# 竞岗((聘)演说需注意的问题

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2024-09-12

*竞岗(聘)演说一般是在竞岗(聘)者考试成绩合格后，在一定范围内(考评组主体成员、或加之适量有选择的公众)进行演讲，主要是介绍自己的工作经历、德才状况和竞争职位设想(或预案)，有时还兼有答辩。竞岗(聘)演说是在一定时间、空间和情境中进行，有时...*

竞岗(聘)演说一般是在竞岗(聘)者考试成绩合格后，在一定范围内(考评组主体成员、或加之适量有选择的公众)进行演讲，主要是介绍自己的工作经历、德才状况和竞争职位设想(或预案)，有时还兼有答辩。

竞岗(聘)演说是在一定时间、空间和情境中进行，有时决定着成败。因此，竞岗(聘)者对其演说应予足够的重视。

竞岗(聘)演说一般包括演说的准备、演说、答辩几个部分，本节就演说准备(演说词、心理准备)和演说进行论述。

一、怎样准备竞岗(聘)演说词

竞岗(聘)演说词，是我国人事制度改革中产生的一个新文种。现在，许多机关、企业和事业单位通过改革人事制度，公开向社会或本系统招聘需要的人才；为了真正选到优秀人才，他们在人事组织和纪律监察等有关部门的监督和指导下，坚持公开、公正、公平的竞争原则，采取考试、考核和发表演说等方法，综合评分，择优录取。所以，参加应聘的对象，除了经过考试、考核外，在一定的范围内发表竞争演说(竞岗或竞聘)是不可缺少的。

正因为如此，竞岗或竞聘的演说词非常重要，它涉及到总分组合。如果在考试、考核分数同等的情况下，演说水平的高低便成为竞争能否成功的决定因素。而演说水平与质量，除口头表达外，演说词又是关键。

竞岗或竞聘演说词等于“竞选演说”，发表自己的“施政纲领”。因此，如何把它写好，赢得大家的好评，并非易事。通过竞岗(聘)演说，起码要显露出自己的文才和口才，体现出你对这项工作(职务)的热爱、情况熟悉和业务精通，以及干好工作、办好事业的办法和决心，使评委和听众感到你是个人才，可以胜任此项工作。所以，在撰写演说词之前，应该有一个思考与准备的过程。

1?了解竞岗(聘)职位

要对参与竞争的岗位职务的基本情况有所了解，包括职能、职权、工作范围、业务技能、周边关系、权利义务等，还应知道它的特点。这样方能提出自己的打算或设想，做到知己知彼、有的放矢。

2?要有创新意识

要有自己独到的见解，这非常重要。因为竞争对象不是一人，人家也在思考自己的演说词，如果你的演说词同人家差不多，甚至不如人家，那就难以与人家竞争，至多打个平手，所以竞争演说词一定要有新意。

3?文风朴实

要使用大众化的朴实语言，不说大话空话，不漏说错说，不能说外行话，不要有错别字。使你的竞争演说词，既有新的内容，又有好的语言表达，争取评委和听众的赞扬。

二、竞岗(聘)演说词的一般结构

怎样才能写好“竞岗或竞聘”演说词?根据多次参加竞争演说会的观察和调查，觉得有这样几点，可供写作时参考。

竞岗(聘)演说词的结构，一般可分为四个部分或者说四个段落：

1?竞岗(聘)目的与态度

写自己为什么要参加竞岗或竞聘，以及竞争成功与否的态度。首先要从为国家为社会为单位做贡献的高度，说明自己参加竞争的目的；同时要说明自己可以在竞争的职位上施展才华，发挥长处，实现自身应有的价值。接着应该表明参加竞争的态度，既要说明自己参加竞争的优势和信心，又要说明如果竞争不上的正确态度。

这部分不能长，300字左右，也不能有“官”话，要给人以诚实感、信任感。

2?介绍简历

简述自己的年龄、学历、专业、工作经历、特长、担任主要职务的时间等。此段是介绍个人的内容，实实在在的东西，不应用议论的语言。

这部分也不能长，简要地介绍，不要过细，二三百字即可。使人听了知道你的知识情况、实践经验、主要业绩如何，从而考虑你是否能担任该职务，或者是否是担任该项职务的最佳人选。

3?上岗(应聘)后的工作思路(计划)

提出竞争成功后的打算。着重写竞争成功后，在任职期间，怎样开展工作和开创新的局面，其中包括任务、指标、各项工作的奋斗目标，开头可以简单地分析这个单位或部门的情况，抓住主要特点，然后再提完成任务指标的设想。要层次分明，不可写乱。

这部分是重点，可适当展开一些，但不能嗦。内容既要实在、又要体现创新精神，使人听了觉得你有雄心壮志、有办法、有创新，任职后能够胜任，必将取得出色成绩。

4?上岗(应聘)后的工作方法和措施

写工作方法和措施，是第三部分的延伸。此部分可以概括几个观点写，突出主要的几条，不要写得太多太散。特别是措施要有可行性，不能做到，办不到的事情不要写。

这部分虽重要但不宜过长。内容应与第三部分有紧紧的联系，前后呼应。使听众感到你所提出的任务指标，是可以努力完成的，不会落空。

四部分构成一个整体。但也可以将

一、二部分合并写，将

三、四部分合并写。不管怎样，总得要把四方面的内容包括进去，这样才能算为完整的竞岗演说词。

三、撰写演说词应注意的问题

1?篇幅

竞争演说词不宜太长，应短而有力，句句实在，一般不超过3000字，演说5至10分钟时间；文字冗长，听众厌烦，反而收不到好的效果。

2?做好演讲准备

演说词写得好，还要说得好，应该讲得流畅，有声有色，讲出感情和意志；不宜照稿子念，甚至念得结结巴巴，没有声色，使人怀疑你的稿子是请人代笔的。稿子写得好，加上演讲表达好，相得益彰，会收到更好的效果。

3?既要征求他人意见又要注意保密

撰写好演说词后，应该请同自己关系密切、关心和支持自己竞岗(聘)者参阅，注意吸收建设性的修改意见，同时，竞争演说词撰写时应有一定时间的保密，防止泄露出去，使其他竞争对象知道后，研究出更好的内容，超过于你，不利于你的竞争。这也如同项目的招标，事前千万不能让人家知道标底，否则将会招标失败。

四、竞岗(聘)演说词举例

竞职演讲，是干部竞争上岗工作的一个重要环节，是检验每个干部政策水平、理论修养、逻辑思维、文字功底、口头表达和工作能力等综合素质的有效形式。某省委办公厅机关处室处级领导职位竞争上岗的竟职演讲词都十分精彩，得到了领导和同志们的充分肯定，博得阵阵掌声。

尊敬的各位领导，尊敬的各位同事：

上午好!

在省委办公厅这个庄严、神圣的讲坛上，我认真、诚恳地向各位汇报本人的基本情况，以便加深大家对我的了解。

我叫×××，今年38岁，党员，大学本科毕业。1982年参加工作。开始在×县教育局工作；两年后调入县委组织部；1985年任县团委书记。1986年调入省委接待办从事政工、文秘工作；1987年调到省委办公厅机关党委，从事组织、宣传工作，并兼任机关团委书记；1988年调省委办公厅综合调研室；1990年参加省直机关赴桃水县扶贫工作队；1992年任副处级研究员，1995年任综调室副主任；1996年任正处级调研员；1998年任综调室主任至今。

我个人认为自己报名参加处长竞争，有以下几个方面的优势：

一是政治方面优势。在省委办公厅工作，政治素质是第一位的。这些年来，我比较注重在学习和实践中逐步提高自己的政治水平。因工作需要，厅领导安排我经常阅看省军级文件，参加省委常委会议服务工作，参加省委、厅里一些重要的政治活动的服务工作，跟随省委领导和厅领导下基层调查研究。在对党的方针、政策的学习和研究中，在对领导们身上集中体现的宝贵的政治知识、政治经验和决策水平、领导艺术的学习和感情中，在通过信息调研为上级领导科学决策服务的实践中，我进一步坚定了自己的政治立场，逐步造就了敏锐的政治观察力，较强的政治敏感性。1992年开始，我省一些地方出现自办开发区热，我于1992年5月21日编撰了信息《我省部分地区开发区过热的现象值得重视》。这条信息具有一定的超前性和参谋性。在当时的经济热潮中，这样进行“冷”思考的信息并不多。后不久，党中央、国务院出台了加强宏观调控的文件。在政治纪律上，我对自己要求比较严格，遵守上级党组织有关廉政建设的规定，没有违反党纪国法行为，保持一个共产党员、一个机关干部的良好形象。在个人品德方面，我为人正直，与人为善，待人诚恳，比较谦虚，比较稳重。

二是写作方面优势。我从小爱好写作文，15岁考入湖南师大中文系，经过四年的系统训练，我打下了比较扎实深厚的语言、文字功底；参加工作后，一直从事文字工作，写作水平不断提高。近10年来，先后在中央办公厅的内部刊物、《人民日报》、《求是》、中组部《党建研究》、新华社《内部参考》、《××日报》(省级)发展文章120多篇。去年，我省被中办采用调研材料7篇，名列全国第一，其中3篇是我自己单独或者参与起草的。全国著名经济学家马洪主编的《中国改革开放与跨世纪发展战略》一书中的《××篇》，是我为主起草的，该书已用中、英文两种版本在国内外出版发行。在综调室工作，我担负的一项重要职责，就是为省委领导起草讲话稿服务。我曾有幸参加中共××省第七次党代会报告起草，对我省来说，我是一个具有历史性意义的重要文件；对我来说，赢得了一次珍贵的学习机会。2024年10月16日，省委领导“在奥运健儿庆功大会上的讲话”，是我根据领导的思路写的初稿，既有较深的思想深度，又有浓郁的感情色彩，受到厅领导的好评。

三是管理方面优势。担任综调室主任，既要写文章，又要抓管理。我主要是用制度管人，按制度办事。我对本室的管理比较规范、科学、严格，业绩比较突出。1999年，我省信息、调研材料被中办采用获两个第一。一位省委领导曾亲笔批示：综合调研室的干部精神状态、工作作风、办事效率都不错，值得机关干部学习。我在管理工作中还有一个特色，就是推行“柔性”管理，“柔”是柔和的“柔”。我努力做到重带头实干，不指手划脚；多表扬鼓励，少批评指责。当然，我也决不搞无原则的“和稀泥”，坚持做到大事讲原则，小事讲风格；大事不湖涂，小事不计较。在力所能及的范围内，努力为同志们办实事，办好事，为解决本室同志的住房安排、家属调动等具体困难，说过话，跑过腿。尽管效果不一定都很理想，但我尽了心，费了力。在日常工作中，我比较喜欢动脑筋，出点子。2024年9月，我组织本室同志编写的《××省情概要》，受到厅领导和一些兄弟处室的好评。担任办公厅团委书记期间，我参加了“首届十佳服务青年”评选活动，《中国青年报》作过专门报道。在××县扶贫期间，我主持撰稿并组织拍摄的电视专题片《田野之光》在省电视台播放。

四是敬业方面优势。敬业爱岗是做好工作的重要前提，早些年流行一首歌，叫做《幸福在哪里》。我们这些写材料、搞服务的人的幸福在哪里?我曾以三个“为乐”时刻勉励自己，即以读书为乐，以工作为乐，以事业为乐，对工作始终兢兢业业，一丝不苟。2024年10月省委七届九次全会期间，我牵头组织10名干部在两天内编了22期简报，40万字，没有因我们的失误而出现一个错字。我常年有70%左右的夜晚和双休日、节假日加班加点，连续两年的大年三十和初一都在办公室值班。据2024年10月份比较精确统计，加班加点84个小时，相当于一个月多上了12天班。综调室不仅要为领导文稿服务，还要处理信息，包括全省范围内的下岗工人集体上访、农民群体性事件，以及抢劫、杀人、爆炸、洪涝灾害等重大事件都要参加信息处理。这两年，我在睡梦中被报告紧急信息的电话惊醒的事为数不少，每次我都以很强的责任感，及时、妥善处理好紧急信息。厅里竞争上岗动员大会以来的这一个星期，我还起草、修改了4篇重要讲话稿和电报。一个人加一点班并不难，难的是常年累月，不停地加班加点。当综调室主任这两年，虽然我受了很多苦和累，但我无怨无悔。如果在座各位信得过我，继续推选我当处长，我还愿意继续吃这份苦，受这种累。这就是我的苦乐观。

当然，我也还有缺点和不足，但我相信，在领导和同志们的帮助下，我会努力克服和改正。

回顾自己的成长历程，我深深感谢各位领导、同志们对我的教育；感谢综合调研室历届领导班子为我打下良好的基础；感谢综调室班子成员和全室同志对我工作的配合；感谢各兄弟处室对我工作的支持；我还要深深感谢今天没有来到会场，已经离退休的老领导、老同志。感谢各位教育我怎样做人，怎样当处长，怎样写文章。各位对我的谆谆教诲，将是我宝贵的政治财富、精神财富，终生受益，相伴永远。

回顾过去，是为了更好地开辟未来。处长，不只是一个有吸引力的职位，更是一份沉甸甸的责任。如果在这次竞争上岗中我继续担任处长，我将在以下几个方面展开工作：

一抓政治。教育和引导全室干部在任何政治风浪面前，坚定不移地跟党走。不断增强政治敏锐性和政治鉴别力，进一步提高在政治上观察、思考和处理问题的能力，自觉地把全室的工作放到全国、全省、全厅的工作大局中去把握，去思考，去谋划，去服务。

二抓业务。在全室开展岗位练兵，业务比赛，本职工作在全国同行业继续创一流。争取每年都有重要文稿在中央办公厅内刊及《求是》杂志、《人民日报》等权威媒体刊载。为省委领导文稿服务的满意率、优稿率不断上升。力求用自己的笔写出实情，写出深度，写出特色，写出精品，写出号召力和感召力。

三抓队伍。美国一位总统说过，“效益最大的投资是对人的投资。”我假如当上处长，将一如既往地坚持以人为本，尊重人，关心人，带好班子，带好队伍，致力于提高干部素质，致力于干部成长、进步。尽管一个处长的权限有限，但我一定竭尽全力，做出积极的努力。

四抓福利。中央领导同志说过，党政机关要用事业留人，用感情留人，也要用适当的待遇留人。省委领导说过，要努力提高干部的政治水平，业务水平和生活水平。假如我继续当处长，我将按照中央和省委领导的指示办，在政策和法规允许的范围内，适当提高干部的生活福利水平。

最后，祝在座各位新年、新世纪身体健康，事业辉煌!祝各位参加这次竞争上岗和双向选择的同志们，个个都有一个比较理想的岗位，人人都有一个更加光辉灿烂的明天!

谢谢大家!

五、竞岗(聘)演说要求

演讲答辩是竞争上岗面试方式之一，一般在考试合格后进行。

1?演讲的几个基本问题

演讲主要体现将自己的观点具体化的能力和有效地向他人表达自己观点的能力。

在公共场所面对一大群人、甚至是一群你不熟悉的人讲话，你可能感到担心或者害怕。这会造成你思维混乱、记忆消失、张口结舌，使群众丧失了兴趣和关注，也无法回答听众提出的问题。在这个时候，你会不惜代价去寻求帮助，以便从这种场面中解脱出来。

然而却有一些人，他们在公众场合表现出特殊的演讲才能。他们有能力在信任的、关注的以致有压力的场合下表述事实和观点。但是，公众前的演讲，不过是一种常用的沟通技能，就像写报告和写信函一样，只要掌握一些基本要领，增强自信心、你就能提高演讲的有效性。

这里有四个问题，是你在准备发表“竞选”演说前必须要回答的。正确回答了这些问题，会正确引导你进行讲演，获得成功。

(1)你为什么要演讲——演讲的目的。

这个问题似乎是很明确的，但你必须在演讲中时刻注意。你的演讲是为了向听众展示你的才华、品格、风度，证明你是一个优秀的人选，博得听众的好感与赞许，最终争取到你所应聘的职务和职位，是你的中心任务。任何无益于达到目标的事情都不要在讲演中做。

(2)你在对谁演讲——演讲的对象。

你的听众很特别，因为他们主要是面试考官，而他们关心的是你能否令人信服地证明你就是本单位、本职务所真正需要的人；另外，你的同场竞争者也是你的听众，虽然他们不像考官那样有表决权，但他们的情绪和反应将影响考官对你的评价，如果你能让你的竞争对手中的大部分人心服口服，对你表示赞同和钦佩，你将获得极大的成功。

(3)你准备说些什么——演讲的内容。

内容要充实、可信、有说服力，不能空喊口号，而要用事实证明你的知识和技能、工作经验、爱好、特长等适合应聘单位、职位的要求。另外，千万不要忘了强调你求职的信念和决心，表达时要流露出真情，有很强的感染力。

(4)你准备怎样说——演讲的结构。

你要考虑好先讲什么，后讲什么，重点讲什么，附带讲什么，要分清主次先后、轻重缓急，分配好演讲的时间——内容结构安排。可以考虑运用形象手段协助你表达，使听众理解，可以考虑在讲演中穿插一些轶事、趣闻或幽默。但不要偏离目的或做过了头。

2?演讲的语言运用

竞岗(聘)演说是在特定的时间、空间与情景环境下进行的，因此，语言的运用对演说的成败至关重要，这里包括语言、语调、情感和体态语言等。

(1)语言表达基本要求。

演说要正确使用普通话(除少数民族地区的特殊要求)，根据准备的演说词，讲求节奏，控制和调整速度、语调，兼用非语言表达(体态语言)如目光、手势、姿势等，尽可能清晰、准确、淋漓尽致地表达演说内容。

(2)协调好体态语言的表现。

体态语言无声胜有声，在演说中正确把握体态语言的运用能起到锦上添花的效用，具有更强的感染力。体态语言一般指手势、身势、面部表情、眼色、人际空间位置等一系列能够揭示内在意义的动作。

体态语具有揭示内在素质的功能。体态语研究结果表明，体态语具有交流思想、传达感情、昭示心理、强调指代、表示社会联结关系的各种功能，具有一定的社会性与规定性。因此，使体态语对内在素质的揭示具有确定性。

体态语对内在素质的揭示还具有直观性。语言对内在素质的揭示具有某种抽象性与间接性，而体态语对内在素质的揭示是以形象实在的动作直接流露与表现。有些行为是下意识的。假如一个人一边回答上级说，完成某种任务毫无问题，一边下意识地用手抓后脑勺，并流露了一丝疑虑的目光，那么这无疑表明这个人的回答并无绝对把握，可能具有胆大、好强、虚浮等品德特征，需要结合其他测评信息进行综合判断。此外，此举也无声胜有声地说明了体态语揭示内在素质的直观性特点。

体态语的确定性(习惯性、天生性)与失控性(不知不觉、情不自禁、生理反应、瞳孔变化、心跳、出汗、生物电反应等)，使体态语对素质的揭示具有某种必然性。

例如，嘲笑他人会“嗤之以鼻”；得意忘形会“趾高气扬”；自身反省会“抚躬自问”与“扪心自问”；愤怒急躁会“戟指怒目”；心藏无名火会“横眉紧锁”、“牙关紧咬”；心里非常高兴会“喜笑颜开”、“手舞足蹈”；人在安详或激动时，总爱叼上一支烟。这些现象表明，内在情感和素质存在着体态语表现的必然性。

3?演讲前的心理准备

心理学家曾对2024年北京大学51名高考状元进行心理测试，研究这些尖子学生成绩好的原因，发现考前和考场心态是学生能否正常发挥的关键因素。同样水平的人，甚至同一个人，由于心理状态不同，投入考试后的能力发挥的程度就不一样，成绩自然大相径庭。笔试如此，竞岗(聘)演讲也不例外。比较而言，竞岗(聘)演讲对人们心理素质的要求比笔试更高些。因此，参加竞岗(聘)演讲时，进行“考”前、“考”中的心理调整显得十分重要和必要。

(1)把握机遇心理。

应试者应充分认识参与“这一次”演讲的意义，把它当成一次展示自己才华的难得机遇，予以高度重视。哲人说过，机遇偏爱有准备的头脑。有些人对于到来的机遇漫不经心，似急非急，甚至以为来日方长，机会无限，以这种心态对待“这一次”，那就很难有出色的表现。相反，人们一旦意识到此次机遇难得，懂得此次机遇对于自己成功的价值，就会特别珍惜“这一次”，并产生“志在必得”的雄心和决心。在这种心理支配下，人们很容易进入最佳竞技状态，并获得前所所未有的追求成功的动力，促使自己开动脑子，全力以赴，全身心投入，精心准备，把自己的才智和潜能最大限度地调动起来。

(2)强烈自信心理。

为了提高自信心，我们应学会对客观形势进行恰当估计和分析，同时不断地进行正面的自我心理暗示，为自己创造心理优势。

一是正确认识和评估客观形势。要学会为自己进行心理减压：一方面，要防止道听途说，偏听偏信，夸大客观形势的严峻性；另一方面要淡化竞争的激烈程度，甚至通过贬低竞争对手的方式，平抑自己的紧张心理。

二是要看重自己的优势。要正确估价自己的实力，并把取胜的砝码更多地押在自己的实力上，要相信自己正是用人单位所需要的人才等。这样想问题，就会在心理上获得更强烈的自信和必胜信念，为自己鼓劲加油。当然，这种自信决不是盲目的，它应是建立在确有某种实力和优势基础之上的。

三是要坚信竞岗(聘)的公正性。有些人过多听信不当说法，以为竞岗(聘)成功主要靠关系。如此怀疑竞岗(聘)的公正性，常常动摇自信心，十分有害。在这种心态支配下，人们可能把工夫下在拉关系上，把劲儿用错了地方，临战前不下真工夫，演讲时则终难免被淘汰。总之，怀疑竞岗(聘)公正性是最容易消磨自信心的，我们必须自觉纠正这种偏见。从实际情况看，在竞争日渐激烈的情况下，企业、单位的生存和发展都有赖于拥有人才。采取竞岗(聘)方式就是为了从社会上人开选拔真正的有用人才，而且竞岗(聘)过程有很高的透明度，不少单位还对竞岗(聘)中可能出现的弊端和漏洞采取了很多限制性措施。因此，应试者没有理由怀疑竞岗(聘)的公正性，应坚信竞岗(聘)是凭本领过关，是卓越人才的绿色通道。

(3)对等应试心理。

参加竞岗(聘)演说直观地看是考与被考的关系，易于产生不对等心理。在不对等心态下，应试者会把考官当成自己命运的支配者，从内心形成自我心理威慑和自抑，出现过分拘谨或失控，势必影响能力的正常发挥。因此，应试者应给自己一个恰当的角色定位，给两者一个恰当的关系定位。我们不妨把考官当成同事、领导和朋友，把考官当成伯乐，相信他们是识才的能手，是爱才的领导，是知心的朋友；把竞岗演讲当作一次朋友间的社交集会活动，一次平等的交流沟通的过程。这样想来，演讲者便会形成正常心态，表现得更为自然和投入，同时会淡化因演讲可能带来的紧张情绪，不管多大的演讲场面，都会不急不慌，从容应对，正常发挥，最终稳操胜券。

六、演讲的技巧

面试中要求考生讲演同样是一种较常见的考察方法。这是对面谈法和小组讨论法中考生表现的一个更集中、更直接的测评。这时，没有谈话的对方，没有考官提问，只有听众。考生是讲台上惟一的演员，更可以充分、自主地表现自己的气质、风度、口头表达能力、见解和观点。

面试演说不同于一般场合下的演说，面试演说面对的观众主要是面试考官，他们要依据考生演讲来决定你是否适合所争取的职位。因而要以此为中心，向听众展示自己，博得好感与赞同。另一部分听众是参与竞争的其他考生。他们对于你的演讲不能发表意见，没有决定考官判断的权利，但他们的情绪反应仍会影响考官对你的评价。如果你能在演讲的气势上胜过他们，在演讲内容上使他们心服口服，那么你成功的把握就大了。

下面介绍一些可能用得着的小知识和注意事项：

1?演讲要感染听众。首先要内容充实、可信，调动出自己的真实情感。用有说服力的事实证明你的知识和技能、工作经验、特长等适合应聘单位、职位的要求。

2?演讲以前要对演讲的内容有必要的准备，理清讲演的结构。哪些内容先讲，哪些后讲，什么要作为重点，什么可以一带而过，时间是否充足，开始和结尾的部分如何充分引起听众的注意，如何恰到好处地结束。

3?可以考虑在表达重要信息时，运用形象手势和表情以便于听众理解，还可以适当穿插一些小故事、幽默。

4?在结束前总结要点是必要的。因为在讲演中听众随着话语的流动来思考，或许不能及时地总结概括内容的要点。那么，结束前的总结会给听众留下印象，记清楚要点。

5?尽量不要拿讲稿上台，以免产生依赖性，成为念稿而非演讲。可以把要点写在小纸条上，字的大小最好能稍微一瞥就看得清楚。

6?演讲前反省自己是否有惯用的语气词，如“嗯”、“哈”、“哪”……有的人每句话就要带一个，听了使人厌烦，也表明演讲者缺乏自信，思路不清，准备不充分，内容空洞。

7?不要自我标榜。自我表现要诚恳，言之有据，这不同于自我标榜。自我标榜者会使人反感，产生抵触情绪。

8?演讲的速度要适中，可以用新闻节目中的播报速度为参考，易为人接受。初次演讲，或心情紧张时，自己不觉得，但说话速度可能已经让人觉得太快了，这时要注意调整。

9?话语流畅不一定就是好的演讲。台下练习时不要强记，而要根据要点对主要的思想和观点了然于胸。演讲时，根据听众的反应，调整具体的语气和用词。如果在台上说得太流畅，虽给人很会说话的印象，但会缺乏令人感动的气氛，也不利于调动自己的情绪，难以引起共鸣。

10?演讲时，眼睛不要四处乱看，可将视线集中在一两个听众身上。每隔一定时间，可以沉稳地扫视一遍全体听众。在讲到重要内容时，说话速度可稍放慢，语气加重，同时扫视听众，可以吸引听众的注意，使他们更好地理解。

七、演讲时常用的四种手势

1?仰手式

即掌心向上，拇指张开，其余几指微曲。手部抬高表示欢欣、赞美、申请祈求；手部放平是表示诚恳地征求听众的意见，取得支持；手部降低表示无可奈何。

2?覆手式

即掌心向下，手指状态同上，这是审慎的提醒手势，演讲者有必要抑制听众的情绪，进而达到控制场面的目的，也可表示否认、反对等。

3?切手式

即手掌挺直全部展开，手指并拢，像一把斧子迅速地劈下，表示果断、坚决、快刀斩乱麻等。

4?啄手式

即手指并拢呈簸箕形，指尖向着听众。这种手势具有强烈的针对性、指示性，但也容易形成挑衅性、威胁性，一般是对相识的听众或是与演讲者有某种关联时才使用。

《[图文]竞岗((聘)演说需注意的问题

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找