

## วิชาหลักการและศิลปะการพูดในที่ชุมชน

การพูด เป็นกระบวนการสื่อสารความคิดจากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง หรือกลุ่มหนึ่งโดย

- ภาษา
- น้ำเสียง

### มาตยาทในการพูด

๑. รู้กาลเทศะ
๒. อ่อนน้อมถ่อมตน
๓. ไม่สอดแทรก
๔. เรื่องน่าสนใจทั้งสองฝ่าย
๕. ตรงประเด็น
๖. เคารพสิทธิผู้อื่น ไม่ผูกขาดการพูดคนเดียว
๗. ต้องไม่กล่าวร้าย
๘. ต้องรู้จักควบคุมอารมณ์
๙. ยิ้มแย้มแจ่มใส
๑๐. ภาษาสุภาพ หลีกเลียงภาษาต่างประเทศ
๑๑. เสียงดังสุภาพ
๑๒. ตาสบตา

### คุณสมบัตินักพูดที่ดี

๑. มีบุคลิกน่าเชื่อถือ แต่งกายเหมาะสม
๒. มีความรู้เรื่องที่จะพูดเป็นอย่างดี พูดหนักแน่น
๓. มีวัตถุประสงค์ชัดเจนแนชัด
  - เพื่อสนทนาปกติ
  - เพื่อสังสรรค์
  - เพื่อบันเทิง
  - แลกเปลี่ยนความรู้
  - เพื่อปรึกษาหารือ
  - เพื่อแก้ปัญหา

### บันได ๑๓ ขั้น ของการพูดต่อหน้าชุมชน

๑. เตรียมให้พร้อม เตรียมจิตใจ เตรียมความคิด เตรียมร่างกาย เตรียมเรื่องพูด
๒. ชักข้อมให้ดี
๓. ท่าทีให้สง่า
๔. ท่วงท่าให้สุขุม
๕. ทักที่ประชุมไม่วกวน
๖. เริ่มต้นให้โน้มน้าว
๗. เรื่องราวให้กระชับ
๘. ตาจับที่ผู้ฟัง

๙. เสียงดังแต่พอดี
๑๐. อย่าให้มีเอ้ออ้า
๑๑. ดูเวลาให้พอครบ
๑๒. สรุปลงให้จับใจ
๑๓. ยิ้มแย้มแจ่มใสตลอดการพูด

#### การปฏิบัติตนขณะพูด

- ยึดตัวพองาม
- สร้างความเป็นตัวเอง
- ครั้นเครงภาษากาย
- ทำท่ายสบตา

#### บัญญัติสิบประการ

๑. อย่าทำตัวเป็นนางบังเงา ไม่กล้าปรากฏตัวในชุมชนในที่ที่เขามองเห็นได้
๒. เส้าโทรเลข ยืนพูดตรงกลางแจ้งไม่ยอมเคลื่อนที่
๓. เสกคาถา สวมไม้ค้ำตลอดเวลา
๔. สายตาห่างเหิน ไม่สบตาผู้ฟัง
๕. เดินสับสน ประหมาเดินไปเดินมา
๖. สารวนหมกมุ่น พูดแล้วมือล้วงกระเป๋า
๗. วุ่นวายไม่รู้จบ อาการคัน

#### วิธีแก้ความประหมา

๑. หายใจเข้าลึก ๆ หายใจออกยาว ๆ
๒. ทักที่ประชุม
๓. เห็นคนที่ฟังเป็นสิ่งไม่มีชีวิต