

# MODUL VZDĚLÁVACÍCH AKTIVIT PRO Ph.D. STUDENTY, AKADEMICKÉ A VÝZKUMNÉ PRACOVNÍKY UP



## Kurz prezentačních dovedností

PhDr. Ondřej Bláha, Ph.D.

13. dubna 2021



# Struktura kurzu

Úvodem

1. Příprava prezentace

2. Před vystoupením

3. Kompozice vystoupení

4. Neverbální a paraverbální stránka vystoupení

5. Jazyk

Závěrem



# 1. Příprava prezentace

Vytvořte přesnou tematickou strukturu vystoupení, např. v pěti bodech.

- ▶ ukázat a komentovat hned v úvodu
- ▶ každý oddíl přesně načasovat
- ▶ spíše redukovat to, co byste jako odborníci mohli posluchačům říct



Zjistěte, kolik slidů potřebujete k vystoupení o určité dané délce (na 5 minut, na 15 minut, na hodinu...).

- málo textu na slidech – to podstatné je ve vašem projevu
- oči řečníka nejsou poutány textem v prezentaci



Mírně nadhodnoťte předpokládané znalosti posluchačů.

- máloco dovede publikum odradit tak, jako podceňování jeho vědomostí a schopností



Ukázka 1: Martin Hilský, literární historik a  
vysokoškolský pedagog (od 6. minuty)

<https://www.youtube.com/watch?v=M2jDpx2ynDo>



## 2. Před vystoupením

Udělejte si před vystoupením „generální zkoušku“.

- kamarádi, rodina
- základní představy o reakci posluchačů, o načasování
- paměť: podstatné části výkonu zůstávají fixovány už po „generální zkoušce“



Podle možností procvičujte hlasité čtení, příp. z paměti reprodukuje přečtený nebo slyšený text.

➤ cesta ke zdokonalení dikce (zřetelné artikulace a správného ovládnání hlasu) a elokuce (schopnosti souvisle mluvit)







Kontrolujte dech (před vystoupením i během něj),  
dýchejte pravidelně, zhluboka a pomalu.

- ▶ před vystoupením nádech (zhruba 5 sekund),  
výdech (5 sekund) – asi tři minuty, aktivizace  
parasymptického nervstva, snížení tepové  
frekvence a krevního tlaku, zklidnění
- ▶ během vystoupení pravidelné, hluboké a pomalé  
dýchání = přirozené tempo projevu a kladení pauz,  
udržování stejné síly hlasu



Najezte se (lehce posvačte) asi půl hodiny před řečnickým výkonem.

- hladový řečník = řečník ve fyzické krizi
- fyzická krize přerůstá v duševní



Aktivizujte řečové centrum ve svém mozku – bezprostředně před vystoupením konverzujte cizím jazykem (o čemkoli) s kolegou, spolužákem, kamarádem.



Tréma je dvojího typu – mobilizující a destruktivní.

➤ pouze té druhé je nutno čelit



Předpoklad: publikum je tvořeno vesměs takovými lidmi, jako jsem já.

- ▶ vkusnými prostředky získat jeho přízeň
- ▶ společná zkušenost, společné hodnoty, společné cíle



Věřte, že právě i ve své nedokonalosti může člověk působit sympaticky.

- dokonalost provokuje
- „roboti“ nebývají příliš oblíbení



Najděte si mezi posluchači „spojence“.

- ▶ třeba i neznámí lidé s příjemnou tváří (tři, čtyři, pět)
- ▶ přednášet „pro ně“
- ▶ maximální délka pohledu na konkrétního spojence:  
3 sekundy, spíš méně



Pokud je to možné, vyvětrejte místnost, ve které budete prezentovat.

- ▶ aktivizace vašich „spojenců“ v publiku i vás jako řečníků, a vůbec všech přítomných
- ▶ opačný případ: vyšší teplota, nižší stupeň aktivity publika, rozčarování řečníka z toho, že mu není věnována dostatečná pozornost





Zabraňte tomu, aby byla zatemňována místnost, ve které budete prezentovat.

- ▶ nedopustit, aby publikum usínalo
- ▶ dataprojektor zvládne promítnout prezentaci i při běžném denním osvětlení



Samozřejmá věc: voda nebo jiný nápoj k pití během prezentace.

- ▶ kromě osvěžení a svlažení hlasivek – napití se jako opakovaný rituál s potenciálem uklidňovat



Ukázka 2: Lenka Bradáčová, právnička a vrchní státní zástupkyně

➤ [https://www.youtube.com/watch?v=kmQUhou2\\_Ns](https://www.youtube.com/watch?v=kmQUhou2_Ns)



## 3. Kompozice vystoupení

Při vystoupení stůjte nebo volně přecházejte v „řečništi“, nikdy si neseďte.

- pohyb přispěje ke snížení nervozity, k prokrvení mozku
- posluchači vás opakovaně „zaměřují“ v prostoru, udrží pozornost déle



Nemějte v ruce papír (ani nic papírového nebo papíru podobného).



Paradox, záhada, nečekaný poznatek na úvod.

- ▶ zaujme posluchače
- ▶ udělí pohyb dalšímu výkladu



V projevu/prezentaci dělejte po obsahových celcích menší přestávky (zhruba 10 sekund).

- ▶ odpočine si nejen řečník, ale také posluchač



Příliš pomalé nebo příliš rychlé tempo projevu posluchače unavuje.

- ▶ tempo promluvy je vhodné střídat = paralela s dlouhou jízdou po dálnici
- ▶ důležité obsahy sdělujte pomaleji, méně důležité části promluvy realizujte rychleji
- ▶ počáteční věty projevu je vhodné vyslovit pomaleji





Zapojte – podle povahy tématu – do projevu/prezentace příběh (třeba i „mini“).

- člověk je z podstaty tvor „příběhový“



Dialogizace jako cesta k oživení projevu.

➤ otázky do publika, „diskusní intermezzo“



Osobní zkušenost jako deviza.

- proč je toto téma pro mě důležité
- co jsem zažil(a) během práci na tématu





Humor osvěžuje kohokoli a cokoli.

- vhodně zařazený aforismus
- pozor: vtipy nemusejí vyjít
- ideální, ale nenaplánovatelné: humor situační, zvládnutí nenadálé situace (problémy s technikou, složitá otázka)
- mírná sebeironie jako plus




Nenadálá situace I: výpadek paměti? Improvizujte dílčí rekapitulaci problematiky.

- shrňte svými slovy, co je na aktuálním slidu, a propojte tato fakta s tím, co předcházelo
- během zhruba 10–20 sekund se vaše paměť s velkou pravděpodobností zase „nahodí“




Nenadálá situace II: nepříjemné otázky?  
Nepříjemné reakce? Usilujte o to, aby na vás nebylo znát ani rozčilení, ani strach.

- ▶ jakákoli negativní hnutí v náladě řečníka obvykle nenacházejí pozitivní odezvu v publiku



Diskuse po vystoupení: nesouhlas, polemika?  
Argumentace založená na faktech – přes svůj  
zásadní význam ve světě vědy – ke konsenzu nemusí  
sama o sobě stačit.

- ▶ ne každý je schopen veřejně uznat, že se mýlil  
(nebo že něco nevěděl)
- ▶ reakci na nesouhlas otevřete pečlivou  
rekapitulací toho, v čem se vy a oponent shodujete



Fakta, která mohou posluchače přivést ke změně/úpravě názoru, předložte „měkce“.

- ▶ umožněte oponentům vytvořit si názory samostatně
- ▶ každý má právo na vývoj





Diskusi nejlépe rozproudíte překvapivým (ale podloženým) faktem na závěr příspěvku.

- ▶ je protějškem „startovního“ paradoxu ze začátku prezentace
- ▶ funguje lépe než prostá výzva „teď je tu prostor na případné dotazy“



Ukázka 3: Tereza Bělecká, japanistka a  
vysokoškolská pedagožka



<https://www.youtube.com/watch?v=FawYR8a-0js>



## 4. Neverbální a paraverbální stránka projevu

Kdo sám hoří, může pro věc zapálit i jiné.

- mimika, gesta, posturika jako vedlejší sdělení
- proč mě téma zajímá, jak s ním sám/sama souvisím, co přináší do mého i do vašeho života
- přiměřená energičnost (možná i vkusná emocionálnost) projevu aktivizuje pozornost posluchačů



Neverbální signály, jako je přiměřená mimika a gestikulace, přispívají k udržování pozornosti posluchačů a k dynamizaci projevu. Využijte prostoru, který máte.

- ▶ nácvik před zrcadlem – mírnit příliš nápadnou gestikulaci (v případě potřeby prostě nenásilně sepnout ruce)
- ▶ nápadně stereotypní pohyby těla rozptylují pozornost



Přiměřená mimika zlidštuje řečníka.

- nebát se projevit určité pozitivní emoce (zaujetí tématem = v podstatě samozřejmé)
- úsměv příznivě „zředuje“ neurčitou nebo dokonce napjatou atmosféru



Pauza podtrhuje důležitost právě vyřčeného.

- sílu hlasu přizpůsobujte prostředí, ve kterém vystupujete, a také tomu, ke komu hovoříte
- tichý hlas = posluchač má dojem, že si řečník nedůvěřuje
- příliš silný hlas = dojem útočnosti, bez ohledu na obsah sdělení



Využívejte vhodně větné intonace (melodie).

- ▶ výška hlasu stoupá = otázka, nerozhodnost, problematičnost, pochybnost o něčem
- ▶ výška hlasu klesá = rozhodnost, konečnost určitého stanoviska



Posluchač snadněji vnímá text, který je zřetelně rozčleněn na promluvové úseky.

► správné položení pauzy ve větě = srozumitelnější a jednoznačnější projev





Výslovnost je to nejnápadnější z hlediska posluchače, ale to nejméně nápadné z hlediska řečníka.

► málo kultivovaná výslovnost může být chápána jako podceňování publika nebo přímo jako znevažování tématu



Ukázka 4: Petr Slavíček, fyzikální chemik a  
vysokoškolský pedagog

[https://www.youtube.com/watch?v=keJbMu2SRnk  
&list=PL4hnbqNUUmgSqBzuCSdUipCb9UAAIcWza&in  
dex=4](https://www.youtube.com/watch?v=keJbMu2SRnk&list=PL4hnbqNUUmgSqBzuCSdUipCb9UAAIcWza&index=4)



## 5. Jazyk

Užívejte především spisovnou češtinu – ovšem i omezené množství nespisovných prostředků může mít v některých řečnických projevech své opodstatnění (funkční zdůvodnění).




Srovnávejte své jazykové povědomí s kolektivním územ, který je zachycen v kodifikačních příručkách.

► *Internetová jazyková příručka* jako hodnověrný a praktický zdroj informací: <https://prirucka.ujc.cas.cz/>



Aby člověk mohl tvořit dobré texty, musí dobré texty číst nebo poslouchat.





Opakujte slova nebo věty nejen pro zdůraznění významu, ale také proto, aby posluchači mohli váš projev lépe pochopit.





Šetřete zkratkami a zkratkovými slovy – i v psané prezentaci.







Přejímky (cizí slova) užívejte opatrně – důležité je funkční hledisko, termíny je třeba ihned vykládat.





Psané texty se z podstaty liší od mluvených, nejvíce v syntaxi.

- ▶ syntax mluvených projevů musí být nutně jednodušší
- ▶ příliš komplikované věty (čtené/naučené projevy!) mohou také odvádět pozornost posluchačů od obsahu sdělení



Jazyk těsně souvisí s myšlením: uspořádané myšlenky, promyšlená „architektura“ prezentace = syntaktická uspořádanost, srozumitelnost.



Hlavní myšlenka je zpravidla obsažena v hlavní větě –  
ne ve větě vedlejší, popř. ve vsuvce.



Používejte střídavě krátké a dlouhé věty.

- ▶ krátké věty = v malém množství dynamizují projev, ve větším ho dělají monotónním
- ▶ dlouhé věty (a souvětí) = komplexní informace, ale větší nároky na pochopení



Slovosled můžete měnit a tím klást důraz jednou na to, podruhé na ono slovo, resp. na část věty.

► novou informaci očekává posluchač na konci věty



Nehromadte vedle sebe mnoho slov ve stejném tvaru.

➤ nepůsobí dobře např. genitivní a instrumentální řetězce nebo shluky podstatných jmen slovesných



Užívejte co možná nejvíc činný rod, vyhýbejte se trpnému.



Snažte se užívat co nejvíc sloves v určitém (finitním) tvaru.





# Děkuji za pozornost.

Tento seminář je realizován v rámci projektu OPVVV - Zkvalitnění schémat  
Doktorské studentské grantové soutěže a jejich pilotní implementace,  
CZ.02.2.69/0.0/19\_073/0016713.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY