

Read
comics

พลอยหูฟังชู ลั่นใจ มุ่งมั่น

Teen
series

เทคนิคการพูดสุนทรีย์!
ความมั่นใจมาเพิ่ม ก้าวที่away
“รีบคุยหลุดเมื่อเข้มเวกติ”
โดยบ่างมีเดีย



เบื้องหลัง

จาก

Dale Carnegie Training

สถาบันอบรม

การพูด演นาฏ

เอ็มระดับโลก

หนังสือเรียนแรกที่ เจาะสิ่งที่ควรรู้ และสร้างความกล้าและดองดักให้โผลเด่นกว่าใคร
เมื่ออยู่ต่อหน้าคนมากมาย ในกิจกรรมใดก็เสียงที่ มนุษย์ถือเวกติเข้ม



ปัญหาที่

1

แนะนำตัวเองได้น่าเบื่อมาก
ทำไงดี





วัน
เปิด
ภาค
เรียน



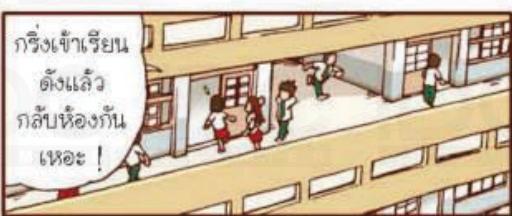
เยาวชน
ไม่สบายน
เหรอ

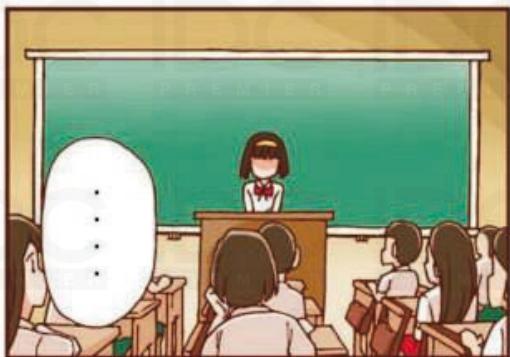


เปล่า... ฉันแค่เกลียด
วันเปิดเรียนนี่ เดียว
อาจารย์ต้องให้พากเรา
แนะนำตัวว่าไม่มีล่ะ

ก็ใช่ ฉันก็ไม่ชอบ
แนะนำตัว ไม่รู้จะนุ่ด
อะไรดีทุกครั้งเลย











การแนะนำตัวของເອກຳຄີຍົກສຸດ

ຈາກນີ້ເຮືອງທີ່ຕັ້ງຮຽນຮັບຮັດກັບສຳພັນໃຫຍ່ ເວັບເວັບໄວ້ເລີ່ມເປັນຄົນທີ່ຈີບປະເຕິນແນະນຳຕົວເລື້ອຕົ້ນທີ່ສຸດ ເຮືອງຈາກການກັບກຸມາຍ ຈາກນັ້ນກົດອັກຫຼືອຕັ້ງໂລງ ບອກການລົດເຮັດວຽກສຳເນົາ ແຕ່ຕົດທີ່ວ່າເຂົ້າມູນເຮົ່ວແລະຫຼຸດນ້ອຍເກີນໄປ ດັ່ງນີ້ພີ່ຈະໃຫ້ຄວາມສົນໃຈເຂົ້າໄຟໄໝທ່ານ໌ ເຮົກໄດ້ຮັບເລີ່ມຕົກລັບເສີຍແລ້ວ

ໆນະເລີຍວ້ານີ້ແມ່ຍີ້ກໍລັບຜົນຍອຍນ້ຳທ່ວຍຖຸງ ເຮືອງຈາກຈຶ່ງຫວະທີ່ທຸກຄົນດັ່ງນີ້ເພື່ອຕື່ອງດູຄວາມສົນໃຈ ຈາກນັ້ນກົດນັ້ນເກີນຕົວຕັ້ງເປັນຄົງເປັນແຄວ ກຳນົດທຸກຄົນຮູ້ສຶກສຸກ ອຍາກຈະພິ່ງກັນຕ່ອ ແຕ່ປັບປຸງຫາດີອ ເຊັ່ນວ່າໄໝຢູ່ ພຸດມາກເກີນໄປ

ໃນບຽນຕາກ້ອນມີຄ ດັນທີ່ມີປົບປຸງຫາມາກທີ່ສຸດຕົວ ເຍວັນນີ້ ນາກນົມເຕັມຫຼືອງເຮົດຄາເຫັນວັງໄດ້ຢືນໄໝໃຫ້ລະກີ ຍ່ອມສ້າງຄວາມນໍາສົນໃຈຈະໄວ້ໄຟໄໝໄວ້

ເຮືອແນະນຳຕົວເລັກກັນອຍ່າງໄຮ ດັລ້າຍກັບກາຣແນະນຳຕົວຂອງໂຄຣມາກທີ່ສຸດ ເຮົາມາດູກັນດີ
ກວ່າວ່າ ສາມຕົວລະດົບໃນເຮືອນັ້ນເຂົມປົງກາຣແນະນຳຕົວຕຽບທີ່ແກ້ກັນບ້າງ

ເລື່ອວິທີ - ຕາມຫນນເປົ້າຖານໄຟມີຈຸດເຄີຍ

ເບຍຈິນ - ເລີຍເບາໄປໄຟມີເນື້ອຫາອະໄຮ ພຸດກີ່ເໜີມອິນໄຟໄດ້ພຸດ

ເວຍຕີ - ຮ້າເຮີງສຸດຖາ ແຕ່ຈັບປະເຕີນໄຟໄດ້ ກລາຍເປັນລຶ່ມຂ້ອສໍາຄັລູໄປຮ່ວ້ນ

ເຫັນໄດ້ວ່າຈະເກີນຫຼືອາຄົກໄຟໄດ້ທັງນັ້ນ ຄ້າວັນເຮົາຈະແນະນຳຕົວກັນອຍ່າງໄຮສຶກຈະໂຄດເຄີຍ
ອຍ່າງພອດຕີ ກິນນະ





ทำไมต้องแบนบัตร

การแบนบัตรเป็นสิ่งที่เราต้องเจอมีเมื่อเราก้าวเข้าสู่สังคมดิจิทัลใหม่ สังคมในเมือง ยิ่ง การสัมภាយณ์หรือสอบถามปากเปล่ายิ่งสำคัญ หากแนะนำตัวเองให้ถูก ไม่เพียงจะทำให้ฝ่ายตรงข้ามรู้จักเรือเท่านั้น แต่ยังสร้างความประทับใจให้ได้ สร้างความรู้สึกที่ดีขึ้นมาได้ เปอร์เซ็นต์ที่จะประสบความสำเร็จก็จะยิ่งมาก

จากการสำรวจพบว่าปัจจัยที่สร้างความรู้สึกดีๆ เมื่อแรกพบหน้าหลังคุณ แล้วมีดังนี้



ว่าง่ายๆ คือ ในความประทับใจนั้น สิ่งที่เห็นด้วยตา ได้ยินด้วยหูนั้นสร้างความประทับใจให้ในสือส่วนก็มากสุด จะนั่น 바로จะแนะนำตัวอย่างไร บุคลากร ทำอะไรได้ ก็งมอดก้มมวลส่วนและเขียนอยู่กับเบอร์จะดึงความสนใจของผู้ฟังได้แค่ไหน ทำให้เขาสนใจในตัวเช่นกัยในเวลา 7 วันก็ แล้วเราจะยินดีสละเวลาต่อจากนั้นเพื่อฟังเรื่องราวของ “เธอ”

จะแนะนำตัวเองให้ดูอ่อนประทับใจนั้น ก่อนอื่นต้องถูกร่วมมือเวลาแค่ไหน บางครั้งเธออาจมีโอกาสสองหรือสามนาทีสำหรับแนะนำตัว แต่บางครั้งเธออาจมีแค่ไม่กี่วินาทีที่จะทำให้ฝ่ายตรงข้ามประทับใจเธอ

ถ้าอย่างนั้นจะทำอย่างไรให้ประทับใจคือสิ่งที่สุด ข้อเจนที่สุด ทำให้คนประทับใจมากที่สุดในเวลาที่น้อยที่สุดได้ ? เธออาจลองใช้เทคนิคลีเบบต่อไปนี้ดูก็ได้นะ



ส์เก็ตบิคแบบบำเตัวเองให้เพอร์เฟกต์

1

ร่างในสิ่งที่จะพูดถึงตัวเองความยาวสามนาที

จริงๆ การแน่นำตัวเองก็คือการนำเสนอตัวเองนั่นแหลก เราสามารถเอาตัวเองเป็นหัวข้อ แล้วพรีเซนต์สั้นๆ สักสองหรือสามนาทีได้

หากพูดนั้นสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ส่วนดังนี้

1. คำนำ
2. เนื้อเรื่อง
3. สรุป

อาลัง แล้วโครงสร้างนี้จะใช้กับการแนะนำตัวได้ยังไงกันล่ะ ? เราลองเอาเวลี่เป็น

ตัวอย่างคูก้าแล้วกัน

สามสิบวิช

คำนำ

เปิดตัวด้วยชื่อและนามสกุล หากดีเด่น
ในเรื่องตัวเอง ถึงความสนใจคนพึงตั้งแต่
แรกเริ่ม

ตี๊จ๊จิรังษ์ ก้าวเดินไปทุกคน~

สวัสดิ์ครับ ฉันเห็นเรียล ใจที่เปลี่ยน
ว่าเก่งสุดๆ ลิขิตร่วมกันแล้ว ใจรัก!
งาน! แม้ฉันบอกว่าบันตั้งแต่วันกี
แรกที่ฉันเกิดก็ตระหนักได้ว่า ฉันหิ้ง
เก่งแข็งแกร่ง ไม่ใช่แค่เป็นลูกภาพตึก
หนักสามพันหกร้อยกรัมเท่านั้นนะ แต่
เดิมที่ห้องยังกักวานลดลงนิดเดียว ก็
โรงหมายบาล หั้งเท้าหั้งเกร็งไว้เหมือน!

หนึ่งนาทีครึ่ง

เนื้อหา

เล่าถึงสิ่งที่ตัวเองชอบและสนใจ
อย่างง่ายๆ หรือเล่าประสบการณ์พิเศษ
เล่าสิ่งที่อยากจะให้คนอื่นเข้าใจเกี่ยวกับ
ตัวเอง

อาจจะยกขึ้นมา 3 หัวข้อที่สำคัญสุด
หรือพิเศษสุด หรือนำเสนอเจ้าตัว เวลา
พูดคุยไปรายละเอียดใน 3 หัวข้อนี้ก็

ความสนใจฉันกว้างมาก แต่ที่
ชอบที่สุดและเรียกว่าถูกสุดคือ วัยน้ำ
ร้องเพลง กับเล่าเรื่องตเลา

สามสิบวิช

สรุป

บอกว่าตัวเองหวังจะได้อะไรจากสถานที่หรือสถานการณ์นั้นๆ ลองบรรยายสิ่งที่อยากรู้จากกลุ่มคนตรงนั้น หรือสิ่งที่ต้องการในระยะยาว

ตีใจมากที่เหตุนี้ได้อยู่ห้องเดียว กับทุกคนนะ หวังว่าต่อไปจะนำเสียงหัวเราะมาสู่คนในห้องได้ เสียงหัวเราะเพื่อนดีอเป็นหมายของฉัน !

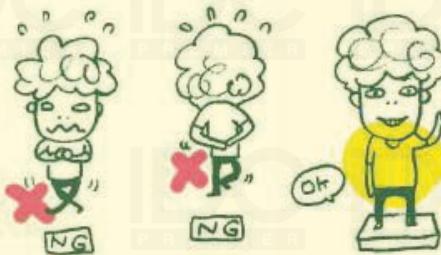
อาจจะใส่เนื้อหาของเรื่องเข้าไปในโครงสร้างนี้ ทำให้เกิดคลายเป็นร่างการแบบป้าตัวก็ไม่เลวแล้ว การแบบป้าตัวก็ต้องการการเตรียมตัวและฝึกฝน ถ้าฝึกไปตามนี้ เออเองก็จะคุ้มๆ มีความบุ่บจิตแบบเหมือนกัน !





ก้ายืนและอึนๆ ที่ไม่ผ่าน

1



สองขาขับหยัดมั่น ส่องมือกิ้งลงข้างตัว ไม่ทุบไว้กีหัวอกและไม่ไข่กลับ
เมื่ระเบ้นจะทำให้คบเข้ารู้ว่าเธอตื้นเต้น

2



เวลาบูดไม่ต้องแยกกางแขนกางขา ดึงผม หรือบิดเสื้อ หากต้องก่ออะไร^{ไว้ใจริงๆ} วางเตรียมการด้วย 3X5 บันทึกไว้ได้

3

อย่าปะลอยให้แบบขาเคลื่อนไหวแข็งๆ
ก่อนขึ้นเวทีโดยเด็ดเส้นยืดสายเสียหน่อย
จะช่วยให้ผ่อนคลายได้



4

อาจใช้กำมือประกอบจังหวะและน้ำเสียง
เวลาบูด เมื่อจะเน้นย้ำหรือสร้างความ
รื่นรา ทำมือจะเคลื่อนไหวมากและเยอะ
แต่หากบูดด้วยน้ำเสียงอ่อนโนยหรือบูด
เรื่องชาบซึ้ง ต้องเก็บมือไว้ อย่าทำ
เยอะ จะได้เป็นผู้ปราศจาก



5

หากนับว่าขึ้นเวทีแล้วขาจะสั่น หรือ
ก้มตัวสั่นโดยอัตโนมัติแล้วจะ ก้าว
เคลื่อนไหวประกอบการบูดจะช่วยได้

