

## 8. Nauč sa pohodlne využívať vizuálne pomôcky

**Zhrnutie:** Vizuálne pomôcky pomáhajú publiku pochopiť a zapamätať si, čo počujú; pre rečníka predstavujú cenný nástroj. Najpopulárnejšími vizuálnymi pomôckami sú počítačové prezentácie, priesvitné premietacie fólie, flip-chart, biela tabuľa a rekvizity.

Typ vhodnej vizuálnej pomôcky závisí od viacerých faktorov, vrátane veľkosti publika a samozrejme informácie, ktorú chceš zobraziť. Vhodne vyber zobrazovaný materiál v súvislosti s tvojou témou a tiež podľa toho, pre aké publikum pripravuješ prejav. Vizuálna prezentácia by sa mala zobrazovať bezchybne, pomôcky používaj s ľahkosťou a sebaistotou.

**Ciele:**

**Časový limit:** 5-7 minút

- Vyber si vizuálne pomôcky, ktoré sú vhodné pre tvoje poslanstvo a typ publika.
- Používaj vizuálne pomôcky správne, s jednoduchosťou a sebadôverou.

V projektoch číslo 2 a 7 sa spomínajú vizuálne pomôcky ako jeden z podporných materiálov pre prezentáciu. Keďže ľudia si najlepšie pamätajú, keď zároveň vidia a počujú, vizuálne pomôcky predstavujú pre rečníka silný nástroj.

Ponúkajú týchto päť výhod:

### 1. Zvyšujú pochopiteľnosť.

Žijeme vo vizuálnej dobe. Väčšina z toho, čo sa učíme, je prijímané cez naše oči – nie uši. Vizuálne pomôcky pomáhajú odovzdať poslanstvo najvhodnejším spôsobom pre naše chápanie.

### 2. Šetria čas.

Myšlienka prezentovaná vizuálne je prijímaná a spracovaná mozgom rýchlejšie ako informácie podané ústne. Vďaka vizuálnym pomôckam sú ľudia schopní rýchlo pochopiť komplexné alebo abstraktné myšlienky.

### 3. Uľahčujú zapamätanie si.

Ľudia si po jednom týždni v priemere zapamätajú len 10% z informácii, ktoré im boli zdelené ústne. Avšak sú schopní si zapamätať až 2/3 z toho, čo počuli a zároveň videli.

### 4. Podporujú vnímavosť.

Ľudia premýšľajú rýchlejšie ako rozprávajú, preto počas prezentácie často strácajú koncentráciu. Vizuálne pomôcky im pomáhajú, aby sa sústredili na tvoje myšlienky; tiež do tvojej prezentácie pridávajú rozmanitosť a zaujímavé prvky.

### 5. Pomáhajú kontrolovať nervozitu.

Používanie vizuálnych pomôcok ti pomáha zamerať sa na účelné pohyby, ktoré umožňujú tvojmu telu spracovať nervozitu bez toho, aby si rušil publikum.

### Výber správnych vizuálnych pomôcok

Medzi najrozšírenejšie vizuálne pomôcky patria počítačové prezentácie, priesvitné premietacie fólie, flip chart, biela tabuľa a rekvizity. Výber vizuálnej pomôcky pre tvoju reč závisí od niekoľkých faktorov, vrátane týchto:

- Informácie, ktoré chceš publiku sprostredkovať.
- Veľkosť publika.
- Vybavenie, ktoré máš dostupné.
- Koľko máš času na prípravu vizuálnej prezentácie.

- Množstvo peňazí, ktoré môžeš použiť.

### Počítačové prezentácie

Technológia pre počítačové prezentácie sa vyvíja veľmi rýchlo. Použitím notebooku, prezentačného softvéru, obrazovky a správneho vybavenia si schopný vytvoriť a zobrazit' tému dramatickými vizuálnymi pomôckami vrátane animácie a simulácie. Počítačové prezentácie sa stávajú štandardom pre väčšinu prezentácií. Môžu byť použité pri veľkom ale aj malom publiku a sú schopné sprostredkovať jednoduché no aj komplexné informácie. Ak použiješ diaľkové ovládanie, môžeš sa voľne pohybovať po miestnosti. Avšak takéto vybavenie je väčšinou drahé na kúpu alebo na prenájom a značne citlivé ako väčšina elektronických zariadení. Naplánuj si dostatok času na vytvorenie prezentácie. Uisti sa, že jednotlivé elektronické komponenty spolu fungujú a tiež venuj čas odskúšaniam práce s nimi. Priprav si plán B v prípade technických problémov, ktoré by sa mohli vyskytnúť počas prezentácie.

### Priesvitné fólie pre klasické projektory

Nie sú až tak technicky vyspelé ako počítačové prezentácie, tiež sa s nimi pracuje menej obratne. Napriek tomu sa priesvitné fólie pre klasické projektory výborne hodia pre malé publikum a sú tiež lacné na výrobu. Jediné, čo je potrebné pre ich používanie, je klasický projektor a premietacie plátno. Mnohé konferenčné a prezentačné priestory sú takto vybavené a dostupné za malý poplatok. Tieto priesvitné fólie sa ľahko vyrábajú na počítači a dajú sa vytlačiť na laserovej tlačiarňi alebo kopírke. Na fólie je možné písať alebo používať farebné fixy popri prezentácii.

### Flipchart

Flipchart sa používa pri tréningoch malých skupín, pri krátkych poradách alebo pri brainstormingu. Je to skvelý nástroj na zaznamenávanie reakcií publika, ale môžu byť použité aj na zobrazovanie informácií. Môžeš si dopredu pripraviť jednotlivé stránky flipchartu, tiež máš možnosť pridávať ďalšie informácie v priebehu tvojej reči. Používaj každú druhú alebo tretiu stránku, aby nedochádzalo k pretlačeniu farieb pri používaní fixiek a iných farebných pasteliek. Počas samotnej prezentácie máš možnosť odtrhnúť jednotlivé stránky a prilepiť ich na stenu, aby boli viditeľné.

### Biele tabule

Tieto sú dostupné v mnohých konferenčných miestnostiach. Sú užitočné pre malé publikum, umožňujú zobrazovať jednoduché zoznamy, grafy a diagramy, tiež pomáhajú zaznamenávať reakcie publika. Avšak, vyžadujú dôkladné vyčistenie pred každým použitím a neumožňujú zachovať zobrazovaný materiál na tabuli - iba v prípade, že ho prepíšeš do počítača alebo na papier.

### Rekvizity

Rekvizita je objekt, ktorý napomáha tvojej reči. Môže to byť kniha, lopta, nástroj, model, alebo akýkoľvek iný predmet, ktorý ti pomôže vysvetliť tvoje myšlienky a umožní publiku lepšie pochopiť tvoju hlavnú ideu. Je dobré mať stôl, na ktorý môžeš takúto rekvizitu položiť, keď ju nepoužívaš. Popríklad môžeš použiť prikrývku, ktorou rekvizitu zahališ, až kým ju znova nebudeš potrebovať.

### Kedy ich používať

Vizuálne pomôcky majú za účel doplniť prezentáciu, nie ju nahradiť. Grafy, diagramy, tabuľky, modely, obrázky a vytlačené slová môžu stimulovať publikum a zvýšiť ich schopnosť zapamätať si tvoju prezentáciu. Nepotrebuješ však vizuálnu pomôcku pre každú vetu, ktorú povieš ani pre každú myšlienku, ktorú prezentuješ. Ak zdôrazniš všetko, potom nič nevyznie dôležite! Mal by si ich používať iba na:

- **Zvýraznenie hlavného bodu.** Vizuálna pomôcka publiku hovorí o dôležitosti práve povedaného - je to niečo, čo by si mali zapamätať.
- **Zvýšenie pochopenia, resp. zapamätania komplexného materiálu.** Vizuálne pomôcky pomáhajú publiku pochopiť veci ako sú vzťahy, konštrukcie a štatistiky.
- **Ušetrenie času.** Niekedy je tá istá myšlienka odkomunikovaná rýchlejšie a lepšie vizuálne než verbálne.

Niektorí ľudia používajú vizuálne pomôcky ako rekvizity, spoliehajú sa ne ako na svoje poznámky. Vizuálne pomôcky nenahradzujú samotnú prípravu. Je nevyhnutné aby si bol dôkladne pripravený na svoju prezentáciu, aby si ju dokázal odprezentovať aj bez vizuálnych pomôcok.

### Odporúčania pre používanie vizuálnych pomôcok

Aby boli efektívne, myšlienky vyjadrené vizuálne by mali byť jednoduché na pochopenie a čítanie, tiež príjemné na pohľad. Bez ohľadu na druh vizuálnych pomôcok, ktoré používaš, zväz tieto odporúčania:

- **Urob ich dobre viditeľné.** Každý v miestnosti musí byť schopný vidieť *tvoju vizuálnu pomôcku*. Používaj najväčšiu možnú veľkosť písma - ako veľké, tak aj malé písmo. Využi priestor medzi textom, aby si ho zvýraznil.
- **Pre každú myšlienku alebo pointu použi samostatný vizuál.** Keď použiješ viacej myšlienok alebo bodov pri jednom obraze, publikum bude rozptýlené.
- **Používaj maximálne 6 riadkov textu a maximálne 6 slov pre riadok pre jeden vizuál.** Toto zabezpečí, že text bude dostatočne čitateľný pre tvoje publikum.
- **Urob ich čo najjednoduchšie.** Vyhni sa používaniu zbytočných animácií a obrázkov, ktoré by rozptyľovali publikum. Tvoji poslucháči by mali byť schopní rýchlo pochopiť hlavnú pointu daného obrazu.
- **Farby používaj opatrne.** Farby zvyšujú záujem a zlepšujú zapamätateľnosť prezentácie. Používaj farby ktoré zvyšujú čitateľnosť. Napríklad čierne písmo na tmavo modrom podklade je ťažko čitateľné. Vyhni sa používaniu priveľa farieb; stačia dve alebo tri.
- **Urob ich konzistentné.** Snaž sa používať rovnaké alebo podobné elementy ako fonty, farby a/alebo obrázky. Týmto zabezpečíš, že budú prehľadnejšie a príjemnejšie na pohľad.
- **Používaj rôzne druhy vizuálnych pomôcok.** Skontroluj všetky svoje pripravené vizuálne prezentácie pre prípadne gramatické a pravopisné chyby. Ak používaš grafy, diagramy alebo tabuľky, uisti sa, že sú správne označené - aby publikum vedelo čo znamenajú.

### Vizuálne pomôcky – ďalšie tipy

Úspešné používanie vizuálnych pomôcok si vyžaduje prax. Ak ich zobrazíš priskoro, alebo neskoro, znížiš tým ich účinok. Môžeš sa inšpirovať týmito odporúčaniami:

**1. Zobraz svoj vizuál v momente, keď o ňom chceš začať rozprávať.** Tvoje publikum sa naň pozrie, keď ho zobrazíš. Odmlč sa na moment, tým dáš poslucháčom čas, aby pochopili pointu, potom začni o danom obraze rozprávať.

**2. Udržuj si očný kontakt s publikom pri prezentácii vizuálu.** Nerozprávaj otočený k flipchartu alebo premietaciemu plátnu, ani z nich nečítaj.

**3. Zobrazuj dostatočne dlho.** Ukáž daný vizuál tak dlho, kým neobjasníš pointu, ktorú vyjadruje – až potom ho odstráň. V prípade, že používaš klasické priesvitné fólie na projektore, vyhni sa prázdny miestam pri výmene fólii. Použi čierne alebo matné medzi tvojimi prezentovanými fóliami. Nezobrazuj daný vizuál, ak o ňom už nerozprávaš a prešiel si už na iný bod reči.

**4. Nezakrývaj výhľad na vizuál.** Celé publikum musí byť schopné vidieť tvoju prezentáciu. V prípade, že premietaš na stenu alebo používaš flipchart, postav sa naľavo. Ak chceš na niečo čo je na plátne alebo flipcharte zobrazené použi svoju ľavú ruku, poprípade ukazovadlo. Ak držíš predmet alebo rekvizitu, drž ju naľavo, alebo napravo od svojho tela.

**5. Nepíš zároveň, keď rozprávaš.** Ak práve píšeš na flipchart alebo priesvitnú fóliu, počas tohto nerozprávaj. Keď dopíšeš, otoč sa späť k publiku a pokračuj v reči.

**6. Zobraz správny vizuál.** Ak zabudneš časť svojej prezentácie, predstavovaného materiálu v danej sekvencii, môžeš nechcane zobraziť nesprávny vizuál. Ak je to možné, pred tým ako ho zobrazíš, skontroluj si, či nasleduje ten správny.

**7. Maj ich pripravené.** Pred samotnou prezentáciou skontroluj, že publikum bude mať dostatočne dobrý výhľad na tvoje vizuálne pomôcky. Umiestni ich tak, aby boli pripravené na použitie. Znovu prekontroluj elektronické vybavenie, aby si sa uistil, že správne funguje.

**8. Precvič si samotnú prezentáciu.** Urob dostatočne veľa skúšok so svojimi vizuálnymi pomôckami, aby si ich vedel používať plynulo a sebavedomo.

### Priprav si záložný plán

Ak používaš počítačovú prezentáciu alebo projektor, popr. iné elektronické zariadenia, buď pripravený na technické problémy. Ak sa niečo pokazí, pokračuj vo svojom prejave a nestrácaj čas publika snahou vymeniť pokazenú žiarovku v projektore alebo zmenou káblov. Ak je to vhodné alebo potrebné, maj pre tvoje publikum pripravené papierové kópie svojich vizuálov.

### Tvoja úloha

Tento projekt je zameraný na vizuálne pomôcky. Tvojou úlohou je:

- Vybrať si tému svojej prezentácie, ktorá umožní použitie dvoch alebo viacerých vizuálnych pomôcok.
- Vyber si vizuálne pomôcky vhodné pre tvoju reč a publikum.
- Používaj vizuálne pomôcky správne, s ľahkosťou a sebavedomo.

Aplikuj všetky znalosti a postupy, ktoré si sa naučil v predchádzajúcich projektoch. Hlavne sa zameraj na účel tvojej prezentácie, štruktúru, používanie slov, reč tela, hlasovú rozmanitosť a prieskum zdrojov. Taktiež zapracuj odporúčania ktoré si dostal od svojich hodnotiteľov v predchádzajúcich projektoch. Znovu si pri príprave svojej prezentácie prejdí *Rečníkov kontrolný zoznam* v projekte číslo 1.

## Príručka pre hodnotenie projektu

# Nauč sa pohodlne využívať vizuálne pomôcky

Názov \_\_\_\_\_

Hodnotiteľ \_\_\_\_\_ Dátum \_\_\_\_\_

**Poznámka pre hodnotiteľa:** Rečník má odprezentovať reč, v ktorej použije dve a viacej vizuálnych pomôcok. Vizuálne pomôcky, ktoré použije, by mali byť vhodné pre danú reč a publikum. Vizuály by mali byť zobrazované bezchybne a prezentované s ľahkosťou a sebadôverou. Rečník by mal použiť všetko, čo sa naučil v predchádzajúcich projektoch - hlavne účel prezentácie, štruktúru, používanie slov, reč tela a hlasovú rozmanitosť. Rečník by mal taktiež zakomponovať odporúčania, ktoré dostal v predchádzajúcich rečiach a mal by aj dôkladne preskúmať tému svojej prezentácie. Prosím vyplň toto hodnotenie, tým že skontroluješ každú jednu časť. V oddieli, kde to uznáš za vhodné, pridaj aj komentár, či už to je pochvala za veľmi dobre zvládnutú časť prezentácie alebo konkrétne odporúčania na zlepšenie.

- Boli použité vizuálne pomôcky vhodné pre danú prezentáciu? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Pomohla ti každá vizuálna pomôcka pochopiť myšlienky, ktoré rečník prezentoval? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Bola každá vizuálna pomôcka dostatočne viditeľná? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Ak boli použité počítačové prezentácie alebo priesvitné fólie, bola každá z nich dobre čitateľná? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Používal rečník svoje vizuálne pomôcky plynulo a so sebadôverou? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Aký jasný bol rečníkov účel prezentácie? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Používal rečník reč tela, aby posilnil svoju prezentáciu? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Boli rečníkom použité slová vhodné a efektívne? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Bola jeho reč dostatočne dobre pripravená po stránke výskumu témy? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Čo môže rečník zlepšiť, aby bola jeho prezentácia nabudúce ešte efektívnejšia? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť
- Čo sa ti najviac páčilo na jeho prezentácii? Výborne / Dostatočne / Môže sa zlepšiť