

فن بیان و راه های تقویت آن

فن بیان مهارتی است که وقتی درباره آن صحبت می‌شد، سریع یاد سخنرانان و مجریان مطرح دنیا می‌افتادم؛ گویا فکر می‌کردم فن بیان و مهارت های ارتباطی فقط مخصوص به آنهاست و بقیه مردم نیازی به یادگیری آن ندارند. اما خیلی زود متوجه این قضیه شدم که این مهارت مختص به یه گروه خاصی از مردم یا مشاغل خاص نیست و همه ما به نوعی به آن در زندگی خودمان نیاز داریم. ولی با همه این تفاسیر باید اعتراف کنم که مثل فکر اشتباه سابق من، هنوز هم خیلی ها همچین تفکری را دارند و این را می‌شود از عدم اهتمام آنها به یادگیری این مهارت در زندگیشان فهمید. در این مقاله راهکارهایی یاد خواهید گرفت که با استفاده از آن ها بتوانید این مهارت را در وجود خود به طرز عجیبی تقویت کنید و فن بیان جذابی داشته باشید



فن بیان

در مقاله فن بیان می‌خوانید

- فن بیان چیست ؟
 - ضرورت یادگیری فن بیان
 - آیا فن بیان را می‌توان تقویت کرد؟
 - فن بیان خوبی ندارم!
 - آموزش فن بیان و گویندگی
 - تکنیک های افزایش فن بیان
 - تمرینات تقویت فن بیان
 - فن بیان کودکان
 - فن بیان غیر حضوری
- حتماً شما هم با من موافق هستید که قریب به اتفاق مردم ارزش این مهارت را برای زندگی خودشان واقف نیستند و به همین علت هم نیازی به یادگیری آن نمی‌دانند.

در این نوشته سعی می‌کنیم با نیازهای خودمان به این مهارت تقریباً ضروری زندگی که از آن غافل بوده ایم آشنا شویم و با خوب صحبت کردنمان گام موثری در رشد فردی خود و حال خوب خودمان و اطرافیانش برداشته باشیم.

به شما این اطمینان را می‌دهم که پس از مطالعه این مقاله دید شما نسبت به این مقوله کاملاً تغییر کند و از این پس در گوشه ذهنتان برای یادگیری این مهارت پر کاربرد زندگیمان جایی باز کنید.

شاید این سوال برای شما هم پیش آمده باشد که چرا فن بیان مهم است و چرا باید آن را تقویت کنیم؟ در ادامه این مقاله به این سوال پاسخ خواهیم داد، اما قبل از آن حتماً کلیپ زیر را که بخشی از کارگاه فن بیان ویژه مربیان است را مشاهده کنید تا پاسخ این سوال خود را به خوبی دریافت کنید



شما می‌توانید
سخن بگویید
اما سخن خوب گفتن
تعلیم و استعداد
و تمرین می‌خواهد

www.mostafae.com
mostafae_com

گام
پنجم

فن بیان چیست؟

اگر فکر می‌کنید فن بیان یعنی فقط سخنرانی کردن و به درد مجریان صدا و سیما می‌خورد، باید به شما بگوییم که کاملاً در حال اشتباه کردن هستید و باید طرز فکرتان را در این مقوله تغییر دهید.

اگر بسیار ساده بخواهیم برایتان بگوییم که فن بیان چیست، می‌توان گفت یعنی به کار بردن کلمات درست در جای درست! یعنی طوری صحبت کنیم که از الفاظ به کار برده ما همان چیزی که مدنظر ماست فهمیده شود، نه کمتر و نه بیشتر.

وقتی ما توانستیم منظورمان را به مخاطبمان، همان طور که در ذهنمان هست منتقل کنیم و طرف مقابلمان هم به درستی متوجه قضیه شود، گام بلندی در جهت ارتباط موثر خودمان برداشتیم و بدون شک مهارت خوبی در سخن گفتن داریم.

حالا هرچی بهتر و مسلط تر بتوانیم صحبت کنیم و در زمان ها و مکان های مختلف که شاید فشارهای روحی و ذهنی خاصی هم روی ما می‌باشد با دیگران ارتباط درست تر برقرار کنیم، به همان اندازه مهارت در فن بیانمان داریم. پس فن بیان یعنی توانایی صحبت کردن در هر زمان، مکان و هر شرایطی متناسب با مخاطبمان...



xxx

فن بیان یعنی

توانایی صحبت کردن

در هر زمان، مکانی

و هر شرایطی

متناسب با مخاطبان

ooo

ضرورت یادگیری فن بیان

شاید این سوال برایتان پیش آمده باشد که فن بیان کجا به درد ما می خورد؟ با قدرت به شما خواهیم گفت هر جایی که فکرش را می کنید.

بیاییم سوال را تغییر بدهیم و این طور بپرسیم: فن بیان کجا به دردمان نمی خورد؟! وقتی کمی با دقت به این موضوع توجه می کنیم، می بینیم مهارت خوب صحبت کردن در همه جای زندگی ما نمود دارد و تاثیر مستقیم در کیفیت زندگی ما و حال خوب دارد.

شما هر روز که از خواب بیدار می شوید در حال ارتباط برقرار کردن با دیگران هستید تا وقتی که شب به رخت خواب می روید؛ در محیط کاری خود به طور مداوم در حال صحبت کردن با همکاران و مشتریان خود هستید، در جامعه برای رفع نیازهای خود باید با دیگران صحبت کنید، برای ارتباط خوب با خانواده و رفع نیازهای روحی و عاطفی آنها باید مستمر صحبت کنید و ارتباط برقرار کنید. البته خود فن بیان در ارتباط با خانواده راهکارها و توضیحات مجزایی دارد که پیشنهاد می کنم حتماً با مطالعه مقاله فن بیان در خانواده به خوبی به آن راهکارها هم مسلط شوید و از آن ها استفاده کنید.

می بینید؟ جایی را نمی شود پیدا کرد که ما بی نیاز این مهارت پر کاربرد در زندگی باشیم. بدون شک این مهارت را می شود از پرکاربردترین ابزار زندگی شخصی و اجتماعی انسان ها نام برد که با یادگیری درست آن بسیاری از مشکلات به وجود نیامده و به راحتی قابل حل می باشند.



آیا فن بیان را می توان تقویت کرد؟

این مهارت هم مثل موضوعات دیگر در افرادی بیشتر ظهور و بروز دارد که می تواند به دلایل مختلفی باشد. از جمله عوامل وراثتی، محیط زندگی فرد، علایق شخصی و...

اما این مطلب به این معنا نیست که چنین مهارت مهمی باید فقط در ذات ما باشد و ما به هیچ وجه قادر به کسب آن نیستیم. خوب صحبت کردن هم مثل همه مهارت های دیگر زندگی قابل رشد دادن و تقویت کردن است. تمرین هایی وجود دارد که با انجام دادن و ممارست در آنها بدون شک می توانیم بهتر از هم اکنون صحبت کنیم و در محافل مختلف زندگی شخصی و کاری خود بدرخشیم.

فقط نکته قابل توجه این است که نباید زود خسته شد و قافیه را باخت که اگر این صفت را به همراه داشته باشیم و زود زمین بازی را خالی کنیم، نه این مهارت راف بلکه همه زندگی را خواهیم باخت. به همین علت به این نکته باور داشته باشیم که با تمرین مستمر و با پشتکار و اراده می توانیم خودمان را حتی به سطح سخنرانان مطرح دنیا برسانیم و از این مهارت دوست داشتنی لذت ببریم.

فن بیان مانند همه مهارت های دیگر قابل رشد دادن است

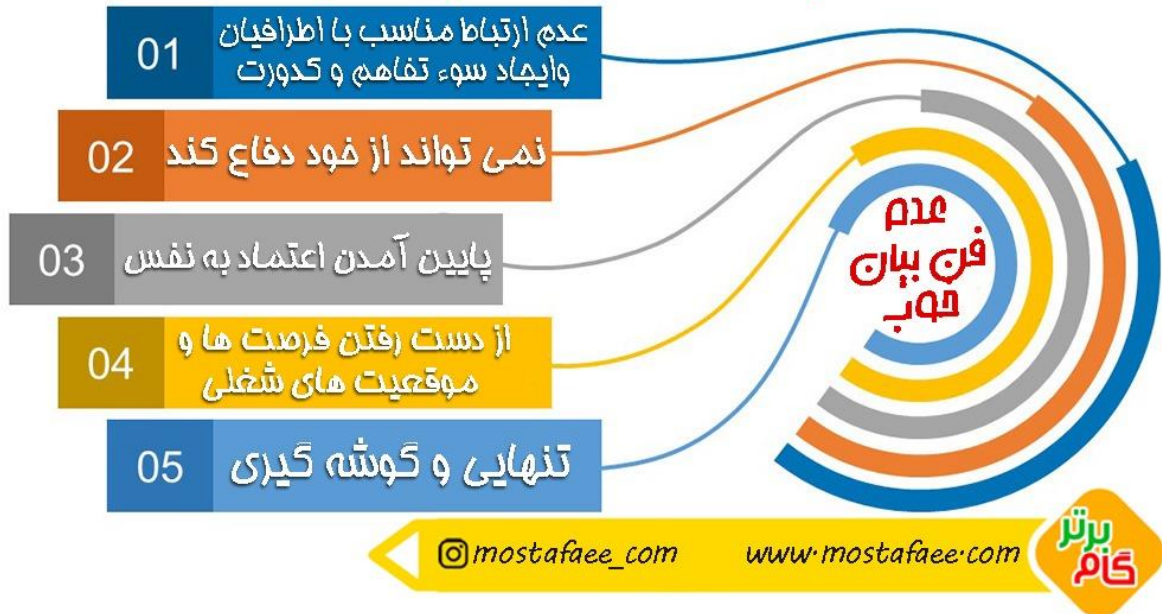
فن بیان خوبی ندارم!

متأسفانه به علت آموزش ندیدن افراد، این مهارت در اکثر آنها نیاز به تقویت کردن دارد؛ حال تصور کنید فردی را که فن بیان و سخنوری خوبی ندارد و در خوب صحبت کردن و ارتباط درست برقرار کردن مشکل دارد، توان صحبت کردن در جمع را ندارد، از کلمات مناسب برای انتقال مفهوم مدنظر خود استفاده نمی کند، با دیگران سخت ارتباط برقرار می کند و مشکلاتی از این قبیل. بدون شک این فرد در زندگی شخصی و کاری خود با مشکلات زیادی دست و پنجه نرم خواهد کرد از جمله:

- در زندگی شخصی خود به دلیل عدم ارتباط مناسب با اطرافیان به سوء تفاهم های بسیار و کدورت های زیادی برخورد خورد و حال خوب زندگی را از او خواهد گرفت.
- در زندگی اجتماعی به علت عدم ارتباط مناسب با دیگران نمی تواند از خود دفاع کند و به راحتی می تواند حق او را بخورند.
- اعتماد به نفس او به شدت پایین خواهد آمد و در خیلی از مسائل به موفقیت نخواهد رسید.

- بسیاری از موقعیت های شغلی با درآمد خوب را به علت عدم ارتباط با دیگران و مطرح نکردن خود از دست خواهد داد.
- به علت ضعف در ارتباط گیری دوستان کمی خواهد داشت و بیشتر اوقات در تنهایی و گوشه گیری به سر خواهد برد.
- و بسیاری مشکلات دیگر که حتی نام بردنشان زمان بسیار زیادی از ما خواهد گرفت...

فن بیان قوی نباشه چی میشه:



۱ حوزه های مختلف فن بیان

فن بیان شامل چندین حوزه مختلف است که در هر یک از این حوزه ها، تمرینات و آموزش های خاص آن وجود دارد که با طی کردن آنها بدون شک فن بیان شما به میزان قابل توجهی بهبود پیدا خواهد کرد. در اینجا فن بیان را در چند حوزه اصلی دسته بندی می کنیم.

نسل به نسل تکنیک های فن بیان، عامل اثرگذاری کلام است

www.mostafae.com
 گام برتر
 mostafae_com

1. زبان بدن

زبان بدن گاهی از هزاران کلمه گویا تر و واضح تر است! به همین دلیل است که برای داشتن یک فن بیان خوب باید به این حوزه توجه خاص و ویژه‌ای داشته باشید. اگر حرف شما با حرکات بدنی شما در تضاد باشد، قطعاً اثربخشی آن کاهش پیدا خواهد کرد و مخاطب نیز علاقه‌ای به شنیدن صحبت‌های شما نشان نخواهد داد. به همین دلیل است که بر روی تقویت این حوزه اصرار داریم و آن را یکی از اصول بسیار تاثیر گذار و قوی برای تقویت مهارت های فن بیان می دانیم.

شما باید بتوانید زبان بدن خود را تقویت کنید. می توانید در این حوزه مطالعه داشته باشید کار چندان سختی نیست با کمی مطالعه و وقت صرف کردن بدون شک می توانید مهارت های خود را در این حوزه بهبود بخشید.



2. فن بیان و صداسازی

میزان بلندی صدا، لحن بیان، نوع و شیوه تلفظ کلمات همگی عواملی هستند که صحبت های شما را جذاب می کنند و یا بالعکس می توانند به طور کامل جذابیت آنها را از بین ببرند. این که شما می توانید کلمات را درست و صحیح ادا کنید، بدون شک موجب می شود مخاطب شما احساس بهتری هنگام صحبت با شما داشته باشد. زیرا بهتر متوجه صحبت های شما می شود. اگر دقت کرده باشید مشکل بسیاری از افراد این است که نحوه صحیح تنفس کلمات را نمی دانند به همین علت گاهی سایرین متوجه صحبت های آنها نمی شوند و به طور کل از ادامه هم صحبتی با آنها منصرف می شوند.

میزان بلندی و کوتاهی صدا نیز از عوامل بسیار مهم در ارائه سخنرانی محسوب می شود. اگر صدای شما بیش از حد بلند باشد، بدون شک بعد از گذشت مدت زمانی مخاطب شما دچار احساس سردرد خواهد شد و دیگر حوصله شنیدن ادامه صحبت های شما را ندارد و اگر صدای شما بیش از حد نیز کوتاه باشد، مخاطب احساس خواب آلودگی و خستگی خواهد داشت.

بنابراین هر کدام از این عوامل اگر درست استفاده نشوند می توانند عوامل دافعه در سخنرانی شما باشد. حال باید به این نکته دقت کنیم که برای رفع این مشکل چه کاری می توانیم انجام دهیم. بسیار ساده است، تنها نیاز این است که شما آموزش ببینید که چه زمانی صدای خود را بالا ببرید و یا چه زمانی صدای خود را پایین بیاوریم.

در مقاله **تکنیک های داشتن صدای خوب** ، 10 تمرین فوق العاده برایتان بیان کرده ایم که بتوانید با استفاده از آن ها صدایی فوق العاده درجه یک برای صحبت کردن و سخنرانی داشته باشید و روی فن بیان و صداسازی خود کار کنید . پیشنهاد می کنم اگر فن بیانتان برایتان مهم است آن مقاله را هم مطالعه کنید.



لحن و مهارت مهمان اثرگذاری جذابیت کلام هستند



www.mostafae.com



mostafae_com



3. دایره واژگان و بداهه گویی

کسانی که از دایره واژگان بالایی برخوردار هستند اغلب در استفاده از کلمات دچار مشکل نمی شوند و می توانند در هر موقعیتی متناسب با همان شرایط جمله بندی های خوبی را ارائه دهند و صحبت کنند. بنابراین فردی که خواهان تقویت مهارت فن بیان خود است، باید این نکته را بداند که دایره واژگان یکی از نکات اثرگذار در بیان شماسست و دیگر کسانی که دایره واژگان خوبی دارند معمولاً بداهه گوینان قوی هستند.

آنها می توانند در هر لحظه به سرعت کلمات را در ذهن خود کنار هم بچینند و جمله ای را بر زبان بیاورند. به همین علت است که بداهه گویی در وجود آنها بیشتر از سایرین به چشم می خورد که دایره واژگان مناسبی ندارد و معمولاً زمانی که می خواهد صحبت کند چند لحظه مکث می کند تا بتواند کلمات را کنار هم بچیند و حرفی برای گفتن داشته باشد. بنابراین باید به تقویت دایره واژگان خود و گسترده کردن آن توجه ویژه ای داشته باشید.



www.mostafae.com



mostafae_com





تکنیک های افزایش فن بیان

پس از این که مهارت فن بیان را از جهات مختلف با یکدیگر بررسی کردیم، زمان آن رسیده که برخی تکنیک های را برای شما نام ببریم که بتوانید با استفاده از آن ها، فن بیان خود را به طور فوق العاده ای افزایش دهید.

1. خود را به طور مرتب در معرض صحبت قرار دهید

حتماً دقت کردید کسانی که به رشته بدن سازی می روند را توصیه به کار کردن روی بدنشان می کنند. به این شکل که مثلاً اگر می خواهید بازوی بزرگ و قدرتمندی داشته باشید، باید مدام از این عضو بدن کار بکشید و به طور مستمر وزنه بزنید تا به شکل دلخواه شما برسد.

مهارت خوب صحبت کردن هم از این قاعده مستثنی نیست. شما باید از این عضو بدنتان بیشتر کار بکشید، مدام خودتان را در معرض صحبت کردن قرار دهید و شک نکنید تمرین مهم در کنار یادگیری مهارت های دیگر سخنرانی و فن بیان همین صحبت کردن مداوم است.

ولی متأسفانه ما به علت ترسی که داریم که شاید نتوانیم خوب صحبت کنیم و مورد تمسخر واقع شویم، همیشه کمتر از دیگران صحبت کرده و به همین علت هم روز به روز کیفیت صحبت کردن ما ضعیف تر شده، بدون آنکه خودمان متوجه قضیه شویم. پس تنها راه مقابله با این ترس، خود را در معرض سخنرانی قرار دادن است. به این شکل ترس شما بر اثر مرور زمان از بین می رود. مقاله ترس از سخنرانی می تواند به شما کمک کند که از صحبت کردن در جمع و سخنرانی کردن دیگر نترسید.

2. صدای رسا داشته باشید

داشتن صدای رسا و واضح، می تواند میزان اثرگذاری صحبت های شما را به شدت افزایش دهد و مطالب را بهتر به دیگران انتقال دهد. به نظر شما، آیا فردی که با ریتم کند صحبت می کند و ولوم صدایش هم بسیار پایین است، آیا می تواند مطالب را به خوبی

انتقال دهد؟ اصلاً می‌تواند با دیگران ارتباط درستی برقرار کند؟ جواب مسلماً منفی است. چرا که فرد مقابل او آنقدر حس و حال ندارد که بخواهد به مطالب او گوش دهد! بلند و رسا صحبت کردن به شدت در جذابیت صحبت های شما تاثیرگذار است و می‌تواند از بی حوصلگی فرد مقابل جلوگیری کند.

البته منظورم از بلند صحبت کردن این نیست که طوری صحبت کنید که طرف مقابل از صدایتان اذیت شود و از شما دوری کند! بلکه منظورم این است که حداقل صدایی داشته باشید که تمام توجه شنونده را به شما جلب کند و بتواند تاثیر مثبتی روی او بگذارد.

3. محکم و با اطمینان صحبت کنید

زمانی که خودتان به صحبت های خود به خوبی اطمینان داشته باشید و باور داشته باشید که حرف هایتان کاملاً درست هستند، قطعاً میزان تاثیرگذاری کلام شما هم بیشتر خواهد بود. در مقاله فن بیان در بازاریابی هم خدمت تان گفتیم که یکی از کاربردهای بسیار عالی محکم و با اطمینان صحبت کردن تاثیر گذاری بیشتر و جذب بهتر مشتری می باشد و در نهایت اطمینان بیشتر به کلام ما می باشد. در زندگی روزمره نیز همین طور است؛ اگر می‌خواهید فردی را متقاعد کنید، یا اصلاً در حال صحبت کردن با فرد دیگری هستید و می‌خواهید تاثیر صحبت های شما بیشتر باشد، باید با اطمینان و محکم صحبت کنید.

اگر می‌خواهید فن بیان خود را تقویت کنید، با اطمینان صحبت کنید

4. از تیکه کلام ها استفاده نکنید

تیکه کلام یعنی استفاده مکرر از صدا یا کلماتی در گفتار که باعث زیبا نبودن و تاثیرگذاری کمتر می‌شود. کلماتی مانند “.....”، مثلاً، درواقع، اوووووم و...” از رایج ترین تیکه کلام ها هستند که احتمالاً خود شما هم از آن ها زیاد استفاده می‌کنید.

به این تیکه کلام ها در اصطلاح “جا پر کن” هم می‌گویند. چرا که معمولاً زمانی به کار می‌روند که ذهن ما کلمه ای پیدا نمی‌کند و در حال جستجو برای پیدا کردن کلمه بعدی است که باید بر زبان بیاورد. پس برای پر کردن این زمان خالی، باید کلمه ای را جایگزین آن کند تا سکوت به وجود نیاید. شاید در نگاه اول این اتفاق، اتفاق خوبی به نظر بیاید، اما اگر کمی بیشتر به آن دقت کنیم، متوجه می‌شویم که نه تنها تیکه کلام ها برای ما مفید نیستند، بلکه تکرار زیاد از آن ها حوصله شنونده را هم سر می‌برد و ممکن است باعث ناراحتی و عصبانیت او شود. پس حتماً برای جذاب تر شدن صحبت ها و سخنرانی های خود، باید این تیکه کلام ها را حذف کنید.

برای از بین بردن تیکه کلام، می‌توانید از راه های زیر استفاده کنید:

1. ضبط کردن صدای خود و آنالیز اینکه چه زمانی از تیکه کلام ها استفاده می‌کنید
2. مکث کردن به جای استفاده از کلمات جا پر کن ها
3. عجله نکردن در صحبت و از قبل آماده بودن
4. ... و



5. زیاد کتاب بخوانید

کتاب خواندن به قدری فایده دارد که ترجیح می‌دهم خیلی درباره آن صحبت نکنم. احتمالاً خود شما بهتر از من به فواید آن آگاه باشید! به قول مک لوهان: کیفیت زندگی شما را دو چیز تعیین می‌کند: کتاب‌هایی که می‌خوانید و انسان‌هایی که ملاقات می‌کنید. هر چقدر مطالعه خود را افزایش دهید و کتاب‌های بیشتری مطالعه کنید، قطعاً دایره واژگانتان افزایش پیدا خواهد کرد و می‌توانید بهتر صحبت کنید.

برای شما در مقاله ناب‌ترین کتاب‌های موفقیت بهترین‌ها را گلچین کرده ایم تا هم فن بیان‌تان قوی شود و هم راه موفقیت را بیش از پیش فرا بگیرید.



تمرینات تقویت فن بیان

به شما قول می دهم اگر تمرین های زیر را به صورت مرتب انجام دهید فن بیان شما به صورت کامل محسوسی رشد خواهد کرد؛ یادتان باشد آسان بودن بعضی از تمرین زیر نشان دهنده بی اهمیت بودن آن ها نیست. این تمرین را به صورت مستمر انجام دهید تا تغییرات را روی فن بیان خود ببینید.

تمرین فن بیان 1: تمرین آینه

از قبل سخنرانی 3 دقیقه ای آماده کنید که به متن و موضوع آن تسلط داشته باشید. در این تمرین شما باید مقابل آینه ای قرار بگیرید و شروع کنید برای فردی که آینه به شما نشان می دهد سخنرانی کنید. همین طور که صحبت می کنید به کلماتی که به کار می برید، سرعت بیان، لحن به کار برده شده، زبان بدن و... دقت کنید. هر بار که صحبت شما تمام می شود شروع کنید به آنالیز کردن سخنرانی خود و نقاط ضعف و قوت خود را روی کاغذ بنویسید؛ برای بررسی کردن سخنرانی خود می توانید خیلی ساده با گوشی تلفن همراهتان سخنرانی خود را فیلمبرداری کنید. مجدد این سخنرانی را با همان محتوا انجام دهید؛ آن قدر این کار را تکرار کنید که به حالت ایده آل خود برسید.



xxx

برای تقویت فن بیان
خود مقابل آینه
 صحبت کنید و به
 کیفیت سخنرانی
 همچنین نقاط ضعف
 و قوت خود توجه کنید

ooo

تمرین فن بیان 2: تمرین ضبط کردن صدای خود

این تمرین شباهت زیادی به تمرین آینه دارد، با این تفاوت که شما در اینجا باید سخنرانی سه دقیقه ای خود را ضبط کنید و طبق معمول بعد از پایان سخنرانی

خود، شروع به بررسی کردن آن بکنید. نکته ای که در این تمرین حائز اهمیت است دقت به لحن ادای کلمات و جملات می باشد. شما باید جملات را با لحن مناسب آن بخش بخوانید؛ به سوالی بودن، خبر دادن، تعجب کردن، حیرت زده شدن و... جملات به شدت دقت کنید و آن ها را با همان لحن ادا کنید.

این مطلب را فراموش نکنید که طبق تحقیقات انجام شده 38 درصد از کلام ما را لحن تشکیل می دهد که این خود نشان دهنده میزان اهمیت آن در کلام می باشد.



xxx

یکی از تمرینات
 فن بیان، ضبط کردن
 صدای خود و سپس
آنالیز کردن
 آن می باشد

ooo

تمرین فن بیان 3: تمرین خودکار

در این تمرین شما باید خودکار، مداد یا هر چیز شبیه به این دو را بین دندان های خود قرار دهید و صحبت کردن خود را آغاز کنید. در ابتدا این کار برای شما کمی سخت به نظر می رسد اما با مرور زمان به آن عادت می کنید و این تمرین را هم به خوبی انجام خواهید داد. از فواید این تمرین می توان به جلوگیری از انحراف و کج شدن لب ها حین صحبت کردن، درگیر شدن اکثر اندام های کلامی و محکم و به درستی ادا کردن کلمات اشاره کرد. خوب است بدانید این تمرین در بسیاری از کشورهای دنیا هم برای تقویت فن بیان توصیه می شود.

نکته مهم در این تمرین که باید رعایت کنید این است که هنگام صحبت کردن لب ها به طور کامل باز و بسته شوند و کلمات به صورت کامل بیان شوند.



تمرین فن بیان 4: تمرین مشدد خوانی

در این تمرین شما به مطالعه می پردازید اما با یک تفاوت عمده و آن هم مشدد خواندن همه کلمات و پر قدرت ادا کردن آن هاست. کلمات زیر را پر قدرت بخوانید:

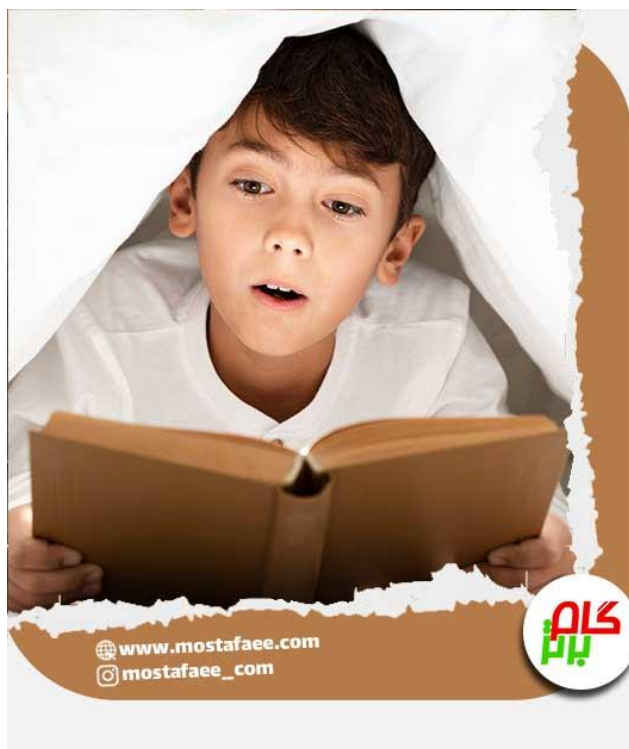
قَنَ بَيَانَ يَعْنِي خَوْبَ صَحَبَتِ كَرْدَنَ
مَنْ قَنَ بَيَانَ خَوْبِي دَارَمَ
قَنَ بَيَانَ كَارِبَرْدَهَايَ زِيَادِي دَارَدَ

این تمرین تن صدای شما را به خوبی تقویت می کند، حجم ریه را بیشتر می کند و همچنین به شما کمک می کند که کلمات را بهتر و کامل تر ادا کنید و بر اثر مرور زمان لحن مناسب کلام خود را پیدا کنید.

تمرین فن بیان 5: تمرین بلند خوانی

در این تمرین شما باید بلند بلند کتاب یا هر متن دیگری را بخوانید. نکته مهم و تأثیر گذار در این تمرین رعین لحن مناسب هر جمله می باشد. دقت داشته باشید سرعت ادای کلمات در این تمرین باید رعایت شود و هر بخش را با سرعت مناسبی بخوانید و به پایان برسانید.

طبیعی است منظور ما از بلند خوانی فریاد زدن و فشار آوردن به حنجره نمی باشد، طوری بخوانید که گویی برای جمعی در حال سخنرانی کردن می باشید.



باصدای بلند مطالعه

کنید و لحن جملات

را نیز درست ادا کنید

این کار فن بیان

شما را تقویت می کند

تمرین فن بیان 6: تمرین تند گویی

این تمرین به شدت می تواند روی هوش کلامی و فن بیان شما تأثیر مستقیم بگذارد. برای انجام این تمرین نیاز نیست جای خاصی باشد، در هر مکانی که حضور دارید شروع کنید به انتخاب یکی از اشیای اطرافتان و بدون اینکه فکر کنید 3 دقیقه در مورد آن صحبت کنید. صحبت شما باید بدون مکث و در تند ترین حالت ممکن باشد.

نکته مهم این است که در این تمرین اصلاً با معنی بودن جملات اهمیتی ندارد و چیزی که حائز اهمیت است تند تند صحبت کردن شما بدون وقفه پیرامون آن چیز است. اگر در ابتدا حرفی به یادتان نیامد به ذهن خود فشار بیاورید تا جمله را بر سر زبان شما بیاورد. بدون شک انجام مستمر این تمرین فن بیان بهتری را برای شما به همراه خواهد آورد.

تمرین فن بیان 7: تمرین ربط دادن کلمات بی ربط

در این تمرین شما 3 کلمه بی ربط را انتخاب می کنید مانند: دمپایی، آسمان، قرمه سبزی و کار شما این است که در مورد این کلمات صحبت کنید و آن ها را به شکلی خلاقانه به هم وصل کنید و بین آنها ارتباط برقرار کنید. هر چه قدر این کار را بهتر انجام دهید خروجی این تمرین که همان تقویت فن شما می باشد بیشتر برای شما ملموس خواهد بود. شما می توانید این تمرین را به شکل یک بازی هم با اطرافیان انجام دهید و به علت مفرح بودن آن لحظات خوشی را با عزیزانتان بگذرانید.



اگر بتوانید بین کلمات

بی ربط به خوبی ارتباط

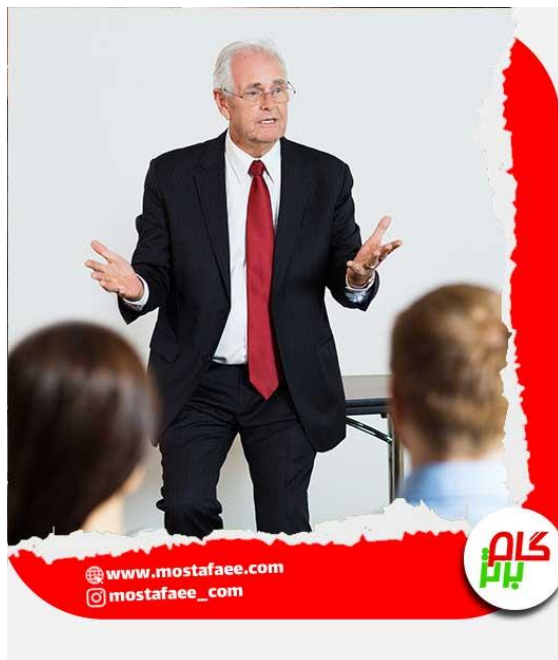
برقرار کنید شما دارای

فن بیان خوبی می باشید

○○○

تمرین فن بیان 8: تمرین تغییر لحن

شما در این تمرین باید یک جمله را انتخاب کنید و آن را با لحن های مختلف بخوانید. مثلا جمله من هوای بارانی را دوست دارم را به صورت خبری، پرسشی، تعجبی، شگفت زده گی و... بخوانید. اگر این تمرین را به خوبی انجام دهید و بتوانید لحن کلام خود را تقویت کنید به شدت می توانید در تاثیر گذاری روی دیگران و قانع کردن آنها موفق باشید.



برای تقویت فن بیان

یک جمله را با لحن های

مختلف بخوانید

مثلا: پرسشی

خبری، تعجبی و...

○○○

فن بیان کودکان

آموزش فن بیان به کودکان کاری است که نیاز به حوصله فراوان دارد. کودکان دوست دارند همه چیز را با بازی آموزش ببینند و به همین علت است که اگر تصمیم بگیرید مطالب مربوط به فن بیان را با روش‌های مخصوص بزرگسالان به کودکان آموزش دهید، بدون شک موفق نخواهید شد و او را از این موضوع دلزده خواهید کرد. بهتر است برای انجام این کار افرادی را انتخاب کنید که در این حوزه تخصص دارند و می‌توانند این کار را به خوبی انجام دهد. زیرا فن بیان کودکان دارای تکنیک‌های ویژه‌ای است و باید از جهات مختلف مورد بررسی قرار بگیرد.

فن بیان در کودکان دارای حوزه‌های اصلی می‌باشد که زیربنای داشتن یک فن بیان قوی برای کودک به شمار می‌روند. مانند زبان بدن، توانایی جمله‌سازی، دایره واژگان و...

بنابراین نیاز است که در هر یک از این حوزه‌ها به طور جداگانه تمرکز شود و تمام مسائل مربوط به حوزه به کودک آموزش داده شود. می‌توانید برای آموزش این مطالب از کتاب‌ها و بازی‌هایی که در این زمینه برای کودکان طراحی شده‌اند و در نظر گرفته شده است استفاده کنید. بدون شک بسیار موثر خواهد بود و می‌تواند تا حد قابل توجهی مهارت کودک شما را بالا ببرد. به همین جهت ما هم مقاله‌ای با موضوع فن بیان کودکان به طور جداگانه برای شما نوشته ایم که خواندن آن را هم به شدت به شما توصیه می‌کنم. چرا که همان طور که گفتیم برای تقویت فن بیان کودکان باید به خوبی آموزش دید



xxx

وقتی در کودکی روی فن بیان

فرزندانتان کار می‌کنید

از بسیاری مشکلات

احتمالی در بزرگسالی آن‌ها

جلوگیری خواهید کرد

ooo

www.mostafae.com

mostafae_com

گام
پیش

کلاس فن بیان غیر حضوری

یکی دیگر از راه‌های فوق العاده خوبی که برای تقویت فن بیان معمولاً پیشنهاد می‌شود، شرکت در کلاس‌های مرتبط با فن بیان است. اگر در این کلاس‌ها به صورت حضوری شرکت کنید که چه بهتر!

اما اگر وقت یا حوصله این کلاس ها را ندارید، پیشنهادی که برایتان دارم این است که در کلاس های غیرحضوری شرکت کنید. در این کلاس ها علاوه بر این که مطالب فوق العاده درجه یکی یاد می گیرید، تمرین های عملی نیز به شما داده می شود که با انجام دادن آن ها، شک نکنید بهترین اتفاقات برایتان رقم خواهد خورد.

موسسه گام برتر سال هاست به صورت تخصصی روی موضوع فن بیان در حال فعالیت است و شما می توانید انواع کلاس های این حوزه را از این موسسه درخواست کنید. برای این کار با شماره تماس 02156692113 تماس حاصل نمایید و یا در شبکه های اجتماعی به شماره 09038942379 پیام دهید تا کارشناسان ما در اسرع وقت با شما تماس حاصل نمایند.

امیدوارم با رعایت این نکات، بتوانید فن بیان خوب و درجه یکی برای خودتان بسازید و بهترین اتفاقات را برای خودتان رقم بزنید...



نویسنده: مجتبی مصطفایی مدیر و مؤسس مجموعه گام برتر مربی رشد فردی و مهارت های موفقیت