

NEKAJ MALEGA O ...

O TEM, ZAKAJ JE PREMOR KRALJ GOVORNIŠKIH SREDSTEV

Trenerji, predavatelji, govorniki, prezentatorji, »sestankovalci« pogosto govorimo prehitro in brez ustreznih premorov, včasih zaradi treme, še večkrat pa zato, ker menimo, da bomo tako pridobili in ohranjali pozornost poslušalcev ter da smo na ta način bolj strokovni, kompetentni in prepričljivi. Resnica pa je ravno obratna.

Za učinkovite govore in prezentacije je pomembno, da:

- se zavedamo pomena in moči premorov,
- ozavestimo, kako jih uporabljamo, in
- jih vadimo.

Strokovnjaki za nastopanje v javnosti in komunikacijo opozarjajo, da je premor močno govorniško sredstvo. Premori so pomembni zaradi več razlogov:

- Za učinkovit govor ali prezentacijo (na katero koli temo) je pomembno, da imajo poslušalci čas razmisliti o tem, kar smo povedali, stvari povezati, poiskati svoje izkušnje in primere ter se pripraviti na besede, ki bodo sledile. Premori omogočajo refleksijo in izboljšujejo razumevanje.
- Za prepričljivost govora ali prezentacije je pogosto bolj kot sama vsebina pomemben način, kako govorimo (telo, glas).
- Dolg premor pred govorom ali prezentacijo in po zadnjih besedah pritegne pozornost občinstva (takšen premor je gotovo bolj učinkovit kot govorjenje, preden se poslušalci umirijo, ter kot hiter zaključek in morda še »beg« z odra) in sporoča, da imamo stvari pod nadzorom, da smo kompetentni in samozavestni.
- Tudi dolgi premori med govorom ali prezentacijo (npr. pred novimi podatki, pred presenetljivimi podatki, pred zaključkom, za vprašanjem, pred ponovitvijo dela povedi ali povedi, pred retoričnim odgovorom itd.) ali premori v povedi sami (t. i. dramatični premor) pritegnejo pozornost.
- Premori povečajo moč stopnjevanja.
- Premori povečajo moč poudarka.

Po drugi strani **so premori koristni tudi za govornika** – tako ima namreč čas:

1. pomisliti (poiskati kakšno besedo ali naslednjo misel),
2. preveriti odziv in razpoloženje občinstva (kalibriranje),
3. besede podkrepiti z nebesedno govorico (kretnje, pogled, mimika)
4. ali pa le globoko vdihniti (kadar ga daje trema).

Zapomnimo si:

- da se zdi premor govorniku daljši kakor njegovim poslušalcem,
- da s (pre)hitrim govorjenjem brez premorov ne bomo pridobili toliko sekund ali minut, da bi o temi povedali vse, kar vemo,
- da občinstvo krajših premorov, ki jih naredimo, ne razume kot znak, da smo se izgubili,
- da premori in obotavljanja kažejo, da govornik razmišlja in izbira besede, to pa je znak, da se govora ni naučil na pamet, ampak da pravkar prevaja misli v besede,
- da lahko daljši premori, ki zagotovo pritegnejo pozornost občinstva, trajajo od 5 do 7 sekund,
- da lahko s premori nadomestimo mašila (npr. polglasnik),
- da je lahko zaradi predolgih in prepogostih premorov (tako kot zaradi momljanja, prehitrega tempa, mašil, slabe organizacije povedi, ponavljajočih se fraz, delov povedi in povedi ipd.) govor netekoč (Ivo Škarić meni, da takšni premori »govorijo o neprimernem, obotavljivem, raztresenem, zanikrnem ali nebistrem govorniku«).

Za učinkovite sestanke, timsko delo in delo s strankami je zanimivo še:

- da raba premorov (dolgih vsaj 3 sekunde) za vprašanji dokazano izboljšuje kakovost vprašanj, vzpodbuja kognitivne procese sodelavcev in strank, sodelovanje sodelavcev in strank (število, dolžina, kompleksnost odgovorov, mnenj, vprašanj, pobud itd) in vključevanje sodelavcev in strank, ki se sicer držijo v ozadju,
- da s premori tvorimo ritem in »popravljamo napake« tempa (če smo nekaj besed prehitro izrekli, vstavimo premor, ki razredči preveč zgoščene informacije, kar je primerljivo z narekovanjem, ko se ustavimo, da utegnemo zapisati),
- da premori omogočijo sodelavcem in strankam, da brez skakanja v besedo postavijo vprašanje ali izrazijo mnenje.

[Karmen Šemrl](#), NLP coach in izobraževalni trener v Glotta Novi

Viri:

- Davidson: The Complete Guide to Public Speaking, 2003
- Dickson: Skilled Interpersonal Communication, 2004
- Škarić: V iskanju izgubljenega govora, 1999