# 口才训练演讲稿【三篇】

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2025-03-13

*【三篇】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。你的口才怎么样？为大家整理了口才训练演讲稿【三篇】，欢迎大家阅读。口才训练演讲稿【一】　　在我以前的认知里，演讲与口才其实就是在很多人面前的讲话和自己...*

【三篇】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。你的口才怎么样？为大家整理了口才训练演讲稿【三篇】，欢迎大家阅读。

口才训练演讲稿【一】

　　在我以前的认知里，演讲与口才其实就是在很多人面前的讲话和自己说话的口才，自我开始接触这门课程的时候，我慢慢发现自己的理解是很浅显的。其实《演讲与口才》这门课程不应该作为一门选修课，应为对于大学生来说，这门课程对于未来大学生进入社会是很有必要的。比如说：应聘岗位的时候，如果你能给对方很好的第一印象，那么你被录取的可能性就会增大;当你被录取了，进入公司之后，如果你能很好的与老板员工交谈，给所有人一种良好的印象，那么在公司里你就会有很好的发展。所以对于我们大学生来说，认真掌握《演讲与口才》这门课程是非常重要的。

　　那么什么是演讲与口才了?演讲与口才已经成为一门艺术，可以让人获得成功的艺术。这次选修课我选择了演讲与口才，因为口才是一种艺术，一门科学，一种能力的表现，这是我看完这本书后的体会。以前我觉得口才就是讲话，只要会讲话，便是有口才的人。但看完书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。书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。还有老师的课堂授课，使我感受到了演讲这门课程的重要性，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。

　　演讲是要有欲望的，也就是说要有表达的欲望，如果没有演讲的欲望，永远练不好口才。可以说每个人天生都有讲的欲望，从人呱呱坠地，吖吖学语开始就有了这种冲动，后来可能是由于社会、个人的原因，因讲不好，就不敢讲、不愿讲了。但是，演讲冲动是原始的，有些人只是没有机会而已。就如同一个沉默寡言的人，一旦醉酒，就会酒话连篇一样，酒就是催化剂，就是开启话匣子的钥匙。想讲，是需要培训的，一旦有了第一次的讲，就会有第二次表达的冲动。所以，培训口才，应该先培养讲的兴趣开始，让人产生充分表达的愿望，只有想讲了，才能可能走上演讲的讲台。

　　演讲课是一门实践课。如果是只讲理论，而不登台演讲，则理论再好，也是空洞的，没有实际效果。敢于登台亮相，大胆讲出来，才能达到真正的效果。所以说，演讲关关键的问题是胆子要大，不要把面子看得太重，不要怕丢面子，不要担心别人的看法，只有大胆地讲出来，才能锻炼口才，否则是珍珠深埋，宝剑藏匿匣中。演讲的根本问题就是胆子要大，也就是要突破心理障碍，能够战胜自己，就如同面对敌人要有奋勇当先的勇气，敢于亮剑。能够做到这一点，演讲就成功了一半。有些人只所以惧怕演讲，就是迈不出这第一步，突破不了这道心理防线。所以，初学演讲的人，就要从站起来、走上台、讲出来练起。

　　提高口才不是一朝一夕的事，需要长时间的努力。总之，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。

　　在西方有位哲人说过：“世间有一种成就可以使人很快完成伟业，并获得世人的认识，那就是讲话令人喜悦的能力。”所以《演讲与口才》这门课程对于我们而言不仅仅是一门普通的选修课，而是一门人生必不可少的艺术。

口才训练演讲稿【二】

　　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。

　　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，用积极自我暗示的办法，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。

口才训练演讲稿【三】

　　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。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！