

Puheviestinnän ennakkotehtävä

Roope Lehikoinen

Vuorovaikutusosaaminen

Mielestäni erityisen tärkeää opinnoissa ja työelämässä ovat kuuntelutaidot. Luennoilla on osattava keskittyä, jotta ymmärtää aiheen ja oppii soveltamaan sitä. Työelämässä on tärkeää sisäistää asioita esimerkiksi palaverissa, jossa muut tekevät esitelmiä. Näihin liittyy hyvin läheisesti non-verbaalinen viestintä eli asento ja katse. Täytyy näyttää kiinnostuneelta puhujan näkökulmasta. On myös tärkeää ymmärtää konteksti, jossa vuorovaikutus tapahtuu, erityisesti työtilanteessa.

Esiintyminen vuorovaikutuksena

Mielestäni olen juurikin suorittaja esiintymisten kanssa. Pidän esiintymisiä epämiellyttävänä, mutta kykenen suoriutumaan niistä. Toimiva esitys on hyvin rakennettu ja jäsennelty jotta kuulija pystyy sitä seuraamaan. Siinä selitetään asiat tarpeeksi selkeästi, jotta kuulija ymmärtää mutta kuitenkin haastaa ajattelemaan. Se on myös kiinnostava ja mukaan tempaava.

Esiintymisjännitys

Yleensä jännitykseni ilmenee ajatusten katkeiluna, jalkojen tärinä ja sydämen tykytyksenä. Lisäksi joskus huomaan suun kuivuvan pidemmän puheen aikana. Jännitykseni aiheuttaa useimmiten yksin esiintyminen mutta usein myös tilanteet, joissa minulle on tärkeää, että suoritus on onnistunut. Hermoni saan yleensä hetkeksi kuriin hengittämällä kerran syvään. Tämä ei kuitenkaan helpota pitkiä esiintymisiä. Näihin paras keino on ollut vain valmistautua tarpeeksi hyvin. Jos ymmärrän todella aiheen josta esitelmää teen, niin jännitys helpottuu. Jännitys on helpottunut myös yksinkertaisesti kokemuksesta. Olen jo tehnyt useampia esitelmiä elämäni aikana ja se on auttanut oppimaan erilaisia tilanteita, joihin olen nyt valmiimpi.

Palautetaidot

Sain tilanteesta paljon rakentavaa palautetta, joka auttoi minua kehittämään työtäni. Kandi on työ, jota on valmisteltu useita kuukausia ja siihen on käytetty paljon aikaa ja vaivaa. Jos palaute ei ole rakentavaa tai liian negatiivista, voi opiskelija ottaa palautteen itseensä. Palautteen annossa on tärkeää laittaa rakentava palaute positiivisten palautteiden väliin. Itseäni ei palautteen tyyli yleensä juuri hetkauta, ellei se lyttää työtäni maanrakoon. Itselläni on ehkä siitä johtuen liian negatiivinen palautteen antotapa, koska annan palautetta, joka ei itseäni haittaisi.