

# 

آیا تا به حال برایتان پیش آمده است که یک نفر را در حال صحبت در تلویزیون یا روی یک صحنه بزرگ ببینید و با خودتان بگویید: «چقدر فن بیان خوبی دارد!»؟ یا شاید به صدای گرم یک نفر در رادیو گوش داده‌اید و پیش خودتان فکر کرده‌اید که او عجب سخنور ماهر است! بسیاری از ما در گفتگوهای روزمره، کلمات «فن بیان»، «سخنوری» و «گویندگی» را به جای یکدیگر استفاده می‌کنیم. ما فکر می‌کنیم هر کسی که صدای قشنگی دارد سخنور است، یا هر کسی که خوب حرف می‌زند حتماً گوینده خوبی هم می‌شود. اما آیا واقعاً این سه کلمه یک معنی دارند؟

واقعیت این است که این سه مهارت، با وجود اینکه همگی به نوعی با «حرف زدن و صدا» سروکار دارند، اما دنیاهای کاملاً متفاوتی هستند. هر کدام از این مهارت‌ها کاربرد خاص خودش را دارد، ابزارهای متفاوتی می‌طلبد و برای آدم‌های متفاوتی مناسب است. اگر شما ندانید که دقیقاً به کدام یک از این مهارت‌ها نیاز دارید، ممکن است ماه‌ها زمان و هزینه خود را صرف یادگیری کلاسی کنید که اصلاً به درد کار و زندگی شما نمی‌خورد!

فرض کنید شما یک فروشنده هستید که می‌خواهید مشتریان بیشتری جذب کنید؛ آیا باید به کلاس گویندگی بروید یا کلاس فن بیان؟ یا اگر رویای شما این است که برای هزار نفر صحبت کنید و به آن‌ها انگیزه بدهید، باید از کجا شروع کنید؟ در این مقاله جامع، می‌خواهیم به دور از هرگونه کلمه سخت و پیچیده، پرونده این سه مهارت را برای همیشه باز کنیم و به زبانی بسیار ساده و خودمانی بررسی کنیم که فرق فن بیان، سخنوری و گویندگی چیست. با خواندن این مطلب و استفاده از راهنمایی‌های طاهای بام‌شاد مدرس فن بیان، شما می‌توانید دقیقاً متوجه شوید که کدام مهارت کلید گمشده موفقیت شماست.

## 

بیاید با مهم‌ترین و پایه‌ای‌ترین مهارت شروع کنیم: «فن بیان». آیا فن بیان فقط برای آدم‌های معروف و مهم است؟ به هیچ وجه! فن بیان مهارتِ «درست، واضح و زیبا حرف زدن در زندگی روزمره» است.

شما از لحظه‌ای که از خواب بیدار می‌شوید و با همسرتان صحبت می‌کنید، تا زمانی که در نانوائی نان می‌خرید، با مدیرتان در شرکت جلسه می‌گذارید یا می‌خواهید یک لباس را از فروشنده تخفیف بگیرید، در حال استفاده از فن بیان خود هستید. فن بیان یعنی توانایی این که کلمات را در دهان خود نجوید، تیپ نزنید، منظور خود را به ساده‌ترین و بهترین شکل ممکن به طرف مقابل برسانید و با لحن صدایتان نشان دهید که انسان محترم و با اعتماد به نفسی هستید.

### 

- **در خانواده و دوستی:** برای اینکه بتوانید بدون دعوا و با مهربانی، خواسته‌ها و دلخوری‌هایتان را به شریک زندگی یا فرزندان بگویید.
- **در محل کار و مصاحبه‌ها:** برای اینکه مدیران توانمندی شما را ببینند و بتوانید از حق و حقوق خودتان با احترام دفاع کنید.
- **در خرید و فروش:** برای متقاعد کردن مشتریان و ایجاد حس اعتماد در آن‌ها، بدون اینکه نیاز به اصرار کردن داشته باشید.

در یک کلام، فن بیان مثل «سواد خواندن و نوشتن» است. همان‌طور که همه آدم‌ها باید سواد داشته باشند، همه آدم‌ها (از یک خانم خانه‌دار گرفته تا یک پزشک جراح) باید فن بیان داشته باشند تا در زندگی آسیب نبینند و حقشان ضایع نشود.

##

حالا فرض کنید شما فن بیان بسیار خوبی دارید و در جمع‌های دو سه نفره خیلی عالی و جذاب صحبت می‌کنید. آیا این یعنی شما می‌توانید فردا صبح روی یک صحنه بزرگ بروید و برای پانصد نفر سخنرانی کنید؟ خیر! اینجاست که مهارت «سخنوری» وارد میدان می‌شود.

سخنوری، سطح بسیار بالاتری از حرف زدن است. سخنور کسی است که می‌تواند یک جمعیت بزرگ را مدیریت کند، به آن‌ها انگیزه بدهد، آن‌ها را بخنداند، بگیراند یا آن‌ها را برای انجام یک کار بزرگ (مثل خرید یک محصول گران‌قیمت یا رای دادن در انتخابات) متقاعد کند. در سخنوری، شما فقط با یک نفر طرف نیستید؛ شما با ده‌ها یا صدها مغز و احساس مختلف روبرو هستید که باید همه آن‌ها را با خودتان همراه کنید.

یک سخنور به چه مهارت‌های اضافه‌تری نیاز دارد؟

- **مدیریت ترس از صحنه:** سخنور باید بلد باشد چطور لرزش دست و پای خود را در برابر نگاه صدها نفر کنترل کند.
  - **زبان بدن بزرگ و نمایشی:** وقتی روی یک صحنه بزرگ هستید، حرکت دست‌های شما و راه رفتنتان باید آنقدر محکم و هدفمند باشد که آخرین نفر در سالن هم قدرت شما را احساس کند.
  - **طراحی داستان و ساختار سخنرانی:** سخنور حرف‌هایش را در لحظه نمی‌سازد. او می‌داند که جلسه را دقیقاً با چه جمله‌ای شروع کند تا همه میخکوب شوند و با چه کلماتی تمام کند که همه برایش دست بزنند.
- پس اگر می‌خواهید مدیر یک شرکت بزرگ باشید، استاد دانشگاه شوید یا به عنوان یک مربی به مردم آموزش دهید، شما علاوه بر فن بیان، حتماً به مهارت شجاعانه «سخنوری» هم نیاز دارید.

## گویندگی چیست؟ (هنر بازی با صدا پشت درهای بسته)

بسیاری از مردم فکر می‌کنند داشتن یک صدای کلفت، بم یا به اصطلاح «صدای رادیویی» یعنی داشتن فن بیان قوی! اما این یک اشتباه بزرگ است. مهارت استفاده از صدا برای خواندن یک متن، «گویندگی» نام دارد.

گوینده کسی است که معمولاً در یک اتاق ساکت (استودیو) پشت یک میکروفون می‌نشیند و از روی یک کاغذ یا صفحه نمایش، متنی را می‌خواند. مخاطب هیچ‌وقت چهره، قد، لباس یا حرکت دست‌های گوینده را نمی‌بیند. تنها و تنها سلاح یک گوینده، «تارهای صوتی» اوست. گوینده باید بتواند با استفاده از صدای خود، احساس ترس، شادی، هیجان یا غم را به شنونده منتقل کند.

کاربردهای اصلی گویندگی در چه کارهایی است؟

- **خواندن کتاب‌های صوتی:** جان بخشیدن به شخصیت‌های یک داستان فقط با تغییر دادن لحن صدا.
- **تیزرهای تبلیغاتی:** خواندن متن‌های هیجان‌انگیز یا احساسی برای معرفی محصولات در تلویزیون یا فضای اینترنت.
- **دوبله و برنامه‌های صوتی:** صداگذاری روی فیلم‌ها یا تولید برنامه‌های گفتگو محور صوتی.

گویندگی برخلاف فن بیان که برای همه مردم واجب است، یک «شغل و تخصص خاص» است. یک گوینده ممکن است پشت میکروفون صدای بی‌نظیری داشته باشد، اما وقتی در خیابان تصادف می‌کند، از شدت خجالت نتواند از حق خودش دفاع کند! چون او فقط گوینده خوبی است، اما فن بیان زندگی روزمره را بلد نیست.

## مقایسه ساده این سه مهارت: کدام یک برای شما مناسب است؟

برای اینکه این تفاوت‌ها برای همیشه در ذهن شما بماند، بیایید این سه مهارت را با یک مثال بسیار ساده و خودمانی مقایسه کنیم:

- **اگر شما فن بیان داشته باشید:** می‌توانید در یک مهمانی خانوادگی یا یک جلسه کاری، حرف خود را بسیار زیبا، محترمانه و تاثیرگذار بیان کنید و همه از هم‌صحبتی با شما لذت ببرند.

- **اگر شما سخنوری بلد باشید:** می‌توانید در همان مهمانی یا جلسه، از جایتان بلند شوید، صد نفر آدم را ساکت کنید و با یک صحبت ده دقیقه‌ای، کاری کنید که همه با اشتیاق کامل حرف شما را قبول کنند و برایتان کف بزنند.
- **اگر شما گویندگی بلد باشید:** می‌توانید یک متن زیبا درباره آن مهمانی یا جلسه را پشت میکروفون بخوانید تا دیگران بعداً به صدای شما گوش دهند و از گرمی صدای شما آرامش بگیرند.

| ویژگی‌ها                     | فن بیان                            | سخنوری                                 | گویندگی                                     |
|------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------|
| مخاطب اصلی                   | یک نفر تا یک جمع کوچک              | جمعیت‌های بزرگ (ده‌ها و صدها نفر)      | مخاطب نامرئی (پشت میکروفون)                 |
| ابزار اصلی                   | کلمات، لحن طبیعی و احترام          | زبان بدن مقتدرانه، مدیریت صحنه         | فقط و فقط صدا و تارهای صوتی                 |
| نیاز به متن از پیش نوشته شده | ندارد (کاملاً در لحظه و بداهه است) | دارد (باید از قبل نقشه راه داشته باشد) | دارد (همیشه از روی متن خوانده می‌شود)       |
| برای چه کسانی واجب است؟      | برای تمام انسان‌های روی زمین       | مدیران، اساتید، رهبران و مربیان        | فقط کسانی که می‌خواهند از صدا پول دربیاورند |

## آیا صدای زیبا برای یادگیری این مهارت‌ها واجب است؟

یکی از بزرگترین ترس‌های مردم این است که می‌گویند: «صدای من تو دماغی است»، «صدایم خیلی نازک است» یا «صدایم اصلاً قشنگ نیست، پس من نمی‌توانم خوب حرف بزنم!»

این یک باور کاملاً اشتباه است. به جز مهارت «گویندگی» که در آن داشتن یک جنس صدای خاص و تربیت‌شده اهمیت زیادی دارد، در «فن بیان» و «سخنوری» اصلاً و ابداً نیازی به صدای رادیویی و مخملی ندارید! انسان‌های بسیار موفقی در دنیا وجود دارند که صداها کاملاً معمولی و حتی خش‌داری داشته‌اند، اما چون بلد بوده‌اند کلمات را درست انتخاب کنند و با اعتماد به نفس حرف بزنند، به بزرگترین رهبران و فروشنده‌گان دنیا تبدیل شده‌اند. جذابیت شما در ارتباطات، به «آرامش، مهربانی و وضوح» کلمات شماست، نه به کلفتی و بمی صدای شما.

## نقش آموزش و تمرین در رسیدن به مهارت‌های کلامی

هیچ نوزادی در دنیا سخنور یا گوینده به دنیا نمی‌آید. تمام کسانی که امروز با حرف زدنشان شما را جادو می‌کنند، روزی از حرف زدن در جمع می‌لرزیدند. تارهای صوتی و ماهیچه‌های کلامی شما، درست مثل عضلات بدن هستند و با تمرین و ورزش، قوی و شکل‌دار می‌شوند.

اما یادگیری این مهارت‌ها، مخصوصاً فن بیان و سخنوری، با خواندن کتاب به تنهایی به دست نمی‌آید. شما نیاز دارید که اشتباهات کلامی‌تان توسط یک متخصص شنیده و اصلاح شود. در این مسیر، بهره‌گیری از آموزش‌ها و تجربیات طاهای بام شاد مدرس فن بیان، می‌تواند مانند یک میان‌بر شگفت‌انگیز برای شما عمل کند. با شرکت در دوره‌های کاربردی و اصولی، شما یاد می‌گیرید که چگونه خجالت خود را کنار بگذارید، چگونه صدای ضعیف خود را به صدایی رسا و محکم تبدیل کنید و چگونه با استفاده از کلمات درست، در هر جمعی (چه دو نفره و چه هزار نفره) بدرخشید. یک مربی دلسوز به شما کمک می‌کند تا استعداد پنهان خود را کشف کنید.

## نتیجه‌گیری: صدای شما، امضای شماست

در دنیای شلوغ امروز، اگر نتوانید منظور خود را به درستی بیان کنید، حق شما خورده می‌شود، استعدادهایتان نادیده گرفته می‌شود و فرصت‌های بزرگ زندگی را از دست می‌دهید. دانستن تفاوت بین این مهارت‌ها به شما کمک می‌کند تا انرژی خود را در جای درستی صرف کنید.

اگر می‌خواهید زندگی شخصی و کاری بهتری داشته باشید و با همسر، فرزند و مدیرتان رابطه بهتری بسازید، از همین امروز روی «فن بیان» خود کار کنید. اگر رویای رهبری و مدیریت آدم‌ها را دارید، شجاعت را تمرین کنید و وارد دنیای «سخنوری» شوید. و اگر عاشق میکروفون و کتاب‌های صوتی هستید، روی «گویندگی» سرمایه‌گذاری کنید. به یاد داشته باشید که صدای شما، مهم‌ترین و قدرتمندترین ابزاری است که خداوند به شما داده است؛ با آموزش درست، از این ابزار برای ساختن یک زندگی رویایی استفاده کنید.

## سوالات متداول (FAQ)

آیا کسی که لکنت زبان دارد هم می‌تواند فن بیان خوبی داشته باشد؟

بله، صد در صد! فن بیان یعنی توانایی برقراری ارتباط موثر. بسیاری از افراد با تمرینات تنفسی، شمرده صحبت کردن و کنترل استرس توانسته‌اند لکنت خود را تا حد بسیار زیادی پنهان کنند یا حتی با وجود لکنت خفیف، آنقدر دایره لغات عالی و زبان بدن جذابی داشته باشند که شنونده اصلاً متوجه مشکل آن‌ها نشود و شیفته هم‌صحبتی با آن‌ها گردد.

برای شروع یادگیری، اول باید به کلاس گویندگی بروم یا فن بیان؟

بدون هیچ شکی، اول باید «فن بیان» را یاد بگیرید. فن بیان فونداسیون و پایه ساختمان ارتباطات است. تا زمانی که شما نتوانید کلمات را به درستی در دهان بچرخانید، خجالت را کنار بگذارید و استرس خود را مدیریت کنید، یادگیری گویندگی هیچ کمکی به زندگی واقعی شما نخواهد کرد. بعد از اینکه فن بیان شما قوی شد، می‌توانید برای یادگیری کارهای تخصصی‌تر سراغ گویندگی یا سخنوری بروید.

من از حرف زدن در جمع خیلی می‌ترسم و صدایم می‌لرزد، آیا من هیچ‌وقت سخنور نمی‌شوم؟

لرزش صدا و ترس از جمع، یک واکنش کاملاً طبیعی بدن در برابر یک محیط ناشناخته است. حتی بزرگترین سخنرانان دنیا هم در پنج دقیقه اول صحبت خود کمی استرس دارند! این ترس نشان‌دهنده اهمیت موضوع برای شماست. با یادگیری تکنیک‌های تنفس عمیق از شکم و تمرین کردن در جمع‌های کوچک و دوستانه، این ترس خیلی زود جای خود را به لذت دیده شدن و اعتماد به نفس می‌دهد.