

Sztuka przemawiania

Boisz się publicznych wystąpień?
Chciałbyś być świetnym mówcą?
To wcale nie jest takie trudne.

Od czego zacząć?

Po pierwsze, znajdź główny temat. Zastanów się, co właściwie masz przekazać, znajdź sedno tego, co chcesz powiedzieć. Teraz zastanów się, jak najlepiej poprzeć i wyjaśnić tę główną tezę. Najlepiej, jeśli będą to dwa, trzy zagadnienia – więcej inspiracji słuchaczom trudno będzie zapamiętać. Opisz każdą z tych trzech koncepcji jednym zdaniem. Gotowe – masz początek przemówienia.

Główny temat plus dwa, trzy zagadnienia wyjaśniające

Poznaj swojego odbiorcę

Aby odnieść sukces jako mówca, musisz wzbudzić w swoich słuchaczach zainteresowanie, przyciągnąć ich uwagę. Ale to nie koniec. Musisz też ich przekonać. To niełatwe zadania. Żeby się udało, powinieneś poznać swoich słuchaczy i dostosować do nich swoje przemówienie. Słuchacze wewnętrzni to na przykład koledzy z klasy – znasz ich bardzo dobrze. Słuchacze zewnętrzni to osoby Ci nieznane, spróbuj się o nich czegoś dowiedzieć, np. od organizatorów imprezy, na której masz przemawiać. Niezależnie od tego, do której grupy należą Twoi słuchacze, zadaj sobie kilka pytań:

1. Kim są słuchacze?

Powinieneś pamiętać o tym, ile mają lat i którą płć reprezentują. Inaczej przemawia się do dzieci, a inaczej do osób dorosłych. Używa się wtedy innego języka, innych przykładów. Na przykład przemawiając do swoich rówieśników, możesz wykorzystywać modne powiedzonka, odnosić się do sportu czy przywoływać historie z życia gwiazd kina i telewizji.

2. Dlaczego mają Cię słuchać?

Ustal, dlaczego będą słuchać Twojego przemówienia i w jakich w związku z tym będą nastrojach. Inaczej słuchają ci, którym coś się każe, a inaczej ci, których coś interesuje.

3. Co już wiedzą na dany temat?

Dostosuj swoją wypowiedź do wiedzy słuchaczy. Nie mów na przykład żargonem technicznym o nowinkach na rynku komputerowym do osób, które zupełnie się na tym nie znają. Niedobrze jest się wymądrzać, ale mówienie przesadnie prostym językiem też zdenerwuje słuchaczy.

4. Co masz im do zaoferowania?

Dlaczego powinni Cię wysłuchać? Twoi odbiorcy muszą mieć poczucie, że ta wiedza im się przyda. Zastanów



Kim jest mówca?

To pytanie odnosi się do Ciebie. Musisz odegrać pewną rolę. Oto błędy, których powinieneś unikać:

- ▶ Łatwo zrazisz do siebie słuchaczy, jeśli zaczniesz szorstkim tonem instrukcji i pouczeń.
- ▶ Wywyższanie się utrudnia kontakt ze słuchaczami. Przyjazna atmosfera może zaś zdziałać cuda. Zmniejsz dystans.
- ▶ Bardzo łatwo zniechęcić ludzi, mówiąc im, co powinni robić. Zaráż słuchaczy własną pasją, spraw, żeby zrozumieli, dlaczego warto coś zrobić.
- ▶ Łagodny, lekko przestraszony ton, brak pewności siebie – przemówienie takiego mówcy będzie mało przekonujące. Pamiętaj, że nikt nie wie, jak bardzo jesteś przestraszony, zdenerwowany. Nie pozwól, by te uczucia wzięły nad Tobą górę. Weź głęboki oddech i zaczynaj. W tym momencie to Ty dowodzisz.

się, czy to, co im powiesz, dostarczy im nowych informacji, pomoże na przykład w dalszej nauce.

Jak to powiedzieć?

Twoja wypowiedź musi mieć jasną strukturę, musi być zrozumiała. Kiedy przemawiasz, słuchacze nie mogą zadać Ci pytania: „Co masz na myśli?”. Mogą zapytać

Wizualizacja – to niezwykle ważny element przemówienia. Dzięki materiałom wizualnym łatwiej wyjaśnisz trudne treści, pobudzisz zainteresowanie słuchaczy.

potem, ale wtedy może być za późno – gdy czegoś nie rozumieją, po prostu przestaną Cię słuchać.

Jak powinno wyglądać przemówienie?

1. Główny temat

Na sam początek jednym zdaniem przedstaw myśl przewodnią Twojego przemówienia. Powiedz też, dlaczego powinni Cię wysłuchać.

2. Plan wypowiedzi – od ogółu do szczegółu

Po przedstawieniu głównego tematu powiedz słuchaczom, jaki jest plan Twojej wypowiedzi, co zamierzasz im powiedzieć oraz w jaki sposób to zrobisz. Podziel wypowiedź na trzy duże części A, B, C. A – plan ogólny, czyli pokazanie tematu z szerokiej perspektywy. Przedstaw podstawowe informacje na dany temat. Streść tematykę w kilku zwięzłych punktach. Teraz część B – półzbliżenie. Powoli zagłębiasz się w szczegóły. Przechodzisz do kilku pomniejszych zagadnień, a w ten sposób podtrzymujesz zainteresowanie odbiorcy. Czas na część C – zbliżenie, czyli szczegółowy komunikat. Zagłębiasz się w najdrobniejsze szczegóły.

To jak w telewizji. Najpierw kamera pokazuje pomieszczenie, gdzie jest dużo ludzi, potem delikatny najazd, by uzyskać bardziej szczegółowy obraz, aż w końcu bardzo bliski najazd, np. na jedną osobę – bohatera informacji.

Jeśli zbyt szybko zagłębisz się w szczegóły, Twoi odbiorcy mogą się zirytować. Brak logiki może ich zdeenerwować, ponieważ nic nie będą rozumieć.

Inne metody

Przedstawiona wyżej metoda trzech ujęć to niejedyńy sposób, w jaki może być ułożona Twoja wypowiedź. Możesz również zacząć od zbliżenia, a zakończyć szerokim ujęciem. Dzięki temu Twoja wypowiedź będzie oryginalna. Zaczynając od zbliżenia, przykuwasz uwagę poprzez zaskoczenie. Słuchacze zastanawiają się, czego dowiedzą się na końcu. Jedna uwaga: musisz dość szybko przejść do sedna i cały czas pobudzać zainteresowanie słuchaczy. To dobra metoda dla osób, które umieją stworzyć teatralny nastrój i trzymać słuchaczy w napięciu.

Metoda „kawa na ławę” również się sprawdza i przyciąga uwagę słuchaczy. Na samym początku przedstawiasz sedno sprawy – to zaskakuje i wzbudza zainteresowanie słuchaczy. Z zaciekawieniem będą oczekiwać dalszych informacji. Ta metoda przydaje się szczególnie wtedy, gdy musisz natychmiast przyciągnąć uwagę słuchaczy albo gdy chcesz wygłosić poważne stwierdzenie w trudnej i skomplikowanej sprawie.

Notatki – projekt Twojego przemówienia

- ✓ Sposób, w jaki przygotujesz notatki, ma ogromny wpływ na to, jak wygłosisz przemówienie. Nie pisz całego przemówienia, ale korzystaj z notatek. To umożliwi Ci bezpośredni kontakt ze słuchaczami. Spisane przemówienie to po prostu recytowanie tego, co wcześniej przygotowałeś. Nie ma tu mowy o żywym kontakcie.
- ✓ Dobre notatki muszą być czytelne na pierwszy rzut oka. Uporządkuj Twoje wystąpienie, wskaż Ci z wyprzedzeniem najważniejsze tezy i stwierdzenia. Podpowiedzą Ci też w sposób wizualny, jak powinieneś przedstawić daną koncepcję, np. w którym momencie zwolnić tempo mówienia.
- ✓ Pisać notatki odręcznie czy na komputerze? Sprawdź, jak Ci wygodniej. To indywidualna sprawa. Na pewno jednak uważaj na to, by nie zapisywać zbyt wielu rzeczy.
- ✓ Zacznij od planu A, B, C – opisz w dwóch, trzech słowach zagadnienia każdej części. Niech to będą pojedyncze słowa kluczowe, zwroty, hasła, które rozwiniesz w wypowiedzi. Widzisz krótką frazę i już wiesz, co masz omówić. Pełne zdania zabiorą Ci tylko czas i uniemożliwią kontakt wzrokowy ze słuchaczami. Zaznacz też, jak przekazywać komunikat, to znaczy, w których miejscach przyspieszyć, zwolnić albo zrobić pauzę, kiedy zmienić ton. Mogą to być na przykład zapisane w nawiasach informacje: wyczul słuchaczy na problem, przeczytaj cytat, pauza, nawiąż kontakt wzrokowy, nacisk... Dzięki tym wszystkim zabiegom Twoja wypowiedź będzie udana.

