

## چگونه یک سخنرانی خوب ارائه دهیم

دکتر غلامرضا رحیمی<sup>۱</sup>، قربانعلی ایمان پور<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بناب

<sup>۲</sup> دانشجوی دکتری تخصصی مدیریت دولتی - تطبیقی و توسعه دانشگاه آزاد اسلامی واحد بناب  
Ghorbanaliiimanpour@yahoo.com

### چکیده

احتمالا برای شما پیش آمده باشد که مجبور شده باشید در یک جمع بزرگتر سخنرانی کنید و ایده ها و نظرات و عقایدتان را بیان کنید. توانایی شما در صحبت کردن و برقراری ارتباط با مخاطبان برای موفقیتتان ضروری است. ارتباط موفق وقتی بوجود می آید که گوینده بتواند کاری کند که شنوندگان، خود را بخشی از سخنرانی او بدانند و با آن احساس نزدیکی کنند. یکی از گرانبها ترین مهارت های شما توانایی خوب فکر کردن و بیان واضح منظورتان است. بنابراین این لازم است خوب سخن گفتن و خوب صحبت کردن را یاد بگیرید چون سخن گفتن چیزی بیش از یک سری کلمات است. در این مقاله ابتدا در مورد اعتماد به نفس، نحوه افزایش اعتماد به نفس، شناخت منشاء و منابع عزت نفس و تاثیر آن در ارائه یک سخنرانی خوب و موثر مطالبی ذکر می گردد و علائم موجود در بدن و زبان بدن برای انتقال اطلاعات اولیه از مجرای کلام و فن بیان و نحوه اینکه صحبت های ما تاثیر گذاری بهتری در مخاطبین داشته باشد بیان می گردد. و سپس در ادامه، ارتباطات کلامی و غیر کلامی به عنوان ابزار کار یک گوینده و انواع سخنرانی و اصول تهیه یک سخنرانی در نه مرحله توضیح داده می شود. در پایان برای اینکه بتوانیم یک جمع بندی کامل از سخنرانی مان داشته باشیم نحوه اتمام سخنرانی توضیح داده می شود.

**واژگان کلیدی:** اعتماد به نفس، سخنرانی، فن بیان، ارتباط موثر، زبان بدن