

即兴讲话要注意结构的整体布局。整体布局主要有纵式、横式、总分式、递进式。整体布局是考虑如何开头，如何过渡，

如何结尾，主体材料应放在何处，次要材料应放在哪里，需要讲几个部分，是按时间顺序还是按空间顺序，是递进式还是并列式。

即兴讲话是临场之作，不宜过长，切忌繁杂，防止罗嗦。即兴讲话应符合以下标准：思维敏捷，反映迅速。

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。

適切语境，话语得体。

生动优美，诙谐幽默。

把握时机，灵活善变。

口语表达是思维的外化和工具。思维是语言的内容，没有思维就没有语言。语言表达过程，实际上就是把思维结果表达出来的过程，说话的过程就是从内部言语向外部言语转化的过程。考虑话该怎么讲，是一种思维活动，尤其是即兴讲话，是一个激烈的思维过程。它经过思想—句子—词汇—语音的快捷转换过程。这个过程是完整的，如果任何一个环节出了问题，都会影响语言表达能力。思维训练一般有三种方法：

1. 定向思维训练法。是按常规恒定思维的模式。这种思维可以培养我们深入思考的能力，有助于养成深入分析问题，透过现象看本质的良好习惯。

2. 逆向思维训练法。是反过来想一想，变肯定为否定，变否定为肯定，变正面为反面，变反面为正面。这种思维方式具

有独立发表见解的特点。

3. 联想思维训练法。是由一事物想到它事物的`训练方法。其特点是一闻知十，触类旁通，使即兴讲话具有流畅性与变通性。

即兴讲话是一种综合能力的表现，涉及到一个人能力的方方面面，加强基本技能训练，可以全面提高表达能力。即兴讲话重点要注重以下能力的训练：观察能力，记忆能力，分析能力，推理能力，机敏能力。

即兴讲话最大的障碍不是听众，而是自己。缺乏自信心是即兴讲话的最大障碍。为此，要从以下三个方面做好清障工作。

1. 积累知识，提高文化素养。“知识就是力量”，只有用知识武装自己，讲起话来才能镇定自如，侃侃而谈。

2. 大胆交往，学习他人语言。要大胆地与周围人、社会人、各阶层人接触，并主动地进行对话，从中汲取口才营养，学习讲话技巧。

3. 自我调节，增强自信心理。凡是有发言的机会，首先要调节好心理，要敢于说话，不要怕，不要躲躲闪闪，更不要说一些“我不会说，说得不好”等“丧气”话，越是这样，越不敢说话。这样容易给人留下哼哼唧唧，唯唯诺诺的印象。

讲话时，变调失真打官枪，是普遍厌烦的事情。只有使用自然的声音讲话，才能真正打动人。同时语言表达要简单清晰，切忌罗嗦。否则会失去听众。生活中有哪些讲话容易引起人的反感呢？心理学家归纳为十二种：

1. 抱怨自己的命运，或夸耀个人的成就；

2. 喜欢扮演心理分析家，对任何人的言行都要评头论足；

3. 自我膨胀，夸夸其谈；
4. 拒绝尝试新事物，不肯听取别人意见；
5. 言谈冷淡，缺乏真诚热情；
6. 过分取悦或阿谀奉承别人；
7. 毫无主见，人云亦云；
8. 视自己为焦点人物，一副“舍我其谁”的狂妄姿态；
9. 言谈时态度暧昧，模棱两可；
10. 言词逞强，喜欢咬文嚼字；
11. 经常打断别人话题，影响他人说话兴趣；
12. 过渡谦虚，恭维别人。

在口语交际中，一般听众处于被动地位，要使表达者与听众两极合璧，就要消除听众的被动、消极情绪。听众对讲话者的要求是：厌繁杂、喜精短，厌粗俗、喜新颖，厌空洞、喜形象。

## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇二

你最好能将你演讲的主题精简到只有30秒的一段话。为此你要怎么做呢？这就必须从你的演讲目的着手。它是用来传达知识吗？如果是，那么它的重点是什么？或许你的演讲目的是呼吁听众行动起来，那么你希望他们要采取什么行动呢？或许你就是为了让听众们有所感悟。这些最重要的内容才是你需要在演讲中强调的。首先，写出首稿，不必理会字数是多少。一旦初稿完成，就要浓缩它。在演讲时，在任何适当的时机

重复你的演讲主题三遍以上，但是，你一定要在演讲的开始，中段，尤其要在末尾提及到演讲主题。

## 二、三个要点

这适用于长短不同的演说。即使你必须表达很多不同的想法，你也要尽力将它们归纳成围绕主题的三个要点。在演讲开始时让你的听众知道你会谈论这三要点。这会有助于他们紧跟你的思路，特别是让你在沒有使用其他视觉辅助工具的时候，仍然保持听众的。

## 三、列举最有力的资料和事实

如同准备你的演讲主题，将所有可能包含到演讲中的资料都收集起来。然后详细地分析它们，选取最能充分表现演讲主题和三个要点的资料。紧记：宁缺毋滥。如果那些资料不能强有力地支持主题，就不要用它们。

## 四、借助视觉辅助工具

尽可能将幻灯片制作得简明扼要。尽量使用图画和图表以代替文字。

## 五、使用演讲卡片

如果你在演讲的时候一定需要提示，那么就使用一些只写有要点和事例的提纲小卡片。读稿式的演讲听上去只会像是读稿，而且很可能留不住听众的注意力。

## 六、勤加练习

想想，你们当中有多少人演讲会选择即兴发挥？很好，你不是唯一一个。现在再想想，你们当中有多少人，当踏上演讲台时会想：“噢，我应该事先练习一下。”好了，那你现在明

白我是什么意思了吧。练习的目标不是能够将每个字准确读出来，而是要能够记住演讲的大概内容，让演讲时语气听上去自然一点，让自己演讲时放轻松。练习演讲至少五次，而且至少有一次有录音。这会有助于修正你的演讲风格。

## 七、释放焦虑情绪

在发表讲话前，通过进行一些简单的运动为自己的打气，释放一部分紧张情绪。比如说跳跃运动，挥舞手臂，在走廊边慢跑边听音乐。在演讲开始前5分钟停下来，对笔记做最后一次简单的回顾。

## 八、运用自我激励的话语

在你登台演讲之前，对自己说一些自我激励的话，比方说：“今天的演讲一定会很成功！”；“听众一定会领会我的意思，并受到鼓舞立刻行动的！”；“我一定会演讲得很开心！我已经等不及要开始了！”来鼓励自己。

## 九、保持微笑，轻松，自在

愉快地享受演讲的过程吧。什么最坏的情况会出现？你可能会摔倒，打喷嚏，嘴巴干渴，喘气等等。不过谁介意呢？就算真的发生了，只需保持微笑，适当的话让它变成令你的听众轻松一笑的题材。然后继续你的演讲。就像比赛中的滑冰选手，就算跌倒了，也保持微笑立刻爬起来并继续下去。

## 十、当你不能笑的时候

例外的情况是，让你要发表一场严肃、庄重的演讲时，你不能面带微笑。在这种情况下，演讲前的几分钟，闭上眼睛，想一下应该用什么适当的神态和语调来演讲。想象也是一种十分有用的演讲练习。

## 如何提升演讲技巧

### 1、诱发演讲兴趣

只想做好一场演讲而对演讲没有兴趣是万万不可的，兴趣太重要了！回兴趣能使你心甘情愿、不计时间与报酬、不断努力地去做好一件事，你付出越多，收获将越大，所以要想提高演讲技巧，那就请你先诱发对演讲的兴趣吧！

### 2、多看书

### 3、语言培训

进行语言培训，一是为了提高你的措辞能力，二是要锻炼你的口齿发音。你可以根据自己的喜好与学习条件，进行语言培训，当你发现自己的脑筋越来越灵活，语言表达越来越流畅、清晰与口齿越来越伶俐的时候，你的演讲能力一定提高了许多。

语言培训可以选择广东新励成，新励成在线为你解答婚姻、家庭、情感、人际交往等困惑。

## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇三

尊敬的各位评委、各位同事大家好！

今天我有幸站在讲台上，参加科级领导职务的竞聘，迎接挑战，这是机构改革给我带来的机遇。三年前，我和许多竞争者一样，曾站在这同一个地方，参加过副科职务的竞聘演讲。三年来，我实践着自己的诺言，努力工作，勤奋学习，刻苦钻研。我可以无愧地说，我没有辜负州局党组和同志们寄予我的重望。三年来，我也有幸地得到了领导和同事们的关怀和帮助，借此机会，向关心、支持和帮助我的各位领导和同事们表示衷心地感谢。



## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇四

各位领导、各位同事：

大家好！

在这里我以平常人的心态，参与支行综合办公室经理岗位的竞聘。首先应感谢支行领导为我们创造了这次公平竞争的机会！此次竞聘，本人并非只是为了当官，更多的是为了响应人事制度改革的召唤，在有可能的情况下实现自己的人生价值。

## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇五

据统计，面对公众发表演讲是人们最害怕的一件事。以下是小编为大家收集关于精彩演讲的十条技巧与站位，供你阅读。

### 1. 浓缩你的演讲主题

你最好能将你演讲的主题精简到只有30秒的一段话。为此你要怎么做呢？这就必须从你的演讲目的着手。它是用来传达知识吗？如果是，那么它的重点是什么？或许你的演讲目的是呼吁听众行动起来，那么你希望他们要采取什么行动呢？或许你就是为了让听众们有所感悟。这些最重要的内容才是你需要在演讲中强调的。首先，写出首稿，不必理会字数是多少。一旦初稿完成，就要浓缩它。在演讲时，在任何适当的时机重复你的演讲主题三遍以上，但是，你一定要在演讲的开始，中段，尤其要在末尾提及到演讲主题。

### 2. 演讲的三个要点

这适用于长短不同的演说。即使你必须表达很多不同的想法，你也要尽力将它们归纳成围绕主题的三个要点。在演讲开始时让你的听众知道你会谈论这三要点。这会有助于他们紧跟

你的思路，特别是让你在没有任何使用其他视觉辅助工具的时候，仍然保持听众的注意力。

### 3. 列举最有力的资料和事实

如同准备你的演讲主题，将所有可能包含到演讲中的资料都收集起来。然后详细地分析它们，选取最能充分表现演讲主题和三个要点的资料。紧记：宁缺毋滥。如果那些资料不能强有力地支持主题，就不要用它们。

### 4. 借助视觉辅助工具

尽可能将幻灯片制作得简明扼要。尽量使用图画和图表以代替文字。

### 5. 使用演讲卡片

如果你在演讲的时候一定需要提示，那么就使用一些只写有要点和事例的提纲小卡片。读稿式的演讲听上去只会像是读稿，而且很可能留不住听众的注意力。

### 6. 勤加练习

想想，你们当中有多少人演讲会选择即兴发挥？很好，你不是唯一一个。现在再想想，你们当中有多少人，当踏上演讲台时会想：“噢，我应该事先练习一下。”好了，那你现在明白我是什么意思了吧。练习的目标不是能够将每个字准确读出来，而是要能够记住演讲的大概内容，让演讲时语气听上去自然一点，让自己演讲时放轻松。练习演讲至少五次，而且至少有一次有录音。这会有助于修正你的演讲风格。

### 7. 释放焦虑情绪

在发表讲话前，通过进行一些简单的运动为自己的打气，释

放一部分紧张情绪。比如说跳跃运动，挥舞手臂，在走廊边慢跑边听音乐。在演讲开始前5分钟停下来，对笔记做最后一次简单的回顾。

## 8. 运用自我激励的话语

在你登台演讲之前，对自己说一些自我激励的话，比方说：“今天的演讲一定会很成功！”；“听众一定会领会我的意思，并受到鼓舞立刻行动的！”；“我一定会演讲得很开心！我已经等不及要开始了！”来鼓励自己。

## 9. 保持微笑，轻松，自在

愉快地享受演讲的过程吧。什么最坏的情况会出现？你可能会摔倒，打喷嚏，嘴巴干渴，喘气等等。不过谁介意呢？就算真的发生了，只需保持微笑，适当的话让它变成令你的听众轻松一笑的题材。然后继续你的演讲。就像比赛中的滑冰选手，就算跌倒了，也保持微笑立刻爬起来并继续下去。

## 10. 当你不能笑的时候

例外的情况是，让你要发表一场严肃、庄重的演讲时，你不能面带微笑。在这种情况下，演讲前的几分钟，闭上眼睛，想一下应该用什么适当的神态和语调来演讲。想象也是一种十分有用的演讲练习。

### 1. 自己的座位

你对自己的演讲内容与表达能力缺乏足够的信心。事实上，你根本不想进行研究。你留在自己的位置上，这样是为了逃避观众对你的关注。因为你害怕在别人的注视下，漏洞百出。你选择了留在人群中，大隐隐于世。

### 2. 笔记本电脑旁

你有做演讲的动机，但仍没有足够的自信。你站在电脑旁希望观众尽量不要把视线集中在你的身上。你看着电脑屏幕或投影荧幕，而尽量避免与观众的视觉接触。

### 3. 讲桌后面

你对演讲的内容是有自信的，但对自己的表达能力与个人风格没有什么自信。站在讲桌后面，双手摊开抓着讲桌两侧，就像躲避别人的进攻。偶尔你也会用镭射笔指指荧幕，让你觉得自己挺正式和有权威。其实你的内心仍然是挺焦虑的。你依旧担心观众有可能穿透你的防卫，看出你是一个无趣的人。但你也不知道还能做些什么，只能抓住那张讲桌不放，偶尔挥一挥镭射笔。

### 4. 投影荧幕旁

你对自己的演讲内容、表达能力与个人风格都很有自信。多半的时间，你的眼睛看着听众，而不是电脑或荧幕。你是真心想要和观众分享你的想法，你要看到他们的表情，才知道他们听懂了没有。你熟悉自己的投影内容，并不需要经常看着荧幕。你不会躲到观众视线以外的地方，你会让观众不需要转头就可以同时看到你和荧幕上的视觉辅助材料。因为你知道，再炫的幻灯片都只是辅助性的。因为你知道，你才是这场演讲的主角。

所以，做演讲时你应该站在哪儿呢？

这里的基本原则便是，站在观众可以同时看到你和视觉辅助材料，同时你也可以清楚看到所有观众的位置。这个位置并不固定，通常就是荧幕旁。你应该在演讲前提早到达会场，观察下场地的布置，找出一个合适的位置。

无论如何，这些都是原则而非公式。你要灵活应用，而不是照搬。例如有些场地是有舞台的，离听众很远。这时，你就

应该站得离观众近一些，这样让他们可以很容易地同时看到你和你幻灯片。

## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇六

告诉观众你对演讲主题的热情来自哪里。

演讲不是独角戏，尽量让听众们也参与到你的演讲中来。

让你的肢体语言和表达方式有演讲范儿。

不断练习。

要看起来像你一直羡慕的领导风范。

如果你已准备充分，就放轻松自然地演讲吧。

人们不想阅读大段文字，他们想听你的故事。

用“开头，中间部分，结尾”的结构让观众感觉到你演讲的清晰思路。

数据可以引用在更贴近观众生活的地方。

如果事情跑偏了，就随遇而安吧。

## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇七

竞聘演讲是一种非常具有前景的演讲，因此，它具有口语性、群众性、时限性、临场性、交流性等演讲的一般特点。开场白一定要有吸引力，以下是小编整理的竞聘演讲稿开头，欢迎大家阅读。

各位领导、各位同事：

大家好！

在这里我以平常人的心态，参与支行综合办公室经理岗位的竞聘。首先应感谢支行领导为我们创造了这次公平竞争的机会！此次竞聘，本人并非只是为了当官，更多的是为了响应人事制度改革的召唤，在有可能的情况下实现自己的人生价值。

今天，我走上演讲台的惟一目的就是竞选“班级元首”——班长。我坚信，凭着我新锐不俗的“官念”，凭着我新锐不俗的“官念”，凭着我的勇气和才干，凭着我与大家同舟共济的深厚友情，这次竞选演讲给我带来的必定是下次的就职演说。

尊敬的各位领导，各位评委： 大家好！

(演讲提示：演讲中身体要略向前倾，表现出与观众交流与亲近的姿态)

今天，我能够站在这里，参加竞聘\*\*银行副职岗位，深感荣幸和激动。首先感谢领导给我一个展示自己的机会，感谢同事们对我的支持和帮助！作为一名对银行事业充满热爱、无比忠诚的人，我应该站出来，接受组织的挑选。

尊敬的\*，各位同事：

很高兴，也很荣幸，能向大家作一个工作汇报。

首先，我从内心感谢组织的培养和领导的信任，多年来组织和领导对我的工作给予了相当的肯定。其次，如果我能和大家一起共事，我感到非常荣幸，也非常愿意。俗话说，十年修得同船渡，能和大家一起共事，这修行得要几十年啊，说明我们都是有缘人，缘分不浅啊，所以，我一定珍惜和大家一起共事的工作机会。

各位领导、同志们：大家好！

此时此刻，我能以一个竞争者的身份走上演讲台，向各位展示自己，心里既激动又紧张。激动是因为我幸运地赶上了公平竞争的大好时机，紧张是因为我害怕有负领导和同志们的厚望。但无论如何，我要对局党委这一英明而富有魄力的决策表示衷心地感谢！并借此向所有关心支持我的领导和同志们表示深深的谢意！至于说到对竞聘的认识，我想局属xx单位竞聘的成功实践已经作出了回答，全局上下呈现出的百川归海，百舸争流的可喜局面就是最有力的证明。对此，我一举双手赞成，二要积极参与。我要竞聘的职位是业务科室副职。

尊敬的各位领导、各位老师：

竞争上岗有上有下、有进有退，上固可喜、下也无悔，一如既往；进也可贺、退也不馁。我不敢奢求什么，只想让大家认识我、了解我、帮助我，从而喜欢我、支持我。今天借此机会，表达一下我的心愿，感谢各位领导多年来对我的教育和培养，感谢与我同舟共济、朝夕相处的全体同事对我的帮助和信任。

首先，感谢公司提供了这个展示自己、让大家认识我、了解我的机会。“公开、平等、竞争、择优”，这是历史的必然，也是时代发展的要求。这次竞聘对我个人是一个重要的激励和挑战，将有益于我个人素质的提高。此次竞争，无论成功与否，我都将一如既往的听从组织的安排，干好自己的本职工作。

尊敬的各位评委、各位同事大家好！

今天我有幸站在讲台上，参加科级领导职务的竞聘，迎接挑战，这是机构改革给我带来的机遇。三年前，我和许多竞争者一样，曾站在这同一个地方，参加过副科职务的竞聘演讲。三年来，我实践着自己的诺言，努力工作，勤奋学习，刻苦

钻研。我可以无愧地说，我没有辜负州局党组和同志们寄予我的重望。三年来，我也有幸地得到了领导和同事们的关怀和帮助，借此机会，向关心、支持和帮助我的各位领导和同事们表示衷心地感谢。

各位领导：

当我未登上这个讲台之前我意识到，我院的改革已经驶入快东首，即使你不曾参加竞聘演讲。也会被这跃跃之心、烈烈之情所吸引，所感染、拥护、支持、参与、投身改革是我院每个教职工的共同心声和光荣使命。借此机会向多年来一直关心、支持、帮我的各位领导表示诚挚的谢意。

尊敬的各位评委、各位领导： 你们好！

改革是一个不算新鲜的话题，竞争也已经渗透到社会生活的方方面面，它无时不再昭示着人们这样一个真理：唯改革才有出路，唯竞争才有希望。

感谢改革，也感谢竞争，使我能有机会站在演讲席上。更感谢在场的各位给了我参与这次竞聘演说的勇气和力量。

所以，我首先要在此向各位真诚地道一声：谢谢！

(本文素材来源于网络，如有侵权，请联系删除。)

## 演讲的十个技巧精彩片段摘抄篇八

尊敬的各位领导、各位老师：

竞争上岗有上有下、有进有退，上固可喜、下也无悔，一如既往；进也可贺、退也不馁。我不敢奢求什么，只想让大家认识我、了解我、帮助我，从而喜欢我、支持我。今天借此机



会，表达一下我的心愿，感谢各位领导多年来对我的教育和培养，感谢与我同舟共济、朝夕相处的全体同事对我的帮助和信任。