

# Nói và nghe

## Kể lại một trải nghiệm của em

Nhiều người muốn kể lại những trải nghiệm quan trọng đã khiến họ thay đổi và mong được người khác lắng nghe, chia sẻ. Vậy làm thế nào để trở thành người nói hấp dẫn, người nghe tích cực? Bài học này sẽ hướng dẫn em cách kể về một trải nghiệm đáng nhớ của bản thân.

35

### 3. SAU KHI NÓI

Trao đổi về bài nói theo một số gợi ý sau:

Người nghe	Người nói
<p>Trao đổi về bài nói với tinh thần xây dựng và tôn trọng. Có thể trao đổi một số nội dung như:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Điều hấp dẫn, thú vị của câu chuyện.</li><li>• Những sự việc, chi tiết còn chưa rõ trong bài nói.</li></ul>	<p>Lắng nghe, phản hồi những ý kiến của người nghe với tinh thần cầu thị:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tiếp thu những ý kiến góp ý mà em cho là xác đáng.</li><li>• Giải thích thêm về những sự việc, chi tiết mà người nghe còn chưa rõ.</li></ul>

## 1. TRƯỚC KHI NÓI

### a. Chuẩn bị nội dung nói

Em hãy đọc lại nhiều lần bài viết của mình để nắm chắc những nội dung quan trọng không thể bỏ qua khi kể lại câu chuyện.

### b. Tập luyện

Để có bài nói tốt, em cần tập luyện trước khi trình bày trước lớp. Tập luyện nhiều giúp em tự tin hơn. Em có thể lựa chọn hoặc kết hợp một trong hai hình thức tập luyện sau:

- Tập trình bày một mình trước gương.
- Tập trình bày trước nhóm bạn hoặc người thân và lắng nghe các ý kiến nhận xét, góp ý để hoàn thiện bài nói.

### Mục đích nói

Nói về một trải nghiệm cá nhân để chia sẻ với người nghe.

### Người nghe

Thầy cô, bạn bè, người thân và những người quan tâm đến trải nghiệm của em.

## 2. TRÌNH BÀY BÀI NÓI

Khi trình bày bài nói, em cần lưu ý:

- Tự tin và thoải mái. Chú ý chào hỏi khi bắt đầu và cảm ơn khi kết thúc bài nói.
- Bám sát mục đích chia sẻ trải nghiệm để thống nhất trong cách dùng từ ngữ xưng hô và tập trung vào diễn biến câu chuyện.
- Điều chỉnh giọng nói, tốc độ nói và sử dụng cử chỉ, điệu bộ phù hợp:

Điều chỉnh giọng nói và tốc độ nói	Sử dụng cử chỉ, điệu bộ
Âm lượng: to hay nhỏ.	Ánh mắt: luôn có sự kết nối với người nghe.
Tốc độ: nhanh hay chậm.	Gương mặt: vui, buồn, tươi cười, ngạc nhiên, hài hước,... phù hợp với nội dung câu chuyện.
Cao độ: cách lên giọng, xuống giọng.	Cử chỉ: giơ tay lên, đưa tay xuống, chỉ tay về phía trước, đặt tay lên ngực,... phù hợp với nội dung câu chuyện; không nên cử động nhiều nhưng cũng không nên đứng bất động.
Sắc thái biểu cảm: vui hay buồn, sôi nổi hay suy tư,...	Dáng người: đứng thẳng, không nghiêng hay lom khom.