

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# مهارت سخن گفتن و سخنرانی

بمراه با مهارت کوش و دادن و مهارت پرسیدن

نویسنده: خسرو امیر حسینی



|                     |   |
|---------------------|---|
| سرشناسه             | : امیرحسینی، خسرو، ۱۳۳۷ -   |
| عنوان و نام پدیدآور | : مهارت سخن گفتن و سخنرانی همراه با مهارت گوش دادن و پرسیدن/نویسنده خسرو امیرحسینی. |
| مشخصات نشر          | : تهران: کتابسرای بیان، ۱۳۹۶.   |
| مشخصات ظاهری        | : ۱۴۰ص.   |
| شابک                | : 978-600-9915-15-6   |
| وضعیت فهرست نویسی   | : فیا   |
| یادداشت             | : کتابنامه.   |
| موضوع               | : سخنرانی   |
| موضوع               | : Lectures and lecturing  |
| موضوع               | : سخنوری  |
| موضوع               | : Oratory   |
| موضوع               | : ارتباط گفتاری   |
| موضوع               | : Oral communication  |
| رده بندی کنگره      | : PN۴۱۲۹ /الف۸ ۱۳۹۶   |
| رده بندی دیویی      | : ۸۰۸/۵۱  |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۵۰۴۵۴۲  |



### مهارت سخن گفتن و سخنرانی

نویسنده : خسرو امیرحسینی

نوبت چاپ : ششم / دوم ناشر

سال چاپ : بهار ۱۳۹۷

تیراژ : ۱۰۰۰ جلد

ناشر : کتابسرای بیان

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۱۵-۱۵-۶

قیمت : ۱۶۰۰۰ تومان

لطفاً کتاب را قانونی بخوانید !!!

نشانی : تهران-میدان انقلاب-خیابان کارگر جنوبی-خیابان مهدیزاده پلاک ۶ واحد ۱



۶۶۹۷۳۳۵۴

۶۶۹۷۳۳۵۵

۶۶۴۲۸۳۲۱

۶۶۱۲۸۰۵۹

۶۶۱۲۷۱۱۹



www.Ketabsarayebyan.com



Ketabsarayebyan



Ketabsara.bayan@gmail.com

## فهرست مطالب

مقدمه ..... ۷

### فصل اول

### مهارت سخن گفتن و سخنرانی

#### بخش یکم: مهارت سخن گفتن

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| تعریف گفتن                       | ۱۲ |
| چه بگوییم؟                       | ۱۲ |
| چرا بگوییم؟                      | ۱۳ |
| چگونه بگوییم؟                    | ۱۳ |
| نکات اساسی در مورد نحوه‌ی گفتن   | ۱۴ |
| هنر سخن گفتن از دیدگاه‌های مختلف | ۱۷ |
| اصول سخن گفتن                    | ۲۰ |
| آداب سخن گفتن                    | ۲۲ |
| ۱۰ نکته‌ی مؤثر در ملاقات‌ها      | ۲۹ |
| روش‌های گفت‌وگوی دوستانه         | ۳۲ |
| تأثیر سخن در شادی زندگی          | ۳۵ |
| آثار سخن خوش                     | ۳۶ |
| توصیه‌هایی برای گفت‌وگوی خوب     | ۳۷ |
| تدریس عملی مهارت سخن گفتن        | ۳۹ |

### بخش دوم: راز و رمز سخنرانی

|    |  |
|----|--|
| ۴۳ | ..... مقدمه  |
| ۴۴ | ..... تعریف، اهداف و اهمیت سخنرانی                           |
| ۴۵ | ..... سخنوری به چه کار آید؟ و لازمه‌ی آن چیست؟               |
| ۴۵ | ..... هر سخنوری باید در چهار مهارت زبردست باشد               |
| ۴۷ | ..... اصول سخنرانی   |
| ۵۵ | ..... روش‌های سخنوری   |
| ۵۹ | ..... اقسام سخنوری   |
| ۵۹ | ..... ۱- سخنرانی علمی - پژوهشی                               |
| ۶۰ | ..... ۲- سخنرانی منبری                                       |
| ۶۱ | ..... ۳- سخنوری قضایی  |
| ۶۳ | ..... اختصاصات سخنران سیاسی چیست؟                            |
| ۶۴ | ..... شرایط موفقیت در سخنرانی                                |
| ۷۳ | ..... مراحل سخنرانی  |
| ۷۴ | ..... گام‌های آماده‌سازی سخنرانی                             |
| ۸۰ | ..... در آماده‌سازی سخنرانی به چه نکاتی باید توجه کرد؟       |
| ۸۱ | ..... در طراحی سخنرانی توجه به چه نکاتی مهم است؟             |
| ۸۲ | ..... در ارائه‌ی سخنرانی به چه نکاتی باید توجه کرد؟          |
| ۸۷ | ..... فنون پرسش و پاسخ در سخنرانی                            |
| ۸۸ | ..... در جلسه‌ی پرسش و پاسخ چگونه عمل کنیم؟                  |
| ۸۸ | ..... مقابله با سؤال‌های ناهنجار                             |
| ۸۹ | ..... حال چگونه باید با این نوع سؤال مواجه شوید؟             |
| ۹۰ | ..... با اشخاصی که سخنران را سؤال پیچ می‌کنند چگونه عمل شود؟ |
| ۹۱ | ..... هرگز کنترل را از دست ندهید                             |
| ۹۲ | ..... عادت‌های خوب در هنگام سخنرانی                          |
| ۹۴ | ..... فنون جلب حواس  |

فهرست مطالب / ۵

|     |  |
|-----|--|
| ۹۵  | فنون حفظ توجّه                           |
| ۹۶  | عادت‌هایی که موجب کسالت شنوندگان می‌شود. |
| ۹۹  | نقش گویندگان در تحوّل اجتماعی            |
| ۱۰۰ | توصیه‌های مهم.                           |
| ۱۰۵ | زمینه‌های تغییرات رفتاری.                |
| ۱۰۸ | خودارزیابی                               |

فصل دوم

مهارت گوش دادن

|     |                              |
|-----|------------------------------|
| ۱۱۳ | تعریف گوش دادن               |
| ۱۱۴ | ما به چه چیزی گوش می‌دهیم؟   |
| ۱۱۵ | چرا ما گوش می‌دهیم؟          |
| ۱۱۵ | چگونه گوش بدهیم؟             |
| ۱۱۶ | ضرورت کسب مهارت گوش دادن     |
| ۱۲۱ | روش‌های کسب مهارت گوش دادن   |
| ۱۲۶ | هنرمندی در گوش دادن          |
| ۱۲۷ | اهمیت گوش دادن در یادگیری    |
| ۱۳۱ | عوامل مؤثر در مهارت گوش دادن |
| ۱۳۲ | توصیه‌ها.                    |
| ۱۳۳ | گوش دادن فعال و پویا چیست؟   |

فصل سوم

مهارت پرسیدن

|     |                 |
|-----|-----------------|
| ۱۳۷ | مهارت پرسیدن    |
| ۱۳۸ | تعریف سؤال کردن |
| ۱۳۹ | کارکردهای پرسش  |
| ۱۴۰ | انواع پرسش      |

- ۱۴۳ ..... چه چیز را سؤال می‌کنیم؟
- ۱۴۳ ..... چرا سؤال می‌کنیم؟
- ۱۴۳ ..... چگونه سؤال کنیم؟
- ۱۴۵ ..... انواع سؤال برحسب محتوای آنها.
- ۱۴۶ ..... انواع سؤال‌ها از نظر ابعاد.
- ۱۴۹ ..... شیوه‌های طرح سؤال مؤثر.
- ۱۵۰ ..... آماده کردن سؤال‌ها.
- ۱۵۲ ..... راهنمای عمل سؤال کردن.
- ۱۵۴ ..... پرسش‌ها در زندگی ما چه نقشی دارند؟
- ۱۵۷ ..... دستاوردهای خوب پرسیدن.
- ۱۵۹ ..... منابع.

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

### مقدمه

پویایی و تغییرات لحظه به لحظه‌ی موجود در زندگی کنونی بشر موجب گردیده است ضمن تغییر در شیوه‌های زندگی، مسائل و مشکلات خاصی نیز بروز نمایند. به طوری که عدم برخورد صحیح با آن مسائل و مشکلات، باعث برهم خوردن بهداشت روان و تعادل افراد می‌شود و ما را برمی‌انگیزد تا روش‌های مقابله‌ای مناسبی را بیاموزیم.

سخن گفتن، گوش دادن و پرسیدن که از ارکان اصلی یادگرفتن و به کار بستن هستند، این هدف را محقق می‌سازند. در قرن حاضر سازمان علمی، فرهنگی، تربیتی سازمان ملل متحد «یونسکو» یادگیری را استقرار بر چهار ستون: «یادگیری چگونه زیستن، یادگیری با هم زیستن، یادگیری چگونه انجام دادن و یادگیری چگونه آموختن می‌داند»؛ سخن گفتن، گوش دادن و پرسیدن از مهارت‌های اساسی و زمینه‌ساز چگونه آموختن و چگونه به کار بستن و پیشگیری‌کننده از ناکامی، افسردگی، اضطراب و آسیب‌های اجتماعی عصر انفجار اطلاعات است.

این سه عنصر از بنیادهای مهارت‌های اساسی زندگی به معنی تغییر رفتار یا روش ایجاد رفتاری که می‌تواند بین سه حوزه‌ی دانش، نگرش و رفتار (توانش) تعادل ایجاد کند، می‌باشد (یونیسف). بنا به تعریف

مذکور، مهارت‌های سخن گفتن، گوش دادن و پرسیدن، می‌تواند روابط بین فردی مؤثر، انتخاب و تصمیم‌گیری صحیح، حل تعارض و کشمکش‌های بدون توسل به اعمال صدمه‌زننده به خود و دیگران و توانایی شاد، سازنده و سالم زندگی کردن را برای انسان‌ها فراهم سازد. مهارت‌های اساسی زندگی به ارتقای سطح بهداشت روانی و بهزیستی و شاد زیستن کمک می‌کند. به همین دلیل آموختن و به کار بستن آنها برای همه لازم می‌باشد؛ تا بتوانند به وسیله‌ی آنها در رابطه با سایر انسان‌ها، جامعه، فرهنگ و محیط خود مثبت و سازگار عمل کنند.

با توجه به نیازسنجی‌های انجام‌شده و تشخیص ضرورت مذکور، کتاب «مهارت سخن گفتن» در سه فصل به رشته‌ی تحریر درآمده است.

گروه هدف این کتاب سخنوران، مدرسان، دانش‌آموزان و دانشجویان می‌باشند. لیکن سعی شده در تدوین و تنظیم مطالب، اصل ساده‌نویسی و روان بودن مطالب و از همه مهمتر سودمندی (کاربردی) بیش از هر چیزی مورد توجه قرار گیرد تا برای همه‌ی علاقه‌مندان، قابل استفاده باشد. لذا در فصل نخست مهارت سخن گفتن را می‌خوانید، در فصل دوم به مهارت گوش دادن پرداخته شده و نهایتاً در فصل سوم، مهارت پرسیدن یا سؤال کردن را مورد مطالعه قرار می‌دهید. امید است مطالعه‌ی این کتاب مفید واقع شده و با ارسال نظریات و پیشنهادهای سازنده‌ی خود، نگارنده را قرین لطف و منت خویش قرار دهید.

خسرو امیرحسینی

بهار ۱۳۹۰