

سخنرانی جذاب و طنز در بیان

۷۰ راهکار عملی

برای خنداندن و مجذوب ساختن مخاطب

تألیف: جمال قمری



انتشارات لیوسا

سرشتاسنامه	قمری، جمال
عنوان و نام پدیدآور	سخنرانی جذاب و طنز در بیان. جمال قمری
مشخصات ظاهری	۱۰۴ ص.
عنوان اصلی	سخنرانی
موضوع	Lectures and lecturing
رده‌بندی کنگره	۳س۸ق/۱۲۱/۴PN
رده‌بندی دیویی	۱۳۹۶
شماره کتابشناسی ملی	۸۰۸/۵
	۴۶۴۰۶۵۵



انتشارات لیوسا

- نام کتاب: سخنرانی جذاب و طنز در بیان
- نویسنده: جمال قمری
- ویراستار: گیتی صفرزاده
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۰-۰۶۵-۸
- نوبت چاپ: پنجم
- سال چاپ: ۱۴۰۱
- تیراژ: ۳۰۰ نسخه
- چاپ: فراچاپ
- جلد جافی: فراچاپ
- قیمت: ۴۴۰۰۰ تومان



۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵



۳۰۰۰۲۴۰۰۴۲



www.nashreliusa.com



[instagram.com/dorsaliusa](https://www.instagram.com/dorsaliusa)

۶۶۴۶۴۵۷۷



www.dorsabook.ir



liusa@nashreliusa.com



[telegram.me/dorsaliusa](https://t.me/dorsaliusa)



خیابان انقلاب، بین خیابان وصال و قدس (جنب سینما سپیده)، کوچه اسکو،
پلاک ۱۲، طبقه همکف.
(کدپستی: ۱۳۸۷۳-۱۴۱۷۸)

فهرست مطالب

۶	سخنی کوتاه با خواننده
۷	معرفی نویسنده
۸	مقدمه مؤلف
۱۱	راهکار ۱: تبدیل به یک سخنران شوید!
۱۳	راهکار ۲: مخاطب را بشناسید!
۱۶	راهکار ۳: با برگزارکننده هماهنگ شوید!
۱۸	راهکار ۴: موضوع مهم نیست!
۲۰	راهکار ۵: اهداف سخنرانی را مکتوب کنید!
۲۲	راهکار ۶: پیام‌های اصلی سخنرانی را شفاف کنید!
۲۴	راهکار ۷: ساختار سخنرانی را بر اساس پیام‌ها طراحی کنید!
۲۶	راهکار ۸: روش‌های انتقال پیام را طراحی کنید!
۲۸	راهکار ۹: افسار زمان را در دست داشته باشید!
۲۹	راهکار ۱۰: رسانه‌های مختلف را ترکیب کنید!
۳۱	راهکار ۱۱: استرس را مدیریت کنید!
۳۴	راهکار ۱۲: سعی نکنید همه را راضی کنید!
۳۶	راهکار ۱۳: برای شروع و پایان سخنرانی، برنامه تعریف‌شده داشته باشید!
۳۸	راهکار ۱۴: از تجربیات واقعی خود استفاده کنید!
۳۹	راهکار ۱۵: در مورد چیزی که دوست دارید حرف بزنید!
۴۱	راهکار ۱۶: نکات کلیدی هر داستان را پیدا کنید!
۴۲	راهکار ۱۷: سریعاً به سراغ بخش با مزه بروید!
۴۳	راهکار ۱۸: به اولین‌ها و خرابکاری‌های خود فکر کنید!
۴۵	راهکار ۱۹: رنج‌های خود را به بازی بگیرید!
۴۶	راهکار ۲۰: از اهرم‌ها استفاده کنید!
۴۷	راهکار ۲۱: از قانون «۳» استفاده کنید!
۴۸	راهکار ۲۲: داستان‌های خود را در ساختار لطیفه قرار دهید!
۵۰	راهکار ۲۳: قطار را از خط خارج کنید!
۵۲	راهکار ۲۴: درک و غافلگیری را ترکیب کنید!
۵۳	راهکار ۲۵: مخاطب را لحظه‌ای بخندانید!
۵۴	راهکار ۲۶: سی ثانیه طلایی را در ذهن پیورانید!
۵۵	راهکار ۲۷: به بدیهیات اعتراف کنید!
۵۶	راهکار ۲۸: همیشه نیاز نیست مضحک باشید!
۵۷	راهکار ۲۹: مظلومین همیشگی را به خاطر داشته باشید!
۵۹	راهکار ۳۰: از تنش استفاده کنید!
۶۰	راهکار ۳۱: از طنز غیرقابل انتظار استفاده کنید!
۶۱	راهکار ۳۲: کلمه‌ای را که لطیفه متکی به آن است، در انتهای جمله قرار دهید!
۶۲	راهکار ۳۳: ترکیبی از استعاره و اغراق را به کار ببرید!

- راهکار ۳۴: تصویری را برای مخاطب خلق کنید! ۶۳
- راهکار ۳۵: لطیفه تعریف کنید! ۶۴
- راهکار ۳۶: سخنرانی‌تان را با دور تند تمرین کنید! ۶۵
- راهکار ۳۷: مبدا روی صحنه چیزی از یادتان برود! ۶۶
- راهکار ۳۸: ترجیحاً لباس‌های تیره بپوشید! ۶۷
- راهکار ۳۹: بی‌درنگ با حضار ارتباط برقرار کنید! ۶۹
- راهکار ۴۰: اجرای سخنرانان پیش از خود را تماشا کنید! ۷۰
- راهکار ۴۱: ابتدا حرکات کششی انجام دهید! ۷۱
- راهکار ۴۲: معرفی را به لحظه‌ی پس از مقدمه موکول کنید! ۷۲
- راهکار ۴۳: اجازه دهید مجری شما را به مخاطب بشناساند! ۷۳
- راهکار ۴۴: به سرعت روی صحنه بروید، اما به سرعت شروع نکنید! ۷۴
- راهکار ۴۵: اگر انرژی حضار پایین است، آن را بالا ببرید! ۷۵
- راهکار ۴۶: مزخرف نگویند! ۷۶
- راهکار ۴۷: ارتباط چشمی برقرار کنید! ۷۷
- راهکار ۴۸: به مخاطبان آشنا نگاه کنید! ۷۸
- راهکار ۴۹: بلند حرف بزنید و از اصوات پرکننده بپرهیزید! ۷۹
- راهکار ۵۰: میکروفن را در فاصله‌ای معقول از دهانتان بگیرید! ۸۰
- راهکار ۵۱: به خود و اطالتان اطمینان داشته باشید! ۸۱
- راهکار ۵۲: به جای موعظه، صحبت کنید! ۸۲
- راهکار ۵۳: با اشتیاق سخنرانی کنید! ۸۳
- راهکار ۵۴: در بیان داستان‌ها از زمان حال استفاده کنید! ۸۵
- راهکار ۵۵: در صورت امکان، اشاراتی به شهر محل سخنرانی داشته باشید! ۸۶
- راهکار ۵۶: از تصاویر و ویدئوهای بامزه استفاده کنید! ۸۷
- راهکار ۵۷: سخنرانی‌تان را بیش از حد طول ندهید! ۸۸
- راهکار ۵۸: هیچ‌گاه سخنرانی را با پرسش و پاسخ تمام نکنید! ۸۹
- راهکار ۵۹: از دستانتان استفاده کنید! ۹۰
- راهکار ۶۰: حتماً باید به‌طور کامل دیده شوید! ۹۱
- راهکار ۶۱: روی صحنه بازی کنید! ۹۲
- راهکار ۶۲: کاری به یادماندنی انجام دهید! ۹۳
- راهکار ۶۳: موارد قبلی را یادآوری کنید! ۹۵
- راهکار ۶۴: پداهه‌گویی کنید! ۹۶
- راهکار ۶۵: از صحنه استفاده کنید! ۹۸
- راهکار ۶۶: از به روی صحنه آوردن یادداشت‌های قابل ۹۹
- راهکار ۶۷: مکث کردن را فراموش نکنید! ۱۰۰
- راهکار ۶۸: دیوار چهارم را بشکنید! ۱۰۱
- راهکار ۶۹: بگذارید بخندند! ۱۰۲
- راهکار ۷۰: مخاطب را وادار به توجه کنید! ۱۰۳

سخنی کوتاه با خواننده

بعضی از ما باید راه کوتاه‌تری را طی کنیم و بعضی دیگر مسیر درازتری در پیش داریم. خبر خوب این است که سخنرانی نوعی مهارت است، یعنی می‌توان آن را فراگرفت. سخنرانان و مجریان و کم‌دین‌هایی که امروز بر صحنه‌ها می‌درخشند، این‌گونه زاده نشده‌اند و طی سال‌ها تمرین به تدریج بر مهارت و تسلط خود در تولید و ارائه‌ی محتوا و اجرا در حضور دیگران افزوده‌اند. حتی اگر مهارت کنونی شما بسیار اندک است، گفته‌ی استیو مارتین را به‌خاطر داشته باشید که:

بهشتکار جایگزینی فوق‌العاده برای مهارت است.

اکثر کتاب‌های سخنرانی، به آموزش نکاتی در خصوص یک سخنرانی استاندارد و قابل قبول می‌پردازند و در بعضی از آنها حتی درس‌هایی پیرامون حرفه‌ای‌تر ساختن یک سخنرانی نیز وجود دارد؛ اما کمتر به موضوع طنز در سخنرانی و راهکارهای عملی استفاده از آن هنگام اجرا و ارائه پرداخته می‌شود و به‌ندرت روش‌های جذاب‌سازی یک سخنرانی به‌صورت کاربردی آموزش داده می‌شود.

رسالت کتابی که در دست دارید، پر کردن این خلأ است.

در بخش‌های اولیه‌ی کتاب، اصول اساسی یک سخنرانی حرفه‌ای مطرح شده و سپس، راهکارهای متعددی برای بهره‌بردن از طنز در سخنرانی و جذاب‌سازی سخنرانی ارائه شده است.