




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

**مهارت سخنوری نشانه قدرت شماست!**



---

---

---

---

---

---

---

**تمرکز و اشتیاق**



---

---

---

---

---

---

---

**شکر گزاری**

۵ مورد که برای آن شکرگزار هستید...

---

---

---

---

---

---

---

### مطالب کلی این دوره

- ✓ نکات مهم و مدل های ذهنی اثرگذار
- ✓ طراحی و اجرای یک سخنرانی ساختاریافته و اثربخش
- ✓ چرخه کامل سخنرانی
- ✓ زبان بدن و آداب معاشرت در سخنرانی
- ✓ کنترل، مدیریت و بکارگیری ترس
- ✓ مهارت های کلامی و سخنرانی بداهه
- ✓ صداسازی و افزایش قدرت صدا

---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---

### گام اول

هدف، رسالت، ...

بابت این اهداف، حاضرید چه بهایی بپردازید؟!

---

---

---

---

---

---

---

---

**آماده نشدن برای چیزی،  
آماده شدن برای شکست است!**

---

---

---

---

---

---

---

---

### گام دوم

شاد باشید ...

اثر هاله ای ...



---

---

---

---

---

---

---

---

به حالات کلی بدن توجه داشته باشید

✓خوش پوش

✓پرانرژی

✓خندان و با نشاط



---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

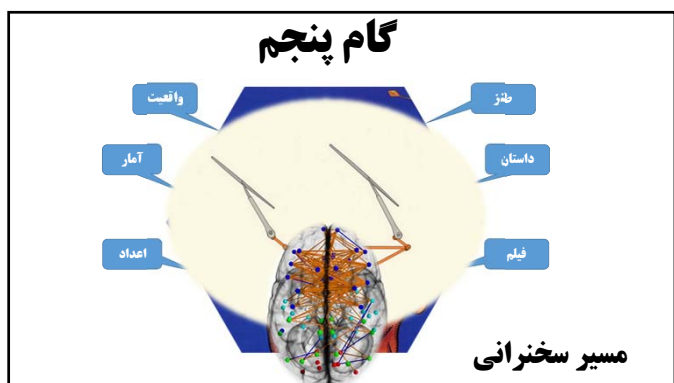
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

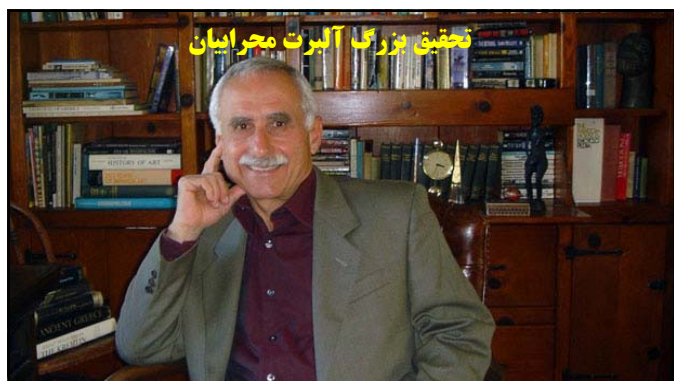
---

---

---

---

---




---

---

---

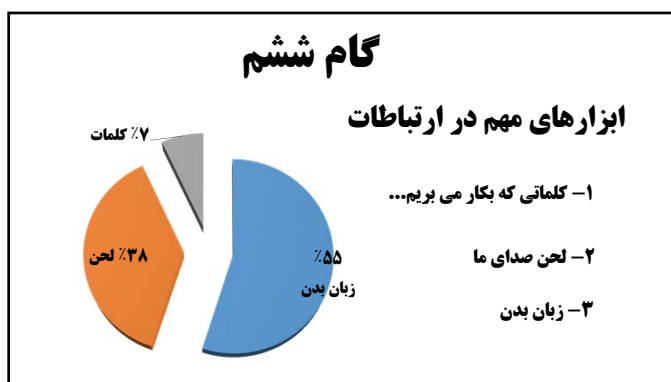
---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---




---

---

---

---

---

---

---

---



# لطف مکالمات درونی منفی خود را حذف کنید!

من نمی توانم  
نمی شود

---

---

---

---

---

---

---

---

**گام هفتم**

**تقویت اعتماد به نفس**

به موقع حاضر شدن در جلسه سخنرانی

صحبت با خود و تلقین های مثبت

تظاهر به ترسیدن

---

---

---

---

---

---

---

---

**تخسیر (تصویر سازی ذهنی)**

✓ چطور دوست دارید باشید!

✓ ترسیم موفقیت

---

---

---

---

---

---

---

---

**منشور سخنرانی در کلاس!**

**خود زنی ممنوع!**

صحبتی جذاب برای مخاطبان  
رعایت مطالبی که گفته می شوند  
اینجا هستیم که خراب کنیم!




---

---

---

---


---

---

---

---

اگر بخواهید منتظر بمانید تا ترس هایتان ناپدید شوند،  
تا بتوانید دست به کاری بزنید، شاید مجبور شوید تا پایان عمرتان صبر کنید!



پس اقدام کنید...

---

---

---

---

---

---

---

---



@AhmadFazeli\_com



@AhmadFazeli\_com  
Instagram

سایت آموزش تخصصی فن بیان و اعتماد به نفس:

[www.AhmadFazeli.com](http://www.AhmadFazeli.com)

---

---

---

---

---

---

---

---