

「我要上台報告」——口頭報告作業的準備技巧

文／田芳華（師資培育中心副教授）

在現代社會中，口語表達能力是溝通重要的一環，也是大學教育應該培養學生具備的能力。不少同學感受到進入大學之後，上台報告的機會增加了。教師採用的評量方式，除了要求學生參加考試、繳交書面報告之外，上台口語報告也是其中之一。隨著教師要求、班級修課人數和課程規劃等種種考量，口頭報告的型態有的以個人報告呈現，有的以團隊合作為主。對於上台報告這件事，有些同學認為這是大展身手的好機會，但也有人視為畏途。由於流暢的口語表達能力是未來職場應該具備的生存技能之一，因此宜在就學期間掌握機會多加磨練。底下謹就上台口語表達的要訣提出若干建議。

一、確實掌握上台報告的作業內容要求

弄清楚作業的內容要求為報告成功的首要條件。有的同學雖然口頭表達技巧不差，但是作業準備方向有誤。這就好比寫一篇作文，考官出的題目是「我的父親」，結果考生寫出來的卻是「我的朋友」。文不對題是作文大忌，也是口頭報告應該避免的。又譬如說，老師的要求是以中等教育階段的人、事、物作個教育印象之旅的口頭報告，結果學生準備的卻是小學教育階段的內容。看清楚課程大綱上的作業要求，事先和任課教師作溝通，都是掌握準備作業方向的要件。

二、小組分工合作

若為分組作業，那麼小組之間的討論溝通和分工合作是必要的。依照作業要求，思考準備方向，討論內容並列出綱要和分配工作，都屬準備階段應進行的事宜。最好在學期初知道有作業時，小組成員就開始調配共同時間討論和準備，包括互留聯絡電話和電子郵件等，方便相互聯繫。

三、瞭解報告的時間限制

口頭報告都有時間限制，應該遵守之。事先的練習有助於時間的掌握。若為分組報告，有的教師因為班級修課人數多，學生無法一一上台，就採用分小組方式，派代表上台進行口頭報告。筆者由於服務於師資培育中心，任務在培養未來中學教師，因此通常會要求每個修課學生都要上台磨練。在此情形下，整組的時間配置很重要。例如報告時間是三十分鐘，而一組有四位同學，每人平均講七至八分鐘。報告和作文一樣，有起承轉合。開頭要將報告的大綱說明清楚，讓觀眾

有脈絡可循。報告的第一位同學應思考如何吸引觀眾注意、引人入勝的開場方式。報告時應交代清楚報告之大綱、擇題動機、背景或重要性。這些開頭交代的事大概在三至五分鐘內完成。接下來四位同學宜依照作業內容重點作抒發，中間有約二十多分鐘是報告的核心重點，按照重點分類報告。最後至少要留三分鐘作結論。但是由於每個報告性質不同，時間仍可視報告需要彈性加以調配。小組報告應避免一個人上台滔滔不絕，佔了全組大部分的時間而影響後面同學的表現機會。

四、準備投影片



投影片要先交代報告題目、報告人，可以用一張投影片交代大綱，讓觀眾瞭解報告內容涵蓋之範圍。投影片上的字，能夠用字的顏色和字形大小與字體變化作區隔，方便視覺閱讀。一般最小的字型建議不要小於 28，否則坐後排的觀眾不容易看清，會影響報告效果。

台下聽眾需要時間適應和吸收投影片內容。以二十分鐘的報告來講，40 張的投影片就算過多了。就筆者個人平常講話的速度而言，大概準備 12 到 15 張影片可顯得從容不迫。若在觀眾面前頻頻變換投影片內容，例如平均 20 秒就換一張，觀眾的感覺就會像走馬看花，眼花撩亂之餘形同跌入雲霧間般摸不著頭緒。反之，倘若停留時間太長，例如每張平均停留 5 分鐘，觀眾又會覺得枯燥乏味。停留在每張投影片上的時間應視內容是否需要詳加說明而定。停留時間，每張有長有短，但須在合理範圍，能彼此交錯運用。

投影片為視聽媒體的運用，最好能夠圖文並茂，盡量避免文字密麻滿布。適度的圖形、照片、表格、短片、其色彩甚至聲音效果，都可加強報告的氣勢和整體感，而收畫龍點睛的效果。

五、音量和語調變化

音量大小受講話者先天條件與教室的空間大小影響。如果自覺在發表報告的教室中，自己的音量較小，則建議使用麥克風，這樣能夠清楚傳達，無論是講者或聽眾都比較不費力。

有些同學在作口頭報告的時候，雖然實質內容精彩，但是講起話來語調平平，無甚變化，無法抓住台下聽眾的注意力，實在可惜。其實國語有五個聲，從一聲、

二聲、三聲、四聲、到輕聲，提供字詞語調變化的基本可能。講話的時候，每個句子其實都內含表面上看不見的標點符號，有疑問句、肯定句、驚嘆句…等，提醒我們用不同的說話方式隨著句讀表達豐富的情感。說話速度可以快慢有別，高低交錯，有緩，有急，有不疾不徐，讓談話具有音樂性的節奏感。再者說話聲量也可有大小輕重的變化，大者重者如雷貫耳，小者輕者如春風拂面。這五聲、句型、速度和聲量，彼此之間相互配合得當，就像是「大弦嘈嘈如急雨，小弦切切如私語。嘈嘈切切錯雜彈，大珠小珠落玉盤。」如果能細細體會五聲、句型、聲調、速度和音量這些要素彼此之間的配合，力求從日常生活會話中落實，再加上上台前多加練習，應該可多少避免語調欠缺抑揚頓挫的缺點。

六、眼神和肢體語言

上台亮相要能定住全場。眼神關照全場，讓觀眾感覺有被注意。秘訣之一是以教室最後一排聽眾為眼睛注視掃射範圍，眼神所及，前排也容易有被注視的感覺，而造成關照全場的效果。微笑是拉近與觀眾距離的有效方式。適度的肢體語言、面部表情、頭部的轉動、手勢的表達、身體的扭擺，都可以增強講話的氣勢。



七、練習

增進口語報告能力沒有捷徑，就是「練習、練習、再練習…還是練習」。練習的方法有幾種供參考。（1）使用錄音機錄下自己的模擬口頭報告，找出需要改進的地方，例如口頭禪、不流暢或生疏的地方。（2）找面穿衣鏡對著鏡子作口頭發表，自行觀察體驗。（3）在同學或老師面前進行模擬練習，請對方給予建議。（4）用攝影機錄下自己模擬練習的狀況，放給自己或朋友、老師看，請對方建議改進之道。

八、服裝儀容

服裝儀容以整齊清潔為佳。不同的學院和科系，基於未來職場的考量，可能對學生上台報告的衣著要求不一樣。由於是平常的上台報告，筆者會接受學生穿

球鞋和牛仔褲上場。但是也會同時提醒學生，將來要考慮求職時和工作場合可能的要求和需要。

九、對教師評量的建議

教師對於小組報告的評量，分工合作的情形應納入考量。若有不參與而只想搭便車之學生，教師宜瞭解實情進行勸告，給予說明機會，必要時從成績反映，力求公平。

小組的口頭報告時間應予以管制。遇有佔用他人時間欲罷不能者，應予提醒。時間的利用是否適當也應該作為口頭報告的評分考量。

學生做完口頭報告後，除了針對實質內容作回饋之外，也可提點學生口頭報告時的缺點，讓學生瞭解自己在口語表達技巧上如何再加以精進。

總之，上台作口頭報告雖然是個挑戰，但也是充實自己表達能力的好時機。建議同學們能夠善於把握上台報告的機會，磨練自己的膽量，克服緊張情緒，展現自身特色，好好加以表現！加油！

資料來源:台灣大學 教學發展中心-電子報

<http://ctld.ntu.edu.tw/epaper/?p=991>