

사고와 표현

제4강 발표의 방법

교재 내용 검토

➤ 강의 주제 : 의사소통 불안감

✓ 교재 : 26~29쪽

➤ 교재 핵심 내용

✓ 의사소통 불안감

✓ 발표의 방법

발표 불안증의 원인

➤ 발표 불안증

- ✓ 지극히 자연적인 현상
- ✓ 상황의 중요성과 성공 여부의 불확실성이 불안증을 초래

➤ 성격적 불안증

- ✓ 모든 커뮤니케이션 상황에서 거의 불안감을 느끼게 되는 상태

➤ 상황적 불안증

- ✓ 커뮤니케이션 상황 중에서도 특수한 상황에서만 불안함을 느끼게 되는 상태

발표의 중요성

- 면접평가의 1순위
 - 발표력
- 면접 탈락대상 1순위
 - ✓ 횡설수설형(25.3%), 동문서답형(20%), 임기응변형(18.5%), 독불장군형(15.3%), 허풍쟁이형(14%), 겸손소심형(6.4%)
- 디지털 인재
 - ✓ 지식과 정보(기본 조건)
 - ✓ 전달 능력(핵심 조건)
 - ✓ 면접 짧고 명확하게 발표하는 자세

발표의 준비 과정

- 늘 서서 발표하라
- 거울을 충분히 활용하라
- 긍정적으로 생각하라
- 적극적으로 발표 기회를 만들어라
- 원고를 활용하라
- 30cm의 공포를 극복하라
- 자신감을 키워라
- 무대를 인정하라
- 시각과 청각 밖에 감각을 활용하라

좋은 발표의 조건

➤ 진실성

➤ 간결성

➤ 적절성

발표의 이해

- 발표는 일이다
- 모두가 나만 바라본다
- 일방향 의사소통이다
- 특정한 주제이다
- 발표는 목적이 뚜렷하다
- 발표는 사후평가가 있다
- 카르페 디엠(carpe diem=enjoy the moment)

강의시간 발표하는 방법

- ① 손을 든다
- ② 앞으로 나간다
- ③ 인사를 한다
- ④ 말을 시작한다
- ⑤ 말을 할 수 있을 때까지 한다
- ⑥ 말을 끝낸다
- ⑦ 인사를 한다
- ⑧ 들어간다

발표의 일반적인 방법

- 짧고 명확하게 말하라
- 청중을 두려워 말고 무시하라
- 목소리를 만들어라-크고 분명하게
- 오디오와 비디오를 활용하라-연습
- 손 동작을 활용하라
- 당당한 태도, 자신감 있는 태도
- 첫 인사에 신경 써라-여유와 겸손
- 말하는 방법만 알면 말할 수 없는 것이 없다

듣기의 중요성

- 듣기는 정보를 받고, 지각하고, 주의 기울이며, 의미를 부여하고, 메시지에 반응하는 과정
- 선부른 판단을 유보하고 인내력이 있는 청취자가 될 것
- 자기중심적 단정을 피하라.
- 화자의 의도를 파악하라.
- 산만함을 피하라.

공감적 경청

1. 상대에게 심리적 일체감을 제공
2. 비언어적 단서에서 감정 파악
3. 집중적으로 듣기
4. 공감한 내용을 지지하는 자세로 재정리
5. 배려하는 태도
6. 성실한 자세
7. 내용을 줄여서 반복
8. 내용을 재정리
9. 감정을 반영
10. 공감적 경청의 적절성 파악

발표의 기술

- 시간이 약-연습, 익숙함
- 긍정적으로 생각
- 다른 사람은 나의 불안에 우호적-무관심
- 스스로를 존중-내용에 대한 확신, 사명감
- 불안감을 숨기지 말고, 긍정적으로 표현
- 불안감은 일시적인 현상
- 철저한 준비
- 징크스 형성

발표 잘하기

- 즐겨라
- 당당한 태도는 최고의 발표 기술
- 말할 내용 사전 준비
- 청중 파악
- 자연스럽게 - 모든 것을 조화롭게
- 목소리 조정-일반적30, 연단50 - 60
- 내용 - 간단
- 청중 1/3만 기억 - 3번 강조.
- 집중력 20분-분위기 전환 20분에 한번

Bertram-Cox 불안증 극복 체조

1. 심호흡을 천천히 여러 차례 반복한다.
2. 혀와 턱을 풀어준다.
3. 바른 자세를 유지한다.
4. 손과 손목의 힘을 빼고 풀어준다.
5. 어깨와 등을 똑바로 하고 앉은 다음 배를 당긴다.
6. 머리와 목에 힘을 빼고, 천천히 좌우로, 아래위로 돌린다.

글쓰기

➤ 주제 : 자기소개 원고 쓰기

✓ 제목은 광고 카피처럼 만들어서 쓸 것.

✓ 꼭 하고 싶은 말을 1문장으로 만들어서 포함할 것.

✓ 말하듯이 친근한 어투로 쓸 것.

마무리

- 발표에서 가장 중요한 것은 자신감
- 발표를 잘하려면 잘 들어야 한다.
- 발표를 하기 전에 원고를 만들어서 연습할 것.