



# 演讲的若干建议

胡伟栋

**2006.1.19**



# 演讲的若干建议

- 演讲的重要性
- 什么是好的演讲?
- 内容组织
- 幻灯准备
  - **PPT**
- 演讲



# 演讲重要性

- 演讲是必须的
  - 仪式、论文、竞选、竞赛.....
  - 应聘、介绍.....
  - .....
- 演讲对个人是必须的
  - 观众通过演讲了解你与你所介绍的内容
    - 通常仅通过演讲



# 好演讲?

- 信息
  - 提供给观众用其他方法不能或难以得到的信息
- 印象
  - 令人印象深刻
- 实用
  - 能使观众觉得所说的内容是有用的
  - 观众有马上试一试的欲望



# 好演讲？

- 清晰

- 听完后观众需要能回答下面的问题

- 讲了什么？
    - 为什么讲？
    - 新东西？
    - 还需要完善的？







# 内容组织



# 选择话题

- 如果主题范围太广，选择
  - 最重要的
  - 最能吸引观众的
- 如果内容太多
  - 讲清楚一个或少数的几个
  - 提及其他的內容或干脆省略
- 相关话题
  - 可以适当涉及



# 选择话题

- 了解观众
  - 使你的演讲符合观众
    - 不要太复杂或太简单
    - 不要太专业或太不专业
  - 了解
    - 你的观众有哪些？
    - 他们对你的话题了解多少？





# 话题中心

- 什么
  - 你所做的
  - 所要介绍的
- 为什么
  - 做这个有什么意义
  - 所介绍的对他人有什么好处
- 使整个演讲过程围绕中心
  - 在演讲过程中多次重复自己的论点



# 组织

- 确保演讲有一个清楚的结构



# 组织

- 如果使用幻灯，最好有：
  - 标题页 (\*)
    - 标题
    - 姓名（学校 / 工作单位）
  - 提纲
    - 当演讲很短时省略
  - 背景资料
  - 主体 (\*)
  - 意义
  - 总结 (\*)



# 背景资料

- 最小化背景资料
  - 你的演讲中至少有 **2/3** 应该是主体内容
  - 讲与观众有关的
  - 甚至可以省略
- 提及相关的研究（论文、软件、思想）
- 描述一下那些与你的主体内容关系密切的



# 总结

- 复述 “什么”, “为什么”
- 方向
  - 不足的?
  - 遗留的问题?
  - 继续研究的?
- 你的联系方式
  - **E-mail**
  - **MSN, QQ.....**







# 幻灯准备



# 幻灯设计

- 幻灯制作形式
  - 推荐采用 **PPT**



# 幻灯设计

- 尽量给每张一个标题
- 内容清晰
  - 合适的字体和字号
  - 配色
  - 视觉效果
    - 整体效果
    - 对齐
  - 每一页内容 (**3-6** 点)
  - 复杂的内容使用多张幻灯
  - 文字 (简要、准确)



# 幻灯设计

- 公式

- 尽量避免

- 如果必须使用，给出适当说明

- 略过复杂的递推过程

- 避免使用看着相似的变量

- 避免引用公式编号

- 符号规范

- $n^2$

- $n^2$

- $1*2*3$

- $1\times 2\times 3$



# 幻灯设计

- 重复检查幻灯
  - 避免出现明显的错误





# 幻灯设计

- 避免一些不好的习惯
  - 内容过密
  - 颜色太单一或太花
  - 过多或过少的幻灯
  - 太多不相关的动画



# 幻灯设计

- 图表
  - 大致趋势
    - 图
  - 精确数据
    - 表格
  - 冗长不易说明的信息
    - 图表



# 幻灯设计

- 表格
  - 字体、字号
  - 重点可用颜色标出
- 图
  - 标明图中的内容所代表的量





# 演讲



# 演讲前

- 练习！练习！再练习！再再练习！！
  - 给演讲时增加勇气
  - 获取重要反馈信息
    - 改进
  - 时间
- 大声的讲出来
  - 镜子练习法
- 你不可能 **100%** 记住你的演讲
  - 让幻灯与所讲的一致
    - 必要时让幻灯提醒自己





# 演讲时

- 做好准备
  - 合适的穿着
  - 电子稿备份
  - 不要在意自己的紧张



# 演讲时

- 语速尽量慢、话音尽量清晰、声音宏亮
- 避免不必要的填充词
  - 嗯 ~~
- 变化声调
- 使用适当的手势
  - 限制框



# 演讲时

- 站在靠近幻灯屏幕的位置
- 反复强调你的中心
- 适时更换幻灯
- 对着观众讲
- 别对观众期望太高
- 自信



# 演讲时

- 避免
  - 在屋子里到处走
  - 噪声
    - 手机、不必要的动作声音
  - 表现得太紧张、不知所措
  - 讲太多无关的东西
  - 与观众直接对视
  - 过于幽默



# 演讲时

- 避免
  - 一直面对黑板 / 屏幕
  - 挡住幻灯
  - 说话模棱两可
  - 说话声越来越小





# 问答

- 回答问题前先复述问题
- 危急时刻
  - 不要给出错误的答案
  - 使用巧妙的回避方法
- 尊重提问者和所提出的问题
  - 让提问者问完问题





# 谢谢

- E-mail: [jelly\\_pillar@163.com](mailto:jelly_pillar@163.com)

