

آشنایی با نکات کاربردی فن بیان  
با شرح و بررسی کتاب:

هنر سخنرانی  
استفن ای. لوکاس

دکتر زینب افضلی

استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی

۱۳۹۷/۲/۲۴

کتابخانه مرکزی دانشگاه شهید چمران اهواز، کافه کتاب ۳۴

زندگی **صحنه** یکتای هنرمندی ماست


هر کسی **نغمه** خود خواند و

از صحنه رود


صحنه پیوسته به جاست


**خرم** آن **نغمه**

که مردم **بسپارند** به **یاد** (ژاله اصفهانی)




## هنر سخنرانی (مهارت های عملی فن بیان)

- ▶ روزانه چقدر وقت صرف گفتگو با دیگران می کنید؟
  - ▶ بزرگسالان به طور متوسط ۳۰ درصد از وقت بیداری خود را صرف گفتگو می کنند.
- 



# هنر سخنرانی

## (مهارت های عملی فن بیان)

- چرا حرف می زنید؟
  - چه وقت حرف می زنید؟
  - کجا حرف می زنید؟
  - با چه کسانی حرف می زنید؟
  - چطور حرف می زنید؟
  - آیا از کیفیت حرف زدن خود راضی هستید؟
  - آیا می خواهید مانند یک سخنران سخن بگویید؟
- 

## صحبت کردن در جمع

➤ با صحبت کردن در جمع می‌توانید امور را تغییر دهید.


➤ ایجاد تغییر، هر چند جزئی...

➤ در اموری که خیلی نگران آن هستید!

## صحبت کردن در جمع

۱. ایجاد تغییر از راه:

مقاعد کردن افراد  
برای انجام دادن کاری که  
شما احساس می کنید درست است.



## صحبت کردن در جمع

۲. ایجاد تغییر از راه:

اطلاع دادن

به افراد


درباره چیزهایی که نمی دانند.

## صحبت کردن در جمع


۳. ایجاد تغییر از راه:

سرگرم ساختن افراد  
و ایجاد احساس رضایت  
و شادی از خویشتن  
در آنها





# صحبت کردن در جمع

سه هدف عمده سخنرانی (صحبت کردن در جمع) 

مقاعد کردن

اطلاع دادن

سرگرم کردن

## صحبت کردن در جمع

➤ مشابهت‌های فراوانی میان گفتگوی روزمره با سخنرانی وجود دارد.

➤ سازماندهی افکار

➤ تهیه پیامی متناسب با حال شنونده یا شنوندگان

➤ تعریف کردن یک داستان برای رسیدن به حداکثر تأثیر

➤ وفق دادن خود با بازخورد شنوندگان

## صحبت کردن در جمع

سه تفاوت عمده میان گفتگوی روزمره و سخنرانی

---

سخنرانی بسیار سازمان یافته تر است.

در سخنرانی به زبان رسمی تری نیاز است.

شیوه ایراد سخن در سخنرانی متفاوت است.

## صحبت کردن در جمع

شیوهٔ ایراد سخن در سخنرانی متفاوت است.

سخنران ماهر با صدای رسا و نه آهسته سخن می گوید تا حرف هایش به گوش همهٔ مخاطبان برسد.

## صحبت کردن در جمع

➤ شیوهٔ ایراد سخن در سخنرانی متفاوت است.

---

➤ سخنران ماهر وضعیت با ثباتی به خود می‌گیرد.


## صحبت کردن در جمع

- شیوهٔ ایراد سخن در سخنرانی متفاوت است.
- سخنران ماهر از حالت‌های شخصی گیج‌کننده و عادات کلامی شخصی اجتناب می‌کند.
- سخنران ماهر در میان سخنش عبارت‌های خام دم دستی مثل «در واقع» و «عرضم به حضورتان» نمی‌گوید.
- سخنران ماهر، مکث‌های آوایی مانند: (آ، اِ، اوم) به کار نمی‌برد.

## ترس از صحنه

در تحقیقی، معلوم شد که ۷۰٪ از آمریکاییان از سخنرانی کردن می‌ترسند.

بیشتر افراد هنگام انجام هر امر مهمی در جمع، ممکن است مضطرب شوند.



ترس از صحنه طبیعی است!

▶ کاملاً عادی و حتی مطلوب است که در شروع صحبت عصبی باشیم.

▶ چگونه می توان اضطراب را کنترل کرد تا این حالت به نفع ما کار کند نه  
علیه ما؟؟؟



## مقابله با اضطراب سخنرانی

- رویارویی با امور ناشناخته و جدید معمولاً موجب ترس و اضطراب است.
- همین که به وضعیت جدید خو گردید و برایتان عادی شد، دیگر برایتان حالت تهدید کننده نخواهد داشت.
- به خاطرات خود از نخستین ساعات یک تجربه جدید فکر کنید و روزهای پس از آن لحظه و عادی شدن آن شرایط را نیز به یاد بیاورید!

## مقابله با اضطراب سخنرانی

هر قدر مطالب بیشتری در مورد سخنرانی و سخن گفتن در جمع بیاموزید و سخنرانی‌های بیشتری کنید؛ کمتر دچار هراس می‌شوید.

صحبت کردن در کلاس معلومات و تجربه‌های خوبی به شما می‌دهد و اعتماد به نفس شما را برای سخنرانی بالا می‌برد.

## مقابله با اضطراب سخنرانی با تمرین در کلاس

- ▶ استاد شما در کلاس می‌کند که شما مبتدی هستید.
- ▶ به راهنمایی‌های استاد برای بهبود سخنرانی‌تان توجه کنید.
- ▶ هم‌کلاسی‌های شما تماشاچیان ارزشمندی هستند که در کنار روابط دوستانه، بازخورد با ارزشی به شما می‌دهند تا بتوانید مهارت‌های سخن گفتن خود را ارتقا دهید.
- ▶ با ادامه کلاس، ترس شما از سخنرانی کاهش خواهد یافت.
- ▶ در نهایت، ترس شما تبدیل می‌شود به یک ناآرامی سالم، پیش از شروع کار.

## مقابله با اضطراب سخنرانی با انتخاب موضوع مناسب

عنوانی را برای سخنرانی انتخاب کنید که دقیقاً و کاملاً به آن آگاه باشید.

شباهت ایراد سخنرانی به بازی ورزشی.

## مرور مراحل کلی آماده سازی سخنرانی

- ▶ مطالب متن سخنرانی تان درست است.
- ▶ تمام متن را چند بار بررسی کرده‌اید.
- ▶ چند بار تمرین کرده‌اید.
- ▶ در حضور چند نفر از دوستانتان آن را اجرا کرده‌اید.
- ▶ به موضوع سخنرانی تعلق خاطر دارید.
- ▶ طبیعتاً موفق خواهید بود.

# فرایند برقراری ارتباط کلامی

گوینده

پیام

رسانه

شنونده

بازخورد

مداخله

# گوینده

عوامل مهم در موفقیت شما به عنوان گوینده

---

خود شما

اعتبار شخصی شما

معلوماتتان دربارهٔ مطلب

آمادگی برای سخن گفتن

حالت سخن گفتن

حساسیت نسبت به شنوندگان

موقعیت

## پیام

- هدف شما در سخنرانی این است که پیام عمدی خود را طوری ادا کنید که واقعاً سبب برقراری ارتباط شود.
- دو عامل مهم در برقراری ارتباط مخاطب با پیام:
  - ۱. پیام کلامی: چه می گویند.
  - ۲. پیام غیر کلامی: چگونه می گویند.



## پیام کلامی

- تناسب موضوع با زمان سخنرانی
- جمع آوری اطلاعات و جزئیات سودمند کافی
- تنظیم کیفیت آرا و استدلال های حین سخنرانی و سرعت ارائه آنها با توان و همراهی شنوندگان
- استفاده از واژگان دقیق، روشن، معتبر و مناسب

# پیام غیر کلامی

لحن صدا

ظاهر

حالات

حالات صورت

ارتباط چشمی

هوشیار باشید که پیام غیر کلامی شما به پیام کلامی آسیب نزند.

## شنونده

- ▶ شنونده کسی است که پیام ابلاغ شده را دریافت می کند.
- ▶ بدون شنونده هیچ رابطه‌ای برقرار نمی شود.
- ▶ سخنان گوینده از صافی معلومات، تجارب، ارزش‌ها و نگرش‌های شنونده می گذرد.
- ▶ چون گوینده و شنونده افراد متفاوتی هستند؛ معنی یک پیام نزد شنونده و گوینده یکسان نیست.

# شنونده

گوینده و سخنران مؤثر  
بر شنونده یا شنندگان خود  
تمرکز می کند.

## بازخورد

- شنوندگان شما پیامتان را به سادگی جذب نمی کنند.
- آنها در جواب شما پیامی را می فرستند که بازخورد نام دارد.
- همواره مقداری بازخورد وجود دارد تا شما متوجه شوید پیامتان چگونه دریافت شده است.

## باز خورد

- آیا شنوندگان شما در صندلی‌های خود به جلو خم شده‌اند؟
- آیا به لطیفه‌های شما می‌خندند؟
- آیا روی چهره‌های خود نگاه‌های تمسخرآمیز دارند؟
- آیا دست به سینه مقابل شما نشسته‌اند؟
- آیا در صندلی‌های خود فرو رفته‌اند؟
- آیا پای خود را تکان می‌دهند و جابه‌جا می‌شوند؟
- آیا به ساعتشان خیره می‌شوند؟
- ...

# باز خورد

- ▶ پیامی که از طریق باز خورد فرستاده می شود:
- ▶ من شیفته صحبت تو شدم
- ▶ من خسته شدم
- ▶ من با تو موافقم
- ▶ من با تو موافق نیستم
- ▶ بیشتر از وقت مشخص خود حرف می زنی
- ▶ ....

## احترام به فردیت شنوندگان

- به تنوع فرهنگی مخاطبان دقت کنید؛ معنای واژگان، رفتار، حرکات، حالات صورت و دیگر علائم غیر کلامی و نیز نحوه نگرش به دنیا و طرز تفکر از فرهنگی به فرهنگ دیگر تفاوت می کند.
- در هنگام سخن گفتن، از نژادگرایی و هر امر شبهه برانگیز پرهیز کنید.
- در هنگام سخن گفتن، از سوگیری جنسیتی پرهیز کنید.
- بی دقتی در هر یک از موارد بالا موجب برقرار نشدن ارتباط با بخشی از شنوندگان و در نتیجه ناکامی در انتقال پیام مورد نظر شما می شود.



# امور اخلاقی و سخنرانی

➤ در بحث اخلاقی سخنرانی، مهمترین امر، صداقت است.

➤ اگر اعتماد میان گوینده و شنونده (اطمینان به درستی عبارات و راستگویی افراد) شکسته شود، دیگر هرگز به حال اول باز نخواهد گشت!!!

## سرقت ادبی

سرقت ادبی یعنی کلام یا عقاید دیگران را به جای کلام و عقیده خود جا زدن و مُهر زدن روی چیزی که نوشته‌اید یا چیزی که فکر می‌کنید متعلق به شماست، در حالی که در واقع آن را از شخص دیگری گرفته‌اید!

# گوش کردن مهم است

- بیشتر مردم به نحوی حیرت آور، شنونده‌های ضعیفی هستند.
- اما غالب مدیران بازرگانی درجه یک، سیاستمداران موفق و معلمان باهوش شنوندگانی بسیار عالی هستند.
- بیشتر کارهایی که شنوندگان خوب انجام می دهند، بر اساس جذب اطلاعات کلامی ای است که از گوینده دریافت می کنند.

# گوش کردن مهم است

- آیا باید با هر چه می شنوید موافق باشید؟ اصلاً
- اما باید ابتدا به تمام صحبت فرد گوش دهید سپس به قضاوت نهایی بپردازید.
- اگر به عقاید خود اطمینان دارید، نباید از گوش کردن به نظریه های مخالف هراسی داشته باشید.
- و اگر به عقاید خود مطمئن نیستید، خود دلیلی است بر ضرورت گوش کردن دقیق.
- یک ذهن بسته، ذهنی خالی است!

# گوش کردن مهم است


گوش کردن و تفکر انتقادی

چهار علت شنونده ضعیف بودن

چگونه شنونده بهتری شویم؟؟؟


## حمایت از بیان آزادانه عقاید

- ▶ در موارد خاص، هر نظری که داشته باشید؛ شما تعهدی اخلاقی دارید که از توهین و دیگر روش‌هایی که به بیان آزاد عقاید لطمه می‌زند، اجتناب کنید.
- ▶ شنوندگان نیز متعهدند حق گویندگان را برای شنیده شدن حرف‌هایشان حفظ کنند.
- ▶ تأمین آزادی برای بیان افراد مستلزم موافقت با عقاید آنها نیست؛ شما می‌توانید اساساً با پیام مخالف باشید، اما از حق گوینده برای بیان آن دفاع کنید.




بخش ۴: ارائه سخنرانی  
فصل یازدهم: کاربرد زبان

- اهمیت زبان
  - معانی واژگان
  - کاربرد دقیق زبان
  - کاربرد واضح زبان
  - کاربرد زبان به صورت روشن
  - کاربرد متناسب زبان
- 




# کاربرد زبان

اگر در کاربرد زبان  
با دقت و درستی عمل نکنید،  
کسی به اندیشه‌های شما پی نخواهد برد.








# کاربرد زبان

سخنرانان ماهر  
از معانی  
**صریح و ضمنی**  
واژگان  
آگاهی دارند.



## کاربرد زبان

➤ معنای ضمنی، عمق بیشتری به کلمات می بخشد و احساساتی چون خشم، اندوه، عشق، دوستی، بیگانگی، حسادت، گناه و... را در شنوندگان زنده می کند.

➤ سخنران از معنای ضمنی برای غنای واژگان استفاده می کند.

## کاربرد دقیق زبان

- ▶ تا زمانی که معنی واژه‌ای را نمی‌دانید آن را به کار نگیرید!
- ▶ مناسب‌ترین واژه را برای روشن کردن منظورتان بیابید.
- ▶ برای گسترده کردن دایره واژگان‌تان به طور منظم کار کنید.

## کاربرد واضح زبان

➤ مردم متفاوت هستند؛ آن چیزی که برای بعضی مفهوم است، ممکن است برای دیگران نامفهوم باشد.

➤ شنوندگان مانند خوانندگان نیستند!

## کاربرد واضح زبان

➤ از واژگان مأنوس استفاده کنید.

➤ یکی از بزرگترین موانع فهم نطق، استفاده از واژگان دشوار و پر طمطراق است؛ در حالی که استفاده از کلمات کوتاه و پربار همین کار را به بهترین شکل انجام خواهد داد.

➤ استفاده از کلمات دشوار و پیچیده، حاکی از بزرگ نمایی و خودنمایی سخنان است.

## کاربرد واضح زبان

- ▶ واژگان ملموس را انتخاب کنید.
- ▶ ملموس = غیر انتزاعی
- ▶ ملموس: موضوعات قابل لمس، مردم، اشیاء، اماکن
- ▶ انتزاعی: مفاهیم کلی، کیفیت و اسناد
- ▶ وضعیت جوئی نامساعد نیمه غربی کشور را درگیر کرده است و بر کیفیت تحصیلی تأثیر گذاشته است.

## کاربرد واضح زبان

▶ واژگان و جمله‌های زائد و بی معنی را حذف کنید.

▶ از آوردن صفات و قیده‌های زائد و واژگان مترادف پشت سر هم خودداری کنید.

▶ با عشق و علاقه صحبت کنید. (دور از تکلف و اظهار فضل)

## کاربرد واضح زبان

- زبان را به صورت روشن به کار ببرید.
- با سخنان خود مردم را به حرکت درآورید.
- سخنان و نطق شما باید جذاب و پویا باشد نه مبهم و ملال انگیز!



## کاربرد واضح زبان سخنرانی انگیزشی و تأثیرگذار

➤ زبان را به صورت روشن به کار ببرید.

➤ الف. خلق تصویر (مجسم سازی عقایدتان در ذهن شنوندگان)

➤ ۱. به کار بردن اسامی ملموس

➤ ۲. به کار بردن تشبیه

➤ ۳. به کار بردن استعاره

## کاربرد واضح زبان سخنرانی انگیزشی و تأثیرگذار

➤ زبان را به صورت روشن به کار ببرید.

➤ الف. خلق تصویر (مجسم سازی عقایدتان در ذهن شنوندگان)

➤ ۱. به کار بردن اسامی ملموس

➤ ۲. به کار بردن تشبیه

➤ ۳. به کار بردن استعاره

## کاربرد واضح زبان سخنرانی انگیزشی و تأثیرگذار

- زبان را به صورت روشن به کار ببرید.
- الف. کلام موزون (ایجاد موسیقی کلامی در گوش شنوندگان)
- زبان وزنی دارد که با انتخاب و ترتیب کلمات ایجاد می‌شود.
- سخنران با به رشته درآوردن صداها، توجه شنوندگان را به نطق جلب می‌کند.
- اما هرگز نباید روی صدا و وزن برای پربار ساختن معنی تأکید کنید.


# کاربرد متناسب زبان

متناسب با موقعیت

متناسب با شنوندگان

متناسب با موضوع

متناسب با سخنران



# هنر سخنرانی (مهارت های عملی فن بیان)

بخش ۱: صحبت کردن و گوش دادن

---

صحبت کردن در جمع

امور اخلاقی و سخنرانی عمومی

گوش کردن مهم است

## هنر سخنرانی (مهارت های عملی فن بیان)

بخش ۲: انتخاب عنوان و هدف


---

انتخاب موضوع و هدف

تجزیه و تحلیل شنونده

جمع آوری مطالب

عقاید خود را تقویت کنید



# هنر سخنرانی

## (مهارت های عملی فن بیان)


بخش ۳: سازماندهی متن سخنرانی

---

سازماندهی متن سخنرانی

شروع و خاتمه سخنرانی

نقشه و طرح سخنرانی



# هنر سخنرانی

## (مهارت های عملی فن بیان)


بخش ۴: ارائه سخنرانی

کاربرد زبان

ایراد نطق

کاربرد وسایل کمک آموزشی





# هنر سخنرانی

## (مهارت های عملی فن بیان)


بخش ۵: انواع سخنرانی

سخنرانی برای آگاهی

نطق توجیهی

شیوه های توجیه نطق در موقعیت های ویژه

نطق در گروه های کوچک



زندگی **صحنه** یکتای **هنرمندی** ماست



هر کسی **نغمه** خود خواند و

از **صحنه** رود

**صحنه** پیوسته به جاست

**خرم** آن **نغمه**

که **مردم** **بسپارند** به **یاد** (ژاله اصفهانی)



سحر گهم چه خوش آمد که **ببلی** گلبانگ  
به غنچه می زد و می گفت در **سخنرانی**  
که تنگدل چه نشینی ز پرده بیرون آی  
که در **خُم** است شرابی چو لعل **رُمّانی**  
(حافظ)

از تو جّهتان سپاسگزارم