



Toastmasters Sopot Leaders

www.toastmasters.pomorskie.pl

GRAMATYK

Rolą gramatyka jest zwracanie uwagi na język wypowiedzi osób występujących podczas spotkania. Jego zadaniem jest także przygotowanie słowa dnia (powinno być ciekawe lub nietypowe), przedstawienie go podczas opisu swojej funkcji, oraz wyłonienie (i ewentualne nagrodzenie) osoby która użyje go najwięcej razy w swojej wypowiedzi.

Dzięki tej funkcji:

- Rozwiniesz umiejętność skupienia, uważnego słuchania wypowiedzi, oraz dawania konstruktywnej informacji zwrotnej
- Poznasz ciekawe zwroty do wykorzystania we własnych przemówieniach
- Zyskasz świadomość własnego języka przy pisaniu jak i w trakcie wypowiedzi

Zwróć uwagę na :

metafory/przenośnie (kiedy obce znaczeniowo wyrazy są ze sobą składniowo zestawione, tworząc związek frazeologiczny o innym znaczeniu niż dosłowny sens wyrazów)

np. „podzielę się z wami wiadomością”, „złote serce”, „tracić/oszczędzać czas”, „rozmowa w cztery oczy”

porównania

np. „gorąco jak w piecu”, „kochaj mnie, jak zapalniczka płomień, jak sucha studnia wodę”, zakręcony jak bąk w tulipanie, uparty jak osioł, praca jest jak jazda na rowerze – staje się łatwa gdy nabierzesz tempa

Epitety, czyli wyrazy (przymiotniki, rzeczowniki lub imiesłowy) określające rzeczownik (uwydatniają jakąś cechę przedmiotu, nadają inny nieco odcień emocjonalny, określają stosunek wypowiadającego do danego przedmiotu albo zjawiska lub tylko służą ku ozdobie.)

np. „brzydkie kaczątko”, „słodki cukierek”, „niebezpieczny bandyta”, „tętniące myśli”, „zimna mogiła”, „srebrne gwiazdy”, „koralowe usta”, „najpiękniejsza w świecie”,

rzadkie i ciekawe słowa

np. utracjusz, egalitaryzm, dekadencja, ambiwalencja, degrengolada, konwenans, apodyktyczny, egzaltacja, holistyczny, bezpruderyjny, konfabulacja, anomalia, efemeryczny, nonkonformizm,

aforyzmy (złote myśli, maksymy, sentencje)

pytania retoryczne (takie na które nie oczekujemy odpowiedzi)

anafora (celowe powtórzenie tego samego słowa lub zwrotu na początku kolejnych segmentów wypowiedzi)

eufemizmy (zmiękczenia)

np jesień życia, trzeci wiek, zaawansowany wiek – zamiast – starość, mieć lepkie ręce – zamiast – kraść

wszelkiego rodzaju błędy:

- powtórzenia (zbyt częste wykorzystanie tego samego słowa (tej samej frazy) w wypowiedzi)
- błędy fleksyjne: niepoprawnie odmienione słowo (nie ten przypadek, co trzeba, zła końcówka)
- błędy frazeologiczne: niepoprawne odtworzenie stałego związku frazeologicznego (np. ktoś podrzucił świnie zamiast ktoś podłożył świnie)
- błędy składniowe: niepoprawne łączenie ze sobą zdań – brak związku między zdaniem, nielogiczne przejście
- slang, żargon zawodowy powinny być wyeliminowane z wystąpienia publicznego i zastąpione elegantszymi i zrozumiałymi dla szerszego grona słowami

Zwróć uwagę w pierwszej kolejności na mówców. Jeśli starczy czasu daj informację zwrotną pozostałym występującym. Pamiętaj o zasadzie kanapki (+co Ci się podobało, - co można zrobić lepiej/na co zwrócić uwagę, +zakończ pozytywnie) Postaraj się także doradzić w jaki sposób pracować nad obszarami do poprawy.



Toastmasters Sopot Leaders

www.toastmasters.pomorskie.pl

OCENIAJĄCY MOWĘ CIAŁA

Zadaniem oceniającego mowę ciała jest zwracanie uwagi na niewerbalne komunikaty wysyłane przez osoby znajdujące się na scenie. Gesty mogą znaczyć co innego w zależności od sytuacji, dlatego powinno się je rozpatrywać z uwzględnieniem kontekstu, w jakim zostały użyte. Pamiętaj, że mimika twarzy także zalicza się do mowy ciała.

Dzięki tej funkcji:

- Rozwiniesz umiejętność skupienia, uważnej obserwacji osoby podczas wypowiedzi, oraz dawania konstruktywnej informacji zwrotnej
- Poznasz nowe możliwości zastospwania gestów, które możesz wykorzystać we własnych przemówieniach
- Zyskasz świadomość własnego ciała trakcie wypowiedzi na scenie, jak i w życiu codziennym

Zwróć uwagę na:

Postawę ciała

- czy jest wyprostowana i pewna, czy przygarbiona lub odchylona do tyłu ? czy ciało mówcy jest luźne, czy spięte i sztywne ?
- czy mówca, jeśli akurat nie gestykuje, trzyma dłonie w pozycji tzw. „bazy” (dłonie złożone jedna na drugiej, zawieszona na wysokości pępka) – jeśli tak, czy dłoń spoczywa swobodnie na drugiej, czy może mówca kurczowo je ściska ?

Gestykulację

- Czy mówca używał gestykulacji ? Czy gesty wzbogaciły wypowiedź ?
- Np. wyliczanie na palcach, rozkładanie rąk okazując bezradność czy też zadając pytanie, dotykanie brody przy zastanawianiu się, „z jednej strony... z drugiej strony”, kiwanie głową na tak/nie

Mimika twarzy

- Czy twarz mówcy odzwierciedlała emocje towarzyszące przemówieniu ?
- np. zaniepokojenie, złość, radość, smutek, zaskoczenie, zdziwienie, ekscytację, dumę, powagę
- Czy mówca utrzymywał kontakt wzrokowy z publicznością ?

Ruch sceniczny

- Czy mówca poruszał się po scenie ? Czy przemieszczanie się miało wyraźny cel ?
- np. podejście do kogoś by zadać pytanie, zmiana miejsca wraz z przejściem do kolejnej części przemówienia, kotwiczenie (np. mówienie o plusach w jednym miejscu a minusach w drugim)

Wszelkiego rodzaju błędy:

- nogi skrzyżowane lub bardzo blisko siebie, ręce opuszczone swobodnie po bokach, trzymane za plecami lub zasłaniające krocz
- wskazywanie na kogoś palcem zamiast otwartą dłonią, nadmierna gestykulacja (gdy dłonie więcej pracują niż spoczywają), skubanie palców, nerwowe ściskanie i „bawienie się” przedmiotem w ręku,
- twarz „nieruchoma” przez całe przemówienie, uśmiechanie się w poważnych/smutnych momentach (dla odmiany poważna mina przy mówieniu żartu działa na +), spuszczenie wzroku/spoglądanie na sufit (szukanie myśli), oglądanie się za siebie na tablicę/prezentację gdy nie ma takiej potrzeby,
- stanie w jednym miejscu/ciągłe chodzenie przez całe przemówienie, bujanie się, stanie bokiem do/ignorowanie części widowni

Pamiętaj! Najważniejsza jest spójność z przekazem i celowość użycia mowy ciała, nie jej ilość. Wszystko zależy od charakteru przemówienia, jeżeli np. nie jest dynamiczne to ograniczenie gestów nie jest błędem.

Zwróć uwagę w pierwszej kolejności na mówców. Jeśli starczy czasu daj informację zwrotną pozostałym występującym. Pamiętaj o zasadzie kanapki (+co Ci się podobało, - co można zrobić lepiej/na co zwrócić uwagę, +zakończ pozytywnie) Postaraj się także doradzić w jaki sposób pracować nad obszarami do poprawy.



Toastmasters Sopot Leaders

www.toastmasters.pomorskie.pl

KONTROLER PŁYNNOŚCI MOWY

Zadaniem kontrolera płynności mowy jest zwracanie uwagi na wszystkie dźwięki, słowa i przerwy zakłócające płynność wypowiedzi mówcy. Gdy tak się stanie, powinien on użyć swojego narzędzia (grzechotki, dzwonka, cymbałków) by zasygnalizować ten fakt mówcy. Kolejnym aspektem przemówienia który ocenia kontroler, jest dostosowanie siły, wysokości, barwy i intonacji głosu do treści wypowiedzi.

Używanie sygnalizacji:

Projekt 1. (Ice breaker) - nie używamy sygnalizacji,

Projekty 2 do 5 - używamy o tyle, o ile nie przeszkadza to zbyt mówcy. Jeśli mówca się stresuje i gubi wątek, powinniśmy jej zaprzestać lub znacznie ją ograniczyć

Osoba zaliczająca projekt 6 i wyższe powinna zyskać świadomość i radzić sobie z rozpraszaniem - w tym przypadku używamy sygnalizacji za każdym razem.

Dzięki tej funkcji:

- Rozwiniesz umiejętność skupienia, uważnego słuchania wypowiedzi, oraz dawania konstruktywnej informacji zwrotnej
- Poznasz ciekawe sposoby użycia pauzy, intonacji, siły i wysokości głosu do wykorzystania we własnych przemówieniach
- Zyskasz świadomość własnej płynności w trakcie wypowiedzi

Zwróć uwagę na:

- Dźwięki namysłu (yyy, mmm, eee)
- Powtarzane słowa (słuchajcie, no i, tak?/nie?/ok? na końcu zdań)
- Niepotrzebne pauzy (gdy przerwanie wypowiedzi nie ma na celu zbudowania napięcia czy też podkreślenia czegoś ważnego, gdy mówca „postawi kropkę” w środku zdania)
- Przeciąganie głosek (iiii wtedy poszedł dooo domu / gdyyyy nic się nie chce, gdyyyy nie masz siły)

Docerń mówcę jeśli:

Stosuje pauzy

np. i wtedy, z za rogu wyskoczył wielki, przerażający (.....) królik. / Najważniejsza w wystąpieniach publicznych jest (....) publiczność. / Zapytała czy odciąłbym sobie dla niej rękę, a ja na to (.....) „co ?”

Dostosowuje siłę głosu (zarówno ją **podnosi** jak i **obniża** w celu wzmocnienia przekazu)

np. było słychać strzały, **gdy momentalnie zrobiło się bardzo, bardzo cicho** / i wtedy on do mnie – wyluzuj.

Wyluzuj, rozumiecie !? Oj, jasne że wyluzję.. / nigdy więcej nie umówię się z kobietą, **nigdy więcej z żadną nie porozmawiam, NIGDY NAWET SIĘ ZA ŻADNĄ NIE OBEJRZĘ.** / i wtedy powiedział mi na ucho: to tak naprawdę byłem ja. / jechali samochodem gdy nagle z tyłu coś **huknęło jakby piorun trzasnął**

Zmienia intonację

np. **nie tylko** pokazał co zrobi, **nie tylko** to zrobił, **lecz także** nauczył tego innych / nie mieli na to pieniędzy - **mało tego** - **nie wiedzieli nawet** gdzie to kupić / nie dość że **taka piękna**, to jeszcze **taka mądra**

Dostosowuje tempo wypowiedzi (np. przyspiesza by okazać ekscytację, zwalnia by coś wytłumaczyć/podkreślić)

Zmienia ton i barwę głosu (np. w celu naśladowania innych postaci)

Zwróć uwagę w pierwszej kolejności na mówców. Jeśli starczy czasu daj informację zwrotną pozostałym występującym. Pamiętaj o zasadzie kanapki (+co Ci się podobało, - co można zrobić lepiej/na co zwrócić uwagę, +zakończ pozytywnie) Postaraj się także doradzić w jaki sposób pracować nad obszarami do poprawy.



Toastmasters Sopot Leaders

www.toastmasters.pomorskie.pl

CHRONOMETRAŻYSTA

Zadaniem chronometrażysty jest kontrolowanie czasu trwania wystąpień mówców, oceniających, jak i poszczególnych segmentów spotkania takich jak dyskusje czy gorące pytania. Sygnalizuje ile czasu zostało do końca wypowiedzi za pomocą kolorowych kartek – zielonej, żółtej i czerwonej, gdzie czerwona zawsze oznacza koniec czasu. To od niego zależy, czy spotkanie przebiegnie zgodnie z ustalonymi ramami czasowymi.

Używanie sygnalizacji:

Przy projektach z podręcznika podstawowego (CC) i gorących pytaniach zasady są proste:

Ice breaker (1. Projekt), czas 4-6 minut, 4m – zielona kartka, 5m żółta, 6m czerwona

Projekty 2-9, czas 5-7 minut, 5m – zielona kartka, 6m żółta, 7m czerwona

Projekt 10, czas 8-10 minut, 8m – zielona kartka, 9m żółta, 10m czerwona

Gorące pytanie, czas 2 minuty, 1m – zielona kartka, 1m30s żółta, 2m czerwona

Przy pozostałych projektach lub poszczególnych segmentach spotkania należy skonsultować się z mówcą/osobą prowadzącą i ustalić w którym momencie dać odpowiedni sygnał. Upewnij się że występujący widzi sygnał i trzymaj czerwoną kartkę w górze tak długo, aż osoba która przekroczyła czas skończy wypowiedź.

Zwróć uwagę:

- Czy spotkanie zaczęło się i skończyło o czasie ?
- Czy poszczególne elementy trwały tyle ile zaplanowano w agendzie, jeśli nie, co na to wpłynęło ?
- Czy mówcy osiągnęli czas minimalny swojej wypowiedzi lub go przekroczyli ?

Pamiętaj!

Rola choć technicznie nie jest zbyt wymagająca, zobowiązuje do skupienia i skrupulatności.

Łatwo się zaśluchać w ciekawym przemówieniu i zapomnieć zasygnalizować upływ czasu, lub co gorsza, nie włączyć stopera.

Czas wypowiedzi zaczynamy liczyć od momentu wypowiedzenia pierwszego słowa przez osobę występującą.

Zwróć uwagę w pierwszej kolejności na mówców. Jeśli starczy czasu daj informację zwrotną pozostałym występującym. Pamiętaj o zasadzie kanapki (+co Ci się podobało, - co można zrobić lepiej/na co zwrócić uwagę, +zakończ pozytywnie) Postaraj się także doradzić w jaki sposób pracować nad obszarami do poprawy.



Toastmasters Sopot Leaders

www.toastmasters.pomorskie.pl

Zwróć uwagę w pierwszej kolejności na mówców. Jeśli starczy czasu daj informację zwrotną pozostałym występującym. Pamiętaj o zasadzie kanapki (+co Ci się podobało, - co można zrobić lepiej/na co zwrócić uwagę, +zakończ pozytywnie) Postaraj się także doradzić w jaki sposób pracować nad obszarami do poprawy.