

# “เทคนิคการพูดขั้นพื้นฐาน สู่การพูดในที่สาธารณะ”



โดย : คุณสายสวรรค์ ขยันยิ่ง

# ทักษะขั้นพื้นฐาน

- \* ฝึกการหายใจ
- \* ฝึกการเปล่งเสียง
- \* ฝึกบุคลิกภาพและภาษากาย
- \* ฝึกใช้อุปกรณ์ช่วยในการพูด
- \* ฝึกเล่าเรื่อง

# พลังของเสียง

## \* โดยธรรมชาติ

- น้ำเสียง
- แก้วเสียง
- อวัยวะในการออกเสียง

## \* โดยการฝึก

- วิธีการเปล่งเสียง
- อักษรวิธี
- ความดัง/เบา
- โทนเสียงสูง/ต่ำ
- การเน้นคำ
- การหยุด (แบ่งวรรค/เน้นความสำคัญ)

# การเตรียมตัวก่อนการพูด

- พูดเรื่องอะไร
- พูดให้ใครฟัง
- พูดที่ไหน
- พูดอย่างไร
- ออกแบบและฝึกซ้อมพูด

# การพูดในที่สาธารณะ

## \* ก่อนขึ้นเวที

- \* การแต่งกาย

- \* การไปถึงก่อนเวลา

- \* การตรวจสอบอุปกรณ์

- \* การปรับตัวให้เข้ากับบรรยากาศ อารมณ์ และสถานที่

# การพูดในที่สาธารณะ

- เมื่ออยู่บนเวที
  - สมာธิ
  - ความมั่นใจ
  - สายตา
  - รอยยิ้ม
  - น้ำเสียง
  - จังหวะหยุด
  - การนั่ง ยืน เดิน
- การใช้มือและอุปกรณ์ประกอบ
- การนำเสนอเนื้อหาไปตามลำดับ
  - สรุป

# สมาธิ



# ความมั่นใจ





# สายตา



# รอยยิ้ม



# ๒ น้ำเสียง



# จังหวัดหยุด



# การนั่ง ยืน เดิน



# การใช้มือและอุปกรณ์ประกอบ



# การนำเสนอเนื้อหาไปตามลำดับ



# สรุป





# องค์ประกอบของการสื่อสาร

\* ผู้ส่งสาร (Sender)

\* สาร (Message)

\* ช่องทางการสื่อสาร (Channel)

\* ผู้รับสาร (Receiver)

\* สิ่งรบกวน (Noise) และ ข้อมูลป้อนกลับ (Feedback)