

# Εισαγωγή στις τεχνικές παρουσιάσεων

Νίκος Μαμάσης

Τομέας Υδατικών Πόρων – Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο

Αθήνα 2003

# ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ

- **ΕΙΣΑΓΩΓΗ**
- **ΒΑΣΙΚΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ**
- **ΜΟΡΦΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ (ΔΟΜΗ, ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ)**
- **ΟΙ ΤΡΕΙΣ ΣΥΝΙΣΤΩΣΕΣ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ**
- **ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ**

# ΕΙΣΑΓΩΓΗ

## Συνήθεις κατηγορίες παρουσιάσεων

- ❶ Κύκλοι μαθημάτων που διαρκούν 1 ή 2 εξάμηνα και περιλαμβάνουν πολλές δεκάδες διδακτικές ώρες
- ❷ Εκπαιδευτικά σεμινάρια που διαρκούν ορισμένες ημέρες και περιλαμβάνουν λίγες διδακτικές ώρες
- ❸ Συνέδρια, συναντήσεις εργασίας, διατριβές, φοιτητικές εργασίες που διαρκούν 1 ή 2 ημέρες και η παρουσίαση κρατάει 15-60 λεπτά

*Οι τεχνικές που παρουσιάζονται εδώ αφορούν κυρίως στις παρουσιάσεις της τρίτης κατηγορίας*

Ο κύριος σκοπός μιας παρουσίασης είναι η μεταφορά μιας σειράς ιδεών (**μήνυμα**) από τον εισηγητή στους ακροατές.

Η επιτυχημένη μεταφορά του μηνύματος απαιτεί, εκτός από την ικανοποιητική γνώση του αντικειμένου, να ληφθούν υπόψη και τα χαρακτηριστικά του ακροατηρίου.

# ΒΑΣΙΚΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

Το μυστικό της αποτελεσματικής παρουσίασης είναι η καλή προετοιμασία η οποία δίνει πρόσθετη αυτοπεποίθηση και βοηθάει στην αποβολή του άγχους μπροστά στο ακροατήριο. Η προετοιμασία περιλαμβάνει τα παρακάτω σημεία:

- **Ενημέρωση.** Καλή γνωριμία με το αντικείμενο και τις σημερινές του εξελίξεις. Ανανέωση του υλικού που έχει παρουσιαστεί για το ίδιο θέμα παλαιότερα
- **Δοκιμή παρουσίασης.** Επιβεβαιώνεται η ομαλή δομή, εκτιμάται ο χρόνος και εντοπίζονται τα αδύνατα σημεία της παρουσίασης
- **Επίλυση πρακτικών θεμάτων.** Επιβεβαίωση του τόπου και του χρόνου της παρουσίασης. Επίσκεψη στο χώρο της παρουσίασης όπου ελέγχονται: η διάταξη των επίπλων (καθισμάτων, τραπεζιού), η ορατότητα της οθόνης από το κοινό, η θέση του ομιλητή και η λειτουργία του εξοπλισμού παρουσίασης

# ΜΟΡΦΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ (ΔΟΜΗ)

- Επιλογή τίτλου που αντιπροσωπεύει το θέμα αλλά και τον θυμούνται εύκολα
- Επιλογή των σημαντικότερων σημείων που θα αναπτυχθούν (οι ακροατές μπορούν να αφομοιώσουν περιορισμένο αριθμό νέων ιδεών κατά τη διάρκεια της παρουσίασης)
- Η σύνθεση του ακροατηρίου πρέπει να ληφθεί υπόψη για το περιεχόμενο και τη δομή της παρουσίασης
- Η διαδοχή των ιδεών γίνεται με λογική σειρά και πρέπει να αποφεύγεται η επιστροφή σε προηγούμενες διαφάνειες
- Κάθε διαφάνεια δεν πρέπει να περιλαμβάνει πολλές νέες ιδέες. Δεν πρέπει να προβάλλονται πολλές διαφάνειες που εναλλάσσονται συνεχώς σε περιορισμένο χρόνο
- Στη δομή περιλαμβάνονται διαφάνειες σχετικές με τη γενική διάρθρωση της παρουσίασης, καθώς και την εισαγωγή, τους στόχους και τα συμπεράσματα της εργασίας
- Στην εισαγωγή θα πρέπει να κεντρίζεται το ενδιαφέρον των ακροατών, να τονίζονται τα πρακτικά σημεία και να τίθενται τα θέματα που θα καλυφθούν
- Τα σχήματα είναι προτιμότερα από τους πίνακες. Τα συμπεράσματα συνήθως είναι 'ποιοτικά' και όχι 'ποσοτικά'

# ΜΟΡΦΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ (ΔΙΑΦΑΝΕΙΕΣ)

- Οι διαστάσεις συνήθως έχουν διαστάσεις σελίδας A4 με περιθώριο 2.5 εκατοστών. Το ύψος γραμμάτων καθορίζεται από τις συνθήκες προβολής (μέγεθος αίθουσας, απόσταση προβολέα-οθόνης). Πρέπει να υπάρχει μεγάλο κενό ανάμεσα στις γραμμές και όχι παραπάνω από 7 λέξεις ανά γραμμή
- Τα χρώματα δεν χρησιμοποιούνται για διακόσμηση αλλά για να γίνει πιο κατανοητή η παρουσίαση. Να μην χρησιμοποιούνται περισσότερα από τρία χρώματα στην ίδια διαφάνεια. Η επιλογή τους είναι προσωπική
- Το εντυπωσιακό ή πολύπλοκο ‘φόντο’ θα πρέπει να αποφεύγεται. Το πρώτο ανταγωνίζεται το μήνυμα, ενώ το δεύτερο αποσπά την προσοχή. Η αντίθεση (contrast) μεταξύ ‘φόντου’ και κειμένου (σκούρο κείμενο σε ανοικτό φόντο ή το αντίθετο) είναι απαραίτητη
- Οι διαφάνειες δεν πρέπει να περιέχουν πολλές λεπτομέρειες αλλά μόνο τα κύρια σημεία της παρουσίασης (μια εικόνα ισοδυναμεί με 1000 λέξεις αλλά δεν είναι ωραίες εικόνες που περιέχουν 1000 λέξεις)
- Η έμφαση σε σημαντικά σημεία της παρουσίασης γίνεται με τη χρήση χρωμάτων, κεφαλαίων ή έντονων γραμμάτων, υπογραμμίσεων, βελών κλπ.

# ΟΙ ΤΡΕΙΣ ΣΥΝΙΣΤΩΣΕΣ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

**Λεκτική συνιστώσα** *(η δομή του λόγου και οι λέξεις που χρησιμοποιούνται)*

Ο λόγος πρέπει να είναι απλός και σύντομος, κατάλληλος και ακριβής, ζωντανός και παραστατικός, εκφραστικός και υποβλητικός

**Φωνητική συνιστώσα** *(τα χαρακτηριστικά της φωνής)*

Περιλαμβάνει την τονικότητα, την ένταση, την ταχύτητα, την έμφαση και τις παύσεις

**Οπτική συνιστώσα** *(η γλώσσα του σώματος)*

Περιλαμβάνει τις εκφράσεις του προσώπου, την επικοινωνία με τα μάτια, τις κινήσεις κεφαλιού, τις χειρονομίες, τη στάση του σώματος, την απόσταση και την εμφάνιση

# ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- Δεν χρησιμοποιούμε: τις μεγάλες προτάσεις, τις ασυνήθιστες ή ξένες λέξεις, την εξειδικευμένη τεχνική ή επαγγελματική ορολογία, τα ακρωνύμια που δεν εξηγούνται, τις αοριστολογίες, τις λέξεις που εξασθενίζουν το μήνυμα (ίσως, μπορεί), την πολυλογία και τη χρήση μη λέξεων (χμ, ααμ) ή επιφωνημάτων
- Δεν φαινόμαστε απροετοίμαστοι και δεν απολογούμαστε για τα ελαττώματά μας σαν ομιλητές ή για ελλιπή προετοιμασία
- Εγκαθιδρύουμε επικοινωνία μέσω του βλέμματος με τους ακροατές, επιλέγοντας αρχικά κάποιους που ενδιαφέρονται. Στο τέλος της παρουσίασης, όλοι θα πρέπει να αισθάνονται ότι τους έχουμε μιλήσει προσωπικά
- Προετοιμαζόμαστε για παρουσίαση του θέματος σε μικρότερο χρόνο
- Προετοιμαζόμαστε για την απάντηση ερωτήσεων με σύντομες απαντήσεις
- Χρησιμοποιούμε τις παύσεις για να δώσουμε έμφαση
- Υιοθετούμε ένα διεθνώς αποδεκτό λεξιλόγιο για τις παρουσιάσεις που γίνονται στα Αγγλικά



## ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

- Δεν έχουμε συμπεριφορά ατόμου που τα γνωρίζει όλα
- Αποφεύγουμε να παίζουμε ασυναίσθητα με μολύβια, αντικείμενα, το αφτί μας κλπ
- Δεν δίνουμε σημειώσεις πριν την παρουσίαση
- Δεν διαβάζουμε το κείμενο των διαφανειών (προκαλεί το κοινό να σταματήσει να προσέχει)
- Δεν κρύβουμε την οθόνη με το σώμα, δεν γυρνάμε την πλάτη στο κοινό, δεν μιλάμε κοιτάζοντας τον προβολέα ή την οθόνη και δεν έχουμε τα χέρια στις τσέπες
- Δεν μιλάμε για άλλη διαφάνεια από αυτή που φαίνεται στην οθόνη
- Το ένδυμα εξαρτάται από την περίσταση αλλά θα πρέπει να αισθανόμαστε άνετα με αυτά που φοράμε
- Δεν μιλάμε υπερβολικά αργά ή γρήγορα και δεν χρησιμοποιούμε ανάρμοστη γλώσσα
- Παρακολουθούμε την ανταπόκριση των ακροατών στο μήνυμα μέσα από τις αντιδράσεις τους