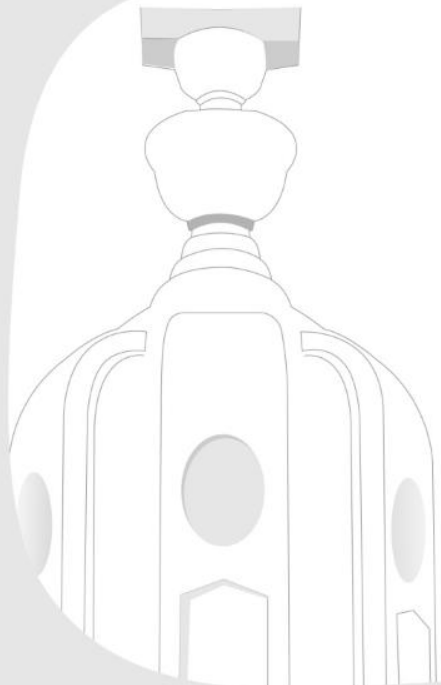


# การพูด





**การพูดมีบทบาทต่อการปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคม** เพราะช่วยให้  
ผู้พูดได้นำเสนอความคิด ความรู้สึก โดยเฉพาะในยุคปัจจุบันที่สังคมโลกมี  
เครื่องมือสื่อสารที่ทันสมัย และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในสังคมประชาธิปไตย  
บุคคลมีสิทธิเสรีภาพในการแสดงออกอย่างกว้างขวาง สามารถมีโอกาพูด  
ในสถานที่และ โอกาสต่างๆ ได้อย่างหลากหลาย

**การพูดเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์** กล่าวคือ

- เป็นศาสตร์ เพราะมีกฎเกณฑ์และหลักการที่เข้าใจได้
- เป็นศิลป์ เพราะต้องฝึกฝนและพัฒนา เอกลักษณ์

เฉพาะตัวด้วยความตั้งใจ และอดทน





## หลักเกณฑ์การพูด

### ๑. ความหมายและความสำคัญของการพูด

การพูดมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตมนุษย์อย่างมาก ทำให้มนุษย์สามารถติดต่อสื่อสารกับคนอื่นได้ และยังเป็นเครื่องมือในการถ่ายทอดความรู้ สึก ความคิด ความต้องการเพื่อตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง

การพูดจัดเป็นวิชาการ/ศาสตร์ที่มีผู้สนใจกันมาก และยอมรับว่ามีส่วนเสริมต่อความสำเร็จในการประกอบอาชีพของบุคคลอย่างมาก หากเป็นการพูดที่มีประสิทธิผล แต่ถ้าพูดไม่ดีย่อมก่อให้เกิดผลร้ายได้เช่นกัน





ดั่งคำประพันธ์ของสุนทรภู่ที่กล่าวถึงความสำคัญของการพูดไว้ว่า...

“ถึงบางพูดพูดดีเป็นศรีศักดิ์      มีคนรักสรรถ้อยอร่อยจิต  
    แม่นพูดชั่วตัวตายทำลายมิตร      จะชอบผิดในมนุษย์เพราะพูดจา”

หรือคำประพันธ์ที่รัชกาลที่ ๖ ทรงพระราชนิพนธ์เกี่ยวกับความสำคัญของการพูดไว้ว่า...

“ปากเป็นเอกลักษณ์เป็นโทโบราณว่า  
หนังสือตรีมีปัญญาไม่เสียหลาย  
ถึงรู้มาก ไม่มีปากลำบากตาย  
มีอุบายพูดไม่เป็นเห็นป่วยการ”





## ๒. จุดมุ่งหมายของการพูด

- เพื่อถ่ายทอดความรู้สึกรู้สึกนึกคิด
- เพื่อแสวงคำตอบหรือความรู้ ความเข้าใจเรื่องต่างๆ
- เพื่อโน้มน้าวใจ/จูงใจผู้อื่นให้คล้อยตามความคิด/การกระทำ
- เพื่อสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล
- เพื่อจรรโลงใจ ทำให้ผู้ฟังมีความสุข สนุกสนาน บั่นเทิงใจ

**\*\*\* ผู้พูดจะต้องวิเคราะห์จุดมุ่งหมายของการพูดให้ได้ก่อนว่า การพูดนั้นมีจุดมุ่งหมายอย่างไร จึงจะสามารถพูดได้อย่างสัมฤทธิ์ผล**





### ๓. ประเภทของการพูด

การพูดโดยทั่วไปแบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ ได้แก่

- แบ่งตามวัตถุประสงค์ของการพูด

๑. การพูดเพื่อให้ความรู้ : เป็นการอธิบาย ชี้แจง แสดงเหตุผล เช่น การอบรม ประกาศ แถลงการณ์
๒. การพูดเพื่อโน้มน้าวใจ : เชิญชวน จูงใจ ปลุกเร้าใจ ให้เห็นด้วย คล้อยตาม เช่น การปราศรัยหาเสียง การโฆษณาสินค้า
๓. การพูดเพื่อจรรโลงใจ : เพื่อให้เห็นความดีงาม งดงาม ค่านิยม เรื่องราว เช่น การเทศนา เล่านิทาน การอวยพร โอกาสต่างๆ





## - แบ่งตามลักษณะของวิธีพูด

๑. การพูดแบบอ่านจากต้นฉบับ : ข่าจากรัฐบาล แถลงการณ์ คำปราศรัยสำนักนายกรัฐมนตรี ประกาศทางราชการ

๒. การพูดแบบท่องจำ : การพูดสั้นๆ ๓-๕ นาที นิยมใช้ในการแสดงละคร หรือในโอกาสพิเศษ

๓. การพูดแบบเตรียมล่วงหน้า : การพูดทั่วไป ไม่ใช่การท่องจำมาพูด เป็นการพูดที่ได้ศึกษาข้อมูลเตรียมมาล่วงหน้า

๔. การพูดโดยไม่เตรียมล่วงหน้า : การพูดโดยไม่รู้ตัว ปฏิเสธไม่ได้ เช่น การอวยพรบ่าวสาว การแสดงความเห็นต่างๆ ต้องมีไหวพริบ ความรู้ ประสบการณ์





## ๔. ขั้นตอนในการเตรียมการพูด

การพูดให้ได้ประสิทธิผลจะต้องเตรียมพร้อมทั้งด้านเนื้อหาสาระ และกลวิธีการนำเสนอ ดังนี้

- การเลือกหัวข้อเรื่อง : ต้องพิจารณากลุ่มผู้ฟังว่า เป็นกลุ่มใด อาชีพอะไร วัยใด เพศใด อายุเฉลี่ย และต้องพิจารณาโอกาสในการพูดด้วย เช่น งานมงคล อวมงคล เป็นต้น
- การกำหนดวัตถุประสงค์ : พูดเพื่ออะไร
- การกำหนดขอบเขต : พิจารณาจากความยากง่ายของเรื่องที่พูด และความรู้พื้นฐานของผู้ฟัง







- การรวบรวมข้อมูล : การค้นคว้าจากตำรา สิ่งพิมพ์ การสัมภาษณ์ เพื่อสร้างความน่าเชื่อถือของการพูด และทำให้น่าสนใจยิ่งขึ้น

- การวางโครงเรื่อง : แบ่งได้เป็น ๓ ส่วน ได้แก่

### ๑. ส่วนนำเรื่อง

(เริ่มต้นด้วยการทักทาย บทประพันธ์ นิทาน เร้าความสนใจให้ติดตาม)

### ๒. ส่วนเนื้อหา

(การลำดับเรื่องราว อธิบายรูปธรรมสู่นามธรรม ความสำคัญ รายละเอียด)

### ๓. ส่วนสรุป

(พูดสรุปด้วยข้อคิด สุภาษิต บทเพลง โดยมีหลักว่าสรุปสั้นๆ ชัดเจน และประทับใจที่สุด)





- การเรียบเรียงเรื่อง : เติมรายละเอียดประเด็นที่จะพูดให้ครบถ้วน  
สมบูรณ์และครอบคลุมเนื้อหาทั้งหมด

- การนำเสนอเรื่อง : การพูดจริงตามรายละเอียดที่วางไว้ตามโครง  
เรื่อง โดยจะต้องปฏิบัติตามหลักการ ดังนี้

๑. สร้างความมั่นใจ
๒. คำนิ่งในโวหาร
๓. ตระการกลวิธี
๔. ลีลาสำเสียง
๕. ร้อยเรียงท่าทาง
๖. จัดวางสื่อประกอบ





## การใช้ภาษาในการพูด

ในการพูดทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการนั้นต้องใช้ภาษาเป็นเครื่องมือในการสื่อสาร ภาษาในการพูดแบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ **วจนภาษาและอวจนภาษา**





## ๑. วจนภาษา

ภาษาถ้อยคำหรือคำพูด เป็นภาษาที่คนส่วนใหญ่นิยมใช้ หลักการใช้วจนภาษาในการพูด คือ

- ใช้คำพูดกระชับ ตรงความหมาย
- ใช้คำพูดชัดเจน ไม่กำกวม
- ใช้คำพูดเหมาะสมกับผู้ฟัง กาลเทศะ และ โอกาส
- ใช้คำสุภาพ
- ใช้คำลึกลับซึ่งกินใจและเกิดจินตนาการ
- การเรียบเรียงประโยคชัดเจน ถูกต้อง





## ๒. อวัจนภาษา

ภาษาที่ไม่ใช่คำพูด เป็นการแสดงออกทางกายลักษณะต่างๆ ที่สามารถจะสื่อความหมายให้ผู้ฟังเข้าใจได้ ในการพูดผู้พูดมักจะแสดงอวัจนภาษา ดังนี้

- การเน้นเสียง ใช้เสียงเบา เสียงดัง
- การใช้สายตา
- การแสดงสีหน้า
- การวางตัว ยืน เดิน
- การแสดงท่าทาง ใช้มือ แขน ไหล่ และศีรษะ

การพูดที่ดีจำเป็นต้องรู้จักใช้คำพูดอย่างถูกต้อง และแสดง  
กิริยาท่าทางที่เหมาะสม จึงจะทำให้เกิดประสิทธิภาพในการพูด





## การพูดในโอกาสต่างๆ

### ๑. การพูดต่อประชุมชน

เป็นการพูดที่มีลักษณะพิเศษ คือ ผู้พูดจะต้องพูดคนเดียว โดยมีผู้ฟังจำนวนมาก พูดในสถานที่ใดสถานที่หนึ่ง โดยเฉพาะ และเนื่องในโอกาสพิเศษเป็นกรณีไป มีจุดมุ่งหมายสำคัญ คือ

- เพื่อแสดงความรู้ อธิบายเรื่องทางวิชาการ
- เพื่อเล่าเรื่องให้ความสนุกสนาน
- เพื่อสร้างความประทับใจในคุณความดีของบุคคล
- เพื่อเชิญชวนให้เชื่อและปฏิบัติตาม
- เพื่อชักจูง ขอร้อง อ้อนวอน เกี้ยยกล่อม





## ๒. การพูดแสดงทรรศนะ

เป็นการพูดเพื่อชี้แจง สันนิษฐาน สาเหตุความเป็นมา วินิจฉัย และ ประเมินค่าเรื่องราวหรือพฤติกรรมที่เกิดขึ้น หรือเรื่องราวที่อยู่ในความสนใจ ด้วยความมีเหตุผล มีข้อสรุป ข้อเสนอแนะ เพื่อให้ผู้ฟังเข้าใจและเกิดความ เชื่อถือ โดยการใช้ภาษาและกิริยาท่าทางที่สุภาพ

การพูดแสดงทรรศนะเกิดขึ้นบ่อยมากในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะ ในที่สาธารณะ ที่มีการพูดเพื่อแสดงความคิดเห็นต่างๆ การแสดงทรรศนะจึง เป็นการพูดที่นิยมมากรูปแบบหนึ่ง

ส่วนประกอบของการพูดแสดงทรรศนะมี ๓ ส่วน ได้แก่





๑. **ที่มา** หมายถึง แหล่งต้นกำเนิด/ต้นเรื่องของสิ่งที่ประสงค์จะแสดงทรรศนะ ผู้แสดงทรรศนะจะต้องบอกแหล่งที่มาของเรื่องให้ชัดเจนว่านำเรื่องนั้นมาจากที่ใด เช่น หนังสือพิมพ์ คำพูด ภาพยนตร์ ฯลฯ

๒. **เหตุผล/ข้อสนับสนุน** เป็นการยกเอาเหตุผล หรือหลักการที่ได้รับการยอมรับมาประกอบทรรศนะเพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือ หรืออาจอ้างคำกล่าวของบุคคลสำคัญก็ได้

๓. **ข้อสรุป** คือ การสรุปซึ่งจะเป็นส่วนที่ผู้พูดจะบอกให้ผู้ฟังทราบว่าตนเองคิดอย่างไร ข้อสรุปอาจจะอยู่ในรูปของการเสนอแนะ การสนับสนุน การวินิจฉัยหรือการประเมินค่าก็ได้







ในการพูดแสดงทรรศนะทุกครั้ง ผู้พูดจะขาดข้อสรุปมิได้ เพราะหากขาดข้อสรุปไปก็เท่ากับแสดงทรรศนะ โดยไม่รู้ว่าผู้พูดคิดอะไร ต้องการเสนออะไร ทำให้ขาดจุดยืนของตนเอง และไม่เกิดประโยชน์ต่อผู้ฟัง

### การพูดแสดงทรรศนะมีหลักการดังนี้

๑. ผู้แสดงทรรศนะต้องเข้าใจเรื่องที่จะพูด และปราศจากอคติ
๒. แสดงทรรศนะอย่างสร้างสรรค์ ใช้คำพูด “ดีเพื่อก่อ”
๓. ควรใช้ภาษาอย่างสุภาพ แสดงกิริยาจริงใจ
๔. มีมารยาทในการแสดงทรรศนะ รู้จักศิลปะภาษาในการให้กำลังใจ กระตุ้นความคิดในการพัฒนาและปรับปรุงสิ่งต่างๆ





# ข้อปฏิบัติทั่วไปในการพูด

## ๑. การเริ่มต้นพูด

เมื่อยืนอยู่บนแท่น/หน้าห้องประชุม/หน้าประชุมชน จะต้องแสดงหน้าตาที่สำรวม ยิ้มแย้ม เป็นมิตรกับผู้ฟัง และเริ่มกล่าวคำปฏิสันถารผู้ฟังด้วยถ้อยคำสุภาพ เช่น

- “ท่านประธานที่เคารพ...”
- “ท่านท่านผู้มีเกียรติ...”
- “ท่านผู้อำนวยการ...”
- “นมัสการพระคุณเจ้าและสวัสดิ์ท่านผู้มีเกียรติ...”





## ๒. การเข้าสู่การพูด

การเข้าสู่กระบวนการพูด คือ การแนะนำตัวเอง บอกชื่อ-สกุล สถานภาพ ตำแหน่งหน้าที่การงานสั้นๆ โดยประโยคแรกๆที่เริ่มพูดควรใช้คำที่คมคาย ชวนฟัง ตรงประเด็น ไม่ควรเริ่มด้วยการขออภัย แต่ควรพูดด้วยความมั่นใจ

## ๓. ระหว่างการพูด

คำพูดตรงตามชื่อเรื่อง พูดให้เข้าใจง่าย ใช้การเปรียบเทียบและยกตัวอย่างง่ายๆให้เห็นภาพ ตรงจุดมุ่งหมายชวนให้ผู้ฟังติดตามตลอดการพูด และไม่น่าเบื่อหน่าย





## ๔. การสรุป

ใช้เวลาสรุปการพูดเพียงสั้นๆ ให้ชัดเจน ได้ใจความ โดยอาจสรุปเป็นข้อคิด แนวทางปฏิบัติ คติ หรืออาจจะใช้คำประพันธ์ วาทกรรม คำพูดที่เกี่ยวข้องเพื่อสร้างความประทับใจแก่ผู้ฟัง





## มารยาทในการพูด

การแสดงออกซึ่งความเป็นระเบียบเรียบร้อยในการพูด หรือที่ตรงกับสำนวนไทยที่ว่า “สำเนียงส่อภาษา กิริยาส่อสกุล” เป็นเสมือนข้อคิดเตือนใจเกี่ยวกับการแสดงออกทั้งทางกายและทางคำพูด

การพูดของคนแต่ละคนไม่เหมือนกัน มีเอกลักษณ์เฉพาะตน ตั้งแต่ น้ำเสียง จังหวะ ลีลา ตลอดจนการแสดงออกประกอบการพูด ด้วยเหตุนี้ กิริยามารยาทในการพูดจึงเป็นเครื่องบ่งบอกอุปนิสัยและบุคลิกภาพของผู้พูด มารยาทในการพูดจึงจำแนกได้พอสังเขป ดังนี้





## ๑. ความสุภาพเรียบร้อย

- ใช้คำพูดสุภาพ ไม่หยาบคาย
- ไม่ใช่ถ้อยคำโอ้อวด ก้าวร้าว ยกตนข่มท่าน
- ไม่พูดเพื่อเจือ ประชดประชัน ส่อเสียด เสียดสี
- ไม่พูดคั่นทुरัง เอาแต่ใจตนเอง
- การพูดต้ององอาจ สง่าด้วยความมั่นใจ
- มีมารยาทในการนั่ง เดิน แสดงท่าทาง ในการพูด
- มีมารยาทและกาลเทศะด้านการแต่งกายในการพูด





## ๒. ความจริงใจ

- แสดงออกทั้งทางคำพูดและท่าทางให้ตรงกับความรู้สึก
- ไม่แสดงอาการเสแสร้งในการพูด
- กล่าวที่จะกล่าวขอบคุณ ชมเชย ตำหนิ ตามความรู้สึก และเหมาะสม
- การพูดต้องอยู่บนพื้นฐานของความถูกต้อง
- มีความปรารถนาดีต่อผู้ฟังเป็นพื้นฐาน
- มีศิลปะในการ โน้มน้าวใจให้ผู้ฟังคล้อยตามในทางที่ดี





### ๓. ความรับผิดชอบ

เป็นการแสดงความรับผิดชอบในสิ่งที่ทำ/คำพูดที่กล่าวไป ไม่ว่าจะ  
เป็นสิ่งดีหรือไม่ดี และควรระลึกไว้เสมอว่า “ก่อนพูดเราเป็นนายคำพูด  
หลังพูดคำพูดจะเป็นนายเรา” ซึ่งความรับผิดชอบต่อการพูดแสดงออกได้  
๒ ลักษณะ ดังนี้

- ความรับผิดชอบโดยตรง : คำพูดที่พูดกับผู้ฟังโดยตรง
- ความรับผิดชอบโดยอ้อม : มีการนำคำพูดเราไปอ้างอิง

ความรับผิดชอบต่อคำพูดไม่มีกฎหมาย/ข้อบังคับ เว้นแต่คำพูดนั้น  
จะทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน/เสียหาย

