

# خودآموز سخنرانی

نویسندگان:

آماندا ویکرز

و

استیو باویستر

مترجم: ابوذر کرمی



لنترن میما لور

تهران ۱۳۹۰

فهرست نویسی پیش از انتشار

---

سرشناسه: ویکرز، آماندا

Vickers, Amanda

عنوان و نام پدیدآور: خودآموز سخنرانی / نویسندگان آماندا ویکرز، استیو باویستر؛

مترجم: ابوذکر کرمی

مشخصات نشر: تهران: نشر مینا نور، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری: ۲۸۵ ص.، مصور، جدول.

شابک: 978-600-9115-64-8

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Presenting, 2007

موضوع: سخنرانی

موضوع: سخنرانی - دستنامه‌ها

شناسه افزوده: باویستر، استیو، ۱۹۵۴ - م.

شناسه افزوده: Bavister, Steve

شناسه افزوده: کرمی، ابوذکر، ۱۳۵۷ -، مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۸۹ و ۸۶ و ۳ / PN ۴۱۹۳

رده‌بندی دیویی: ۸۰۸/۵

شماره کتابشناسی ملی: ۲۱۴۹۴۲۹

---



لتنبر صوفيا تور

خیابان دکتر فاطمی، خیابان شهید علیرضا دائمی - خیابان شقایق - پلاک ۵ - واحد ۴ شرقی  
تلفن: ۸۸۹۵۰۵۴۶ - ۰۹۱۲۱۸۷۴۲۹۰

---

خودآموز سخنرانی

نویسندگان: آماندا ویکرز و استیو باوینستر

مترجم: ابوذر کرمی

ویراستار: الناز آبشلو

ناظر چاپ: سیاوش موسایی

تیراژ: ۱۵۰۰ نسخه

چاپ اول: ۱۳۹۰

حق چاپ محفوظ است.

## فهرست مطالب

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| فصل ۱. سخنرانی، همه چیز است .....                   | ۱   |
| فصل ۲. چطور یک سخنران توانمند شویم .....            | ۹   |
| فصل ۳. اهمیت آماده شدن برای سخنرانی .....           | ۲۰  |
| فصل ۴. نتیجه‌ی حاصله .....                          | ۲۸  |
| فصل ۵. درک کردن حضار .....                          | ۳۳  |
| فصل ۶. شکل دادن به سخنرانی .....                    | ۵۱  |
| فصل ۷. شروع انفجاری و پایان انفجاری .....           | ۷۲  |
| فصل ۸. اضافه کردن چاشنی برای ایجاد علاقه .....      | ۸۱  |
| فصل ۹. استفاده از متن و یادداشت .....               | ۱۰۲ |
| فصل ۱۰. استفاده‌ی اثربخش از وسایل کمکی دیداری ..... | ۱۱۱ |
| فصل ۱۱. تمرین و زمان‌بندی .....                     | ۱۲۶ |
| فصل ۱۲. مواجهه با ترس و اضطراب .....                | ۱۳۳ |
| فصل ۱۳. آمادگی نهایی .....                          | ۱۵۴ |
| فصل ۱۴. جذب حضار .....                              | ۱۷۱ |
| فصل ۱۵. وضعیت بدن، زبان بدن و حرکت بدن .....        | ۱۹۰ |
| فصل ۱۶. به حداکثر رساندن میزان صدا .....            | ۲۱۶ |
| فصل ۱۷. زبان، مهم است .....                         | ۲۳۵ |
| فصل ۱۸. مواجهه‌ی موفقیت‌آمیز با سؤالات .....        | ۲۴۸ |
| فصل ۱۹. مواجهه با مشکلات .....                      | ۲۶۰ |
| فصل ۲۰. سخنرانی در موقعیت‌های متفاوت .....          | ۲۷۶ |
| منابع بیشتر .....                                   | ۲۸۹ |