**BỘ CÔNG THƯƠNG**

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG THƯƠNG**

**KHOA………..**

**CHU PHẠM HƯƠNG LAN – 2024202046**

**BÁO CÁO THU HOẠCH**

**KỸ NĂNG DIỄN ĐẠT Ý TƯỞNG VÀ THUYẾT TRÌNH**

**GIẢNG VIÊN HƯỚNG DẪN**

**NGUYỄN TRỌNG NHÂN**

**TP. HỒ CHÍ MINH, <NĂM>**

MỤC LỤC

[Câu 1: Liệt kê 10 kênh Tiktok/Youtube có thể giúp em rèn luyện kỹ năng thuyết trình và nói trước công chúng. 1](#_Toc140430184)

[Câu 2: Trình bày suy nghĩ của bạn về câu nói sau của Heinrich Heine: “Tài hùng biện thực sự là việc nói tất cả những gì cần thiết, và không nói gì hơn ngoài những điều cần thiết” (Heinrich Heine) 1](#_Toc140430185)

[Câu 3: Xây dựng nội dung cho một bài thuyết trình/ bài nói trước công chúng theo chủ đề: “Cyber Sex và những hệ lụy”. 2](#_Toc140430186)

# Liệt kê 10 kênh Tiktok/Youtube có thể giúp em rèn luyện kỹ năng thuyết trình và nói trước công chúng.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| STT | Kênh Tiktok/Youtube | Lợi ích mang lại |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |
| 8 |  |  |
| 9 |  |  |
| 10 |  |  |

# Trình bày suy nghĩ của bạn về câu nói sau của Heinrich Heine: “Tài hùng biện thực sự là việc nói tất cả những gì cần thiết, và không nói gì hơn ngoài những điều cần thiết” (Heinrich Heine)

Câu nói của Heinrich Heine về tài hùng biện là một tuyên bố đơn giản nhưng chứa đựng sự sâu sắc về cách mà chúng ta nên giao tiếp và thể hiện suy nghĩ của mình. Trong thời đại thông tin phong phú như ngày nay, việc biết cách diễn đạt một cách hợp lý và tinh tế là điều vô cùng quan trọng. Dưới đây là suy nghĩ cá nhân của tôi về câu nói này:

1. Sự cần thiết của tài hùng biện

Tài hùng biện là khả năng diễn đạt ý tưởng, suy nghĩ một cách mạch lạc, logic và thuyết phục. Điều này là quan trọng vì giao tiếp là cơ sở của mọi mối quan hệ, công việc và xã hội. Kỹ năng này giúp chúng ta truyền đạt thông tin một cách hiệu quả và tránh những hiểu lầm không đáng có. Nếu không biết cách diễn đạt đúng ý, thông tin của chúng ta có thể bị méo mó hoặc gây hiểu lầm, từ đó gây hậu quả không mong muốn.

1. Thận trọng và sự chính xác

Heine nhấn mạnh rằng tài hùng biện thực sự là việc chỉ nói những gì cần thiết. Điều này bao gồm việc suy nghĩ kỹ càng trước khi nói, không nói qua loa hoặc bất cẩn. Trong một thế giới mà thông tin diễn đạt nhanh chóng qua các phương tiện truyền thông và mạng xã hội, việc thận trọng và chính xác trong lời nói trở nên ngày càng quan trọng. Tránh nói quá nhanh, không suy nghĩ trước khi nói hay nói sai sự thật là những lỗi mà tài hùng biện giúp chúng ta tránh.

1. Tầm quan trọng của thấu hiểu đối tượng nghe

Tài hùng biện không chỉ là về cách diễn đạt, mà còn bao gồm việc thấu hiểu đối tượng nghe, đối tượng mà chúng ta đang giao tiếp. Điều này có nghĩa là phải thích nghi với lối giao tiếp của người nghe, đồng cảm và lắng nghe ý kiến của họ. Chỉ khi chúng ta thấu hiểu đối tượng nghe, chúng ta mới có thể lựa chọn lời nói phù hợp và có tác động tích cực.

1. Tình cảm và sự chân thành

Tài hùng biện không chỉ đơn thuần là việc diễn đạt các ý kiến và suy nghĩ một cách logic, mà còn bao gồm việc thể hiện tình cảm và sự chân thành. Khi nói chuyện với người khác, chúng ta cần làm cho đối tác cảm nhận được sự chân thành và tôn trọng từ chúng ta. Tâm tư chân thành và sự thật trong lời nói sẽ tạo ra một môi trường giao tiếp đáng tin cậy và chất lượng.

5. Tránh thái độ kiêu ngạo và quá tự tin

Tài hùng biện không bao giờ phải đi kèm với thái độ kiêu ngạo hay quá tự tin. Tuyệt đối không đánh đồng tài hùng biện với việc chỉ muốn "chém gió" hoặc thể hiện sự tự mãn. Thay vào đó, nó là một nghệ thuật diễn đạt tinh tế, cần sự khiêm tốn và lòng kiên nhẫn trong việc lắng nghe ý kiến của người khác.

*Kết luận*

Câu nói của Heinrich Heine về tài hùng biện là một lời nhắc nhở quan trọng về cách chúng ta nên giao tiếp và thể hiện suy nghĩ của mình một cách chính xác, tinh tế và có tầm quan trọng. Tài hùng biện không chỉ giúp chúng ta truyền đạt thông tin hiệu quả mà còn xây dựng và duy trì mối quan hệ tốt với người khác. Kỹ năng này đòi hỏi chúng ta phải thấu hiểu đối tượng nghe và tôn trọng họ, đồng thời diễn đạt tình cảm và suy nghĩ một cách chân thành.

# Xây dựng nội dung cho một bài thuyết trình/ bài nói trước công chúng theo chủ đề: “Cyber Sex và những hệ lụy”.

*Lời mở đầu*

Kính thưa quý vị, hôm nay, chúng ta sẽ cùng nhau khám phá một chủ đề nhạy cảm và đang ngày càng trở nên phổ biến trong xã hội hiện đại - Cyber Sex và những hệ lụy đi kèm. Cyber Sex, hay còn gọi là tình dục trực tuyến, đã thay đổi cách chúng ta tiếp cận và trải nghiệm tình dục. Tuy nhiên, cùng với những lợi ích, điều này cũng đưa đến những hệ lụy mà chúng ta không thể lờ đi. Hãy cùng nhau tìm hiểu và thảo luận về vấn đề này.

1. Khái niệm và tầm quan trọng của Cyber Sex

Cyber Sex là hành động thực hiện các hoạt động tình dục thông qua truyền thông mạng, thường là qua Internet. Nó bao gồm việc trao đổi tin nhắn, hình ảnh, âm thanh hoặc video với mục đích thỏa mãn nhu cầu tình dục. Sự phát triển của công nghệ thông tin đã khiến Cyber Sex trở nên dễ dàng hơn bao giờ hết và thu hút sự quan tâm của rất nhiều người.

1. Lợi ích của Cyber Sex

An toàn và riêng tư: Cyber Sex cho phép người tham gia duy trì mức độ riêng tư cao và an toàn hơn khi thỏa mãn nhu cầu tình dục, đặc biệt là đối với những người có những nhu cầu không thể đáp ứng trong thế giới thực.

Cắt đứt khoảng cách: Đối với những cặp đôi hoặc người yêu ở xa nhau, Cyber Sex là cách để họ gắn kết tình cảm và duy trì mối quan hệ một cách gần gũi.

Giảm căng thẳng: Thư giãn qua Cyber Sex có thể giúp giảm căng thẳng và lo lắng, giúp tăng cường tâm lý và tinh thần.

1. Những hệ lụy của Cyber Sex

Sự lạm dụng và phụ thuộc: Cyber Sex có thể dẫn đến sự lạm dụng và phụ thuộc, khiến người tham gia trở nên cuốn vào một vòng luẩn quẩn khó thoát.

Ảnh hưởng đến mối quan hệ thực tế: Nếu không được cân nhắc và điều chỉnh đúng cách, Cyber Sex có thể làm suy yếu mối quan hệ tình dục thực tế và gây xung đột trong đôi tình nhân.

Nguy cơ an ninh mạng: Tham gia Cyber Sex có thể khiến người dùng dễ dàng rơi vào tình trạng bị tống tiền, lừa đảo hoặc đe dọa an ninh mạng.

Ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần: Nếu Cyber Sex trở thành một phần quan trọng trong cuộc sống của một cá nhân, nó có thể dẫn đến các vấn đề về sức khỏe tinh thần, như cô đơn, tách biệt và lo sợ xã hội.

1. Cách giải quyết những hệ lụy

Tăng cường nhận thức: Người dùng cần nhận thức rõ ràng về những hệ lụy tiềm tàng của Cyber Sex và cân nhắc đánh giá lại mức độ tham gia của họ.

Tìm kiếm hỗ trợ chuyên nghiệp: Nếu ai đó cảm thấy mình bị mắc kẹt hoặc phụ thuộc vào Cyber Sex, họ nên tìm đến sự hỗ trợ từ các chuyên gia tâm lý.

Thay thế bằng hoạt động khác: Để tránh ảnh hưởng tiêu cực, hãy tìm kiếm những hoạt động khác để thỏa mãn nhu cầu tình dục và giải tỏa căng thẳng.

*Kết luận*

Trong bài thuyết trình này, chúng ta đã tìm hiểu về Cyber Sex và những hệ lụy đi kèm. Dù có nhiều lợi ích khi tham gia vào hoạt động này, nhưng chúng ta không nên bỏ qua những tác động tiêu cực mà nó mang lại. Hãy cân nhắc và tận dụng công nghệ một cách có trách nhiệm để duy trì một cuộc sống tình dục lành mạnh và hạnh phúc. Xin cảm ơn quý vị đã lắng nghe!