



คอร์สอบรมหลักสูตร

ก้าวแรกสู่การพูดในที่สาธารณะ อย่างมั่นใจ

Essential Public Speaking Skills



หลักการและเหตุผล

ในโลกปัจจุบันที่การสื่อสารกลายเป็นหัวใจสำคัญของการทำงานและการใช้ชีวิต ทักษะการพูดในที่สาธารณะ (Public Speaking) จึงไม่ใช่เรื่องของนักพูดหรือพิธีกรมืออาชีพเท่านั้น แต่เป็นทักษะพื้นฐานที่ทุกคนควรมี ไม่ว่าจะเป็นการพูดในที่ประชุม นำเสนอผลงาน สื่อสารกับทีมงาน หรือแม้แต่การพูดในโอกาสสำคัญในชีวิต อย่างไรก็ตาม ความกลัว ความประหม่า และความไม่มั่นใจยังเป็นอุปสรรคใหญ่ของผู้คนจำนวนมาก โดยเฉพาะผู้ที่ไม่เคยมีโอกาสดูหรือไม่มีพื้นฐานด้านการพูดมาก่อน หลักสูตร “ก้าวแรกสู่การพูดในที่สาธารณะอย่างมั่นใจ” จึงถูกออกแบบมาเพื่อตอบโจทย์กลุ่มเป้าหมายที่ต้องการเริ่มต้นฝึกพูดอย่างเป็นระบบ ด้วยแนวทางที่เข้าใจง่าย เป็นธรรมชาติ และปลอดภัยทางความรู้สึก

หลักสูตรนี้ครอบคลุมเนื้อหาตั้งแต่การปรับทัศนคติ และจัดการความกลัว การใช้ถ้อยคำ น้ำเสียง บุคลิกภาพ เทคนิคการแนะนำตัวและการพูดโน้มน้าวใจเบื้องต้นพร้อมทั้งมีกิจกรรมเสริมความมั่นใจในแต่ละช่วง เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้ผ่านการลงมือทำและได้รับ feedback เชิงสร้างสรรค์ นอกจากนี้ยังมีช่วงสรุปและสะท้อนผลการเรียนรู้เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถประเมินพัฒนาการของตนเองและเห็นแนวทางการฝึกฝนต่อหลังจบหลักสูตรโดยเน้นการสร้างแรงบันดาลใจและความมั่นใจในระยะยาว



วิทยากร ผู้ทรงคุณวุฒิ

อาจารย์นันทชา คัยนันท์

ผู้เชี่ยวชาญด้านการใช้ภาษาไทย และด้านการบริหารหลักสูตรและการสอน



คอร์สนี้เหมาะกับใคร

- พนักงานบริษัทฝ่ายงานต่าง ๆ
- บุคลากรภาครัฐและเอกชนที่ต้องพูดต่อหน้าผู้อื่น
- ผู้ที่สนใจพัฒนาทักษะการพูดและการสื่อสารในที่สาธารณะอย่างมั่นใจ



รับใบประกาศนียบัตร

เมื่อจบหลักสูตรอบรมจะได้รับใบประกาศนียบัตร [CERTIFICATE] รับรองจากสถาบัน TOPPRO ด้วยระยะเวลาเข้าอบรมไม่น้อยกว่า 80%

สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com

☎ 098-281-9879 | 065-956-4064 | 063-268-1079 | ✉ crm@topprobooking.com | [@HRODTHAI](https://www.facebook.com/HRODTHAI) | [f HRODTHAI](https://www.facebook.com/HRODTHAI)



วัตถุประสงค์

1.

เพื่อสร้างทัศนคติ
ที่ดีและมั่นใจ
ต่อการพูดในที่สาธารณะ

2.

เพื่อให้ผู้เข้า
อบรมสามารถจัด
การความกลัว
และความประหม่าได้

3.

เพื่อเรียนรู้
รู้เทคนิคการใช้
ถ้อยคำ น่าเสียง
และบุคลิกภาพ

4.

เพื่อสามารถ
แนะนำตัว และ
สื่อสารอย่างมั่นใจ
ต่อหน้าผู้ฟัง

5.

เพื่อฝึกการ
พูดโน้มน้าว
ในบริบทง่าย ๆ
และใช้ได้จริง



สิ่งที่ได้รับหลัง การอบรม

1.

ผู้เข้าอบรม
มีความกล้า
และมั่นใจใน
การพูดมากขึ้น

2.

เข้าใจเทคนิค
เบื้องต้นในการ
ใช้ภาษาพูด
และภาษากาย

3.

สามารถพูด
แนะนำตัวเองได้
อย่างน่าสนใจ
ในเวลาอันสั้น

4.

เริ่มต้นฝึกพูด
แบบมีโครงสร้าง
และสามารถโน้มน้าวใจได้อย่าง
เป็นธรรมชาติ

5.

ได้แรงบันดาลใจ
และแนวทาง
ฝึกฝนต่อยอด
ด้วยตนเอง
หลังอบรม



1.

บรรยายสั้น
กระชับ
เข้าใจง่าย



2.

ฝึกปฏิบัติจริง
ในรูปแบบกิจกรรม
กลุ่มย่อย



รูปแบบการฝึก อบรม



4.

ใช้บรรยากาศ
ปลอดภัย และ
สร้างกำลังใจ



3.

การพูดหน้ากลุ่ม
และรับฟีดแบ็ก
แบบสร้างสรรค์



หัวข้อการบรรยาย



อบรม 1 วัน



เวลา 08:30-09:00 น. ลงทะเบียนอบรม และกล่าวเปิดการอบรม



กำหนดการอบรม (ช่วงเช้า) 09:00 น. – 12:00 น.

1.

**ปรับทัศนคติ พิชิตความกลัว
การพูด (Shift Your Mindset,
Overcome the Fear of Public
Speaking)**

วัตถุประสงค์ : เพื่อสร้างทัศนคติที่ดีต่อการพูดในที่
สาธารณะ และเรียนรู้วิธีการจัดการความกลัวอย่าง
เป็นขั้นตอน

- 1.1) ความหมายและความสำคัญของการพูดในที่สาธารณะ
- 1.2) ทำไมเราจึงกลัวการพูดในที่สาธารณะ
- 1.3) วิธีการจัดการความประหม่าและความคิดลบ
- 1.4) การสร้าง “จุดปลอดภัย” ในใจเมื่อต้องพูด



กิจกรรมเสริมความมั่นใจ

2.

**ศิลปะการใช้ถ้อยคำและ
น้ำเสียง (The Art of Words
and Voice)**

วัตถุประสงค์ : เพื่อเรียนรู้การเลือกใช้ถ้อยคำ น้ำเสียง
และจังหวะการพูดที่ทำให้การสื่อสารมีพลังและน่าฟัง

- 2.1) การใช้ถ้อยคำให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย
- 2.2) เทคนิคการใช้จังหวะ น้ำเสียง และคำเน้น
- 2.3) ฝึกพูดจากความรู้สึกจริง โดยไม่ต้องท่องจำ
- 2.4) Mini Guide : “พูดอย่างไรให้ฟังแล้วไม่น่าเบื่อ”



กิจกรรมเสริมความมั่นใจ

3.

**แนะนำตัวให้ประทับใจใน 1 นาที
(Confident Self-
Introduction)**

วัตถุประสงค์ : สร้างความมั่นใจในการพูดแนะนำตัวอย่างมีโครงสร้าง

- 3.1) โครงสร้าง 3P: Point – Proof – Point again
- 3.2) การดึงจุดเด่นของตัวเองมานำเสนอ
- 3.3) เทคนิคเปิดเรื่องและจบเรื่องให้น่าจดจำ



กิจกรรมเสริมความมั่นใจ



หมายเหตุ - พักรับประทานอาหารว่าง และเครื่องดื่ม ช่วงเช้า เวลา 10.30 – 10.45 น.- ช่วงบ่าย เวลา 14.30 – 14.45 น.

สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com

☎ 098-281-9879 | 065-956-4064 | 063-268-1079 | ✉ crm@topprobooking.com | 📞 @HRODTHAI | 📺 HRODTHAI



หัวข้อการบรรยาย



อบรม 1 วัน



พักรับประทานอาหารกลางวัน 12:00 น. – 13:00 น.



กำหนดการอบรม (ช่วงบ่าย) 13:00 น. – 16:00 น.

4.

บุคลิกภาพและภาษากาย
ที่มั่นใจ (Body Language and
Stage Presence)

วัตถุประสงค์ : พัฒนากำหนด น้ำเสียง และความ
น่าเชื่อถือเมื่อต้องพูด

- 4.1) การยืน การสบตา และภาษากายพื้นฐาน
- 4.2) ท่าทางที่ช่วยเสริมพลังการพูด
- 4.3) บุคลิกภาพของนักพูดที่น่าฟัง



กิจกรรมเสริมความมั่นใจ

5.

พูดอย่างไรให้คนฟังคล้อย
ตาม (Simple Persuasive
Speaking)

วัตถุประสงค์ : สื่อสารแนวคิดอย่างมีเป้าหมายและ
โน้มน้าวแบบเป็นธรรมชาติ

- 5.1) โครงสร้างการพูดแบบโน้มน้าวใจ
- 5.2) การใช้คำพูดที่กระตุ้นความคิดและความรู้สึก
- 5.3) เทคนิคการชวนคนฟังให้ “เอาด้วย” โดยไม่ขายของ
ตรง ๆ



กิจกรรมเสริมความมั่นใจ

6.

สรุป สะท้อน และส่งแรง
บันดาลใจ (Reflection and
Empowerment)

วัตถุประสงค์ : ทบทวนสิ่งที่เรียนรู้ พร้อมวางแผน
การพัฒนาต่อ

- 6.1) แשרความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นภายในวันเดียว
- 6.2) เทคนิคฝึกฝนหลังอบรม



กิจกรรมเสริมความมั่นใจ

7.

วิธีการประเมิน

- 7.1) ประเมินจากการมีส่วนร่วมระหว่างการฝึกอบรม
- 7.2) ประเมินจากความกล้าและพัฒนาการของการพูด
ในกิจกรรมต่าง ๆ
- 7.3) ประเมินจากแบบฟอร์ม หรือกิจกรรมสะท้อนตนเอง
ในช่วงท้ายหลักสูตร



หมายเหตุ - พักรับประทานอาหารว่าง และเครื่องดื่ม **ช่วงเช้า** เวลา 10.30 – 10.45 น.- **ช่วงบ่าย** เวลา 14.30 – 14.45 น.

สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com

☎ 098-281-9879 | 065-956-4064 | 063-268-1079 | ✉ crm@topprobooking.com | 📞 @HRODTHAI | 📺 HRODTHAI

บริษัทที่ไว้วางใจใช้บริการของเรา



- 1. สมัครอบรมผ่าน www.topprobooking.com
- 2. กรุณาส่งใบสมัครที่แนบมา 7 - 10 วัน
- ** กรณีหักภาษี ณ ที่จ่าย ในนาม “บริษัท ท็อป โปรเฟสชั่นแนล แอนด์ ดีเวลลอปเม้นต์ จำกัด”
- เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 0205550017049 (สำนักงานใหญ่)
- ** ที่อยู่ 7/77 หมู่ 5 ต. ห้วยกะปิ อ. เมืองชลบุรี จ. ชลบุรี ปณ. 20130

ลงทะเบียนอบรมได้ที่
www.topprobooking.com



สนใจคอร์สนี้สมัครสมาชิกหรือสำรองที่นั่งได้ที่ www.topprobooking.com

☎ 098-281-9879 | 065-956-4064 | 063-268-1079 | ✉ crm@topprobooking.com | 📱 @HRODTHAI | 📺 HRODTHAI