

Desenvolupament de les capacitats bàsiques. Tècniques d'aprenentatge i d'estudi



Bloc informatiu

Tècniques d'ús de la informació

L'exposició oral

Conceptes previs

Per una exposició oral vol dir haver de parlar en públic, per més que, si es tracta de la classe, el públic et resulti molt familiar o conegut. Sovint, parlar en públic impressiona, i això pot fer que estiguis més nerviós del que estaries en una conversa habitual entre companys. Que et vinguin uns certs nervis abans de fer una exposició oral és del tot normal. Això li passa a molta gent. No t'hi amoïnis més del compte. **L'important és saber combatre els nervis.** D'entrada, comprovar que no ets l'únic que té nervis potser és una primera manera de començar a superar-los. Nervis a banda, abans d'exposar oralment un treball que has fet (probablement escrit) després d'haver recopilat informació, ja sigui de manera individual o en petit grup, caldrà tenir en compte algunes idees prèvies molt importants:

Una exposició oral no ha de ser mai una recitació memorística dels paràgrafs o frases que conformen el treball escrit. Així doncs, no memoritzis integrament el treball per recitar-lo. Aquesta no és una bona manera de fer una exposició.

Prepara't un guió o un esquema que et serveixi de pauta o de guia en el desplegament de l'exposició. El guió et donarà seguretat i no et farà dependre tan absolutament de la teva memòria.

Dóna molta importància a altres aspectes que no són propis del contingut del treball que has d'exposar. Per a fer una bona exposició oral són bàsics: la dicció, el to de veu, la teva posició davant dels altres, la posició de les teves mans, el material auxiliar que utilitzaràs, etc. Cal no descuidar aquests factors que poden millorar moltíssim el resultat final de la teva exposició.

Finalment, tornem a la qüestió dels nervis. Has de vèncer la por o el neguit de parlar en públic. Segurament vindrà molta gent a escoltar-te (companys, professorat, etc.) És necessari vèncer la timidesa que suposa posar-te davant d'altres persones que estaran pendents de tu. Caldrà que et mentalitzis en aquest aspecte.

Quines pautes has de seguir per a fer una exposició oral?

Per a preparar l'exposició oral, anirà bé que tinguis en compte aquestes recomanacions:



- **L'exposició s'ha d'assajar a casa.** No pots arribar davant del teu auditori i fer-la directament sense cap tipus d'assaig anterior. Serà bo que algú proper a tu (pares, familiars, germans o amics) t'escolti prèviament. A més, mira de ser receptiu a les possibles crítiques que et facin o simplement als seus comentaris. De vegades, va molt bé posar-se davant d'un mirall i executar una part de l'exposició o tota sencera.

Alguns professionals dels mitjans de comunicació aconsellen fins i tot que es faci un enregistrament en vídeo, a fi que et puguis observar.

- Depèn de l'amplitud del treball que has de comentar o del temps de què disposis, pot ser fins i tot bo no preparar l'exposició tota sencera de cop. Convé que fragmentis el treball, que assajaràs a casa. En l'assaig general, procura controlar el temps que tardes a enllestir cadascun dels apartats que s'exposen. Aquest recurs evitarà el risc que siguis massa monòton o acabar resultant "pesat".

- Llegeix el treball sense presses. Si l'has elaborat tu o, si més no, has participat en la seva elaboració, recordaràs moltes coses fàcilment. Pensa en els apartats més importants o en les idees més rellevants que no pots deixar de dir. Marca-les amb color o destaca-les mitjançant alguna tipologia textual (negreta, cursiva, etc.).

- **Fes un guió o esquema de tots els apartats que has d'exposar.** Una idea molt bona és que en aquest guió et posis al marge paraules o expressions clau que no pots oblidar de dir o que simplement et costa recordar. Aquest suggeriment serveix per a evitar que en algun moment de la teva exposició et quedis "en blanc" sense saber què dir.

- Prepara materials auxiliars per a la teva exposició. Pensa que "una imatge, de vegades, val més que mil paraules". Per tant, pot ajudar-te molt en la teva exposició que facis algun mural, un cartell, una fotografia de certes dimensions etc. per a presentar-lo com a suport. De vegades, si tens una pissarra a prop, és un recurs molt útil l'anotació d'alguna frase o alguna idea al·lusives a alguna part del tema que exposes.

Avui dia està molt estès l'ús de les tecnologies de la comunicació com a material de suport. Parla amb el teu professor i si tens una instal·lació i un material adequat a la sala on has d'exposar (equip informàtic, canó, etc.) podries preparar un *PowerPoint* amb les idees resumides, bàsiques d'allò que vols explicar. Si es fa de manera acurada, l'ús d'aquestes eines tecnològiques dóna un to d'espectacularitat i facilita la transferència a les exposicions.

Com ho has de fer per a obtenir una bona execució de l'exposició oral?

És força important que en els moments previs de l'exposició tractis d'evadir-te, de pensar en altres coses. No és bo estar “repasant” o estudiant fins a l'últim moment abans de començar l'exposició. Pensa que tota la feina ja està feta. Has de tenir seguretat en tu mateix.

Una vegada hagis començat l'exposició, has de tenir en compte aquestes recomanacions:

- Comença a parlar poc a poc. Respira. Segurament els primers moments són de nervis. Assegura el que dius i mira sovint el guió que t'has preparat.
- Posa l'esquema de la teva exposició en un lloc ben clar, sempre a l'abast de la teva mirada. És interessant que els teus interlocutors o els companys que t'escoltin vegin que ho portes preparat. No aniria malament que reproduïssis aquest esquema o guió a la pissarra, el repartissis fotocopiats entre les persones que t'han d'escoltar o que aparegui alternativament en el *PowerPoint* que has preparat.
- Sembla cabdal que en cada moment els qui escolten sàpiguen “per on vas”; d'això, se'n desprèn la importància del guió esmentat.
- Per a una correcta exposició i comunicació de les teves idees és millor que sempre estiguis dret. Encara que això et pot posar més nerviós, el millor comunicador és aquell que ensenya tot el seu cos al públic. En aquest sentit, has d'interpretar que “estar dret” no significa assemblar-se a una estàtua immòbil. És millor moure's lentament al davant dels teus companys que fan d'auditori. Si tens el guió en un paper escrit, molt probablement aquest guió et servirà d'“escut”.
- Els grans tècnics en comunicació diuen que el públic sempre recorda algun detall del vestit de la persona que exposa, del moviment de les seves mans que acompanya el que diu, d'algun objecte o motiu que en certa manera tingui a veure amb el tema que està explicant. Faràs bé de cuidar aquests detalls sempre que puguis.
- Has de mirar sovint les persones que t'escolten. Si notes que s'avorreixen, que estan cansades o que no t'escolten, mira d'escurçar la teva exposició. És a dir, digues les coses més importants de cada apartat de manera taxativa i breu. Posa èmfasi en aquest aspecte i anuncia-ho així al teu auditori: “El més important d'aquest apartat és:...”
- Controla el temps. Normalment, amb vint o trenta minuts d'exposició n'hi ha prou per a explicar les idees més bàsiques.
- Un altre recurs que pots utilitzar en la teva exposició per a fer-la més atractiva és repartir entre les persones que t'escolten materials que tinguin a veure amb allò que expliques. Alguna fotocòpia pot resultar-te ben útil; recorda, però, que has de preparar mínimament bé el material que donis.
- De vegades va molt bé (depèn del domini que tinguis de la situació) fer intervenir els teus companys o el professor a partir de preguntes que pots suggerir. Ara bé, no es tracta d'obrir un debat entre els assistents, sinó de fer l'exposició més atractiva i participativa a partir de la intervenció puntual dels assistents.

En definitiva, totes les recomanacions que t'hem donat són útils i et poden ser d'una gran ajuda. Recorda, però, que en qualsevol cas és absolutament imprescindible que assagis sempre l'exposició oral prèviament.

Pensa-hi una mica!

- ✓ Et sols posar nerviós o nerviosa quan has de parlar en públic? Raona la resposta.
- ✓ Creus que confiar només en la memorització és una bona manera de preparar una exposició oral? Per què?
- ✓ Elaborar un guió de l'exposició que et serveixi de pauta pot ser una bona eina per a no dependre només de la memòria? Per què?
- ✓ Et sembla important assajar l'exposició oral abans de dur-la a terme? Explica la resposta.

Idees principals

- Molta gent es posa nerviosa quan ha de parlar en públic. Als nervis, però, se'ls ha de poder vèncer.
- No és gens recomanable memoritzar gairebé íntegrament l'exposició i refiar-se només de la memòria.
- Convé assajar l'exposició abans de dur-la a terme i controlar el temps que necessites per a fer-la.
- Va bé preparar un guió que et serveixi de pauta a l'hora de fer l'exposició.
- Quan facis l'exposició, mira de fer-la a peu dret, de parlar a poc a poc i de no mantenir-te absolutament estàtic o immòbil. Pots repartir material auxiliar que et serveixi d'ajuda a l'hora de comunicar el que vols explicar i convidar els oients a participar puntualment per tal d'implicar-los més en l'exposició.