



Puhujien Foorumi

Huhtikuu 2007

Tämän otsikon alla esittelemme teille puhujia niin Suomesta kuin maailmalta. Tutustumalla heihin saat uusia ajatuksia ja ideoita. Ota riski ja tutustu uusiin ihmisiin ja ajatuksiin.

SpeakersForum välittää puhujia yrityksille ja yhteisöille. Puhujat edustavat laajaa osaamisen kirjoa ja eri kansallisuuksia. Puhujien Foorumilla esittelemme säännöllisesti näitä ajatuksia herättäviä henkilöitä. Mikäli haluat puhujasta lisätietoa tai tarvitset puhujaa joltain toiselta aihealueelta, ota yhteyttä meihin sähköpostitse info@speakersforum.fi tai soita 0201-552990.

Voitte myös ilmoittaa meille, mikäli ette jostain syystä halua postiamme jatkossa.

Ismo Jokinen

Esiintymisestä voi ja saa nauttia!

Esiintymistaidon kulmakiviä ovat oikeiden sanojen valinta, kehonkielen viestien ymmärtäminen sekä oikea äänenkäyttö. Juuri näiden perusasioiden tutkiskelu ja harjoittaminen saavat esiintyjän tuntemaan olonsa varmemmaksi ja auttavat häntä saamaan viestinsä paremmin perille. Esiintymistaitojen valmentaminen ei saa olla henkilön muokkaamista aivan uudenlaiseksi, vaan sen täytyy vahvistaa omaa persoonaa. Valmennuksen jälkeen perhoset lentävät edelleen vatsassa, mutta nyt hallitussa muodostelmassa!



Ismo Jokinen

Ismo Jokinen on rautainen viestinnän ammattilainen.

Jos haluat tietää lisää Ismo Jokisesta – klikkaa tästä.

Suomalaisten juro esiintymistyyli ja niskan esittely luennoissa on perua vähäisestä harjoittelusta ja esiintymistaitojen yleisestä väheksymisestä. Itsevarma esiintyminen ja oman osaamisen arvostaminen on katsottu aina pahaksi; kissan häntää ei saisi nostaa edes kissa itse. Kulttuuri on onneksi hiljalleen muuttumassa ja esimerkiksi koululaitos tukee esiintymistaitojen kehittymistä kurssein ja kerhoihin. Myös työelämässä on annettu tilaa vahvoille persoonille ja heidän innostaville esityksilleen. Taidot eivät kuitenkaan synny tyhjästä, vaan niitä täytyy herätellä ja kehittää. Itsensä altistaminen ja rohkea heittäytyminen palkitaan onnistumisen tunteella ja viestin perillemenolla.

Kädet hikoavat, jalat tutisevat, vatsassa velloo eikä päässä tunnu olevan yhtään järkevää ajatusta! Tuttu tunne lähes jokaiselle yleisön edessä olleelle ihmiselle; esiintyminen jännittää. Jotta esiintymisjännityksen kanssa voisi elää, on ensiarvoisen tärkeää tunnustaa itselleen että jännittää



Puhujien Foorumi

Huhtikuu 2007

Ismo Jokinen

ja tunnistaa jännityksen aiheuttamat oireet. Olen itse aina jännittänyt esiintyessäni ja jännitän edelleen, mutta jännityksestä on vuosien mittaan kehittynyt esiintymisvire – voimavara, joka auttaa skarppaamaan.

Jokaisen puhujan kohdalle on joskus sattunut tilanteita jolloin suusta tulee sanojen sijasta sammakoita. Huolellinen valmistautuminen auttaa valitsemaan sanatkin oikein. Joidenkin puhujien tavoitteena tuntuu olevan sivistyssanojen ja ammattikielen viljeleminen puheessa, mutta mitä hyötyä on hienoista sanoista jos viesti ei mene perille? Tavoitteenani on saada ihmiset sanomaan asiansa selvällä suomen kielellä, ytimekkäin ilmaisin. Puhuttu kieli saa mielestäni olla rikasta, sanontoja ja lainauksia kannattaa käyttää, mutta selkeyttä ei saa haudata kapulakielen alle. Sanontojen ja lainausten alkuperä ja käyttötarkoitus on tietenkin hyvä selvittää, silloin esiintyjän ei tarvitse niellä sanojen loppuja epävarmuuksissaan.

Tiedätkö sinä, mitä kehosi kertoo ennen kuin olet sanonut sanaakaan?

Kehonkielen merkitystä on usein väheksytty, eikä varsinkaan suomalaisessa esiintymiskulttuurissa ole suosittu elävistä esiintymistä. Monille esiintyjille esimerkiksi käsien käyttäminen vapaasti on vaikeaa, koska ainoa ohje esiintymiseen on ollut: "Älä huido niillä käsilläsi!". Suomalaiset myös usein piiloutuvat puhujapönttöön tai pöydän taakse ja vielä kääntävät kuulijoille selkensä. Keho ei pääse puhumaan.

Tohtori Albert Mehrabian, UCLA, on päässyt tutkimuksissaan tulokseen, jonka mukaan kommunikaation voi jakaa kolmeen eri tekijään: sanoihin, äänensävyyn ja kehonkieleeseen. Tutkimuksen mukaan kehonkielen vaikutus on 55%, äänensävyn 38% ja sanojen vain 7%, jos tarkastellaan viestiä tunteen ja miellyttävyyden näkökulmasta. Aidon innostunut ja eläväinen esiintyjä saa viestinsä helpommin perille, koska sanat ja kehonkieli eivät ole ristiriidassa. Nyt pitäisi vihdoinkin herätä huomaamaan oman kehonkielensä moninaisuus ja merkitys.



Puhujien Foorumi

Huhtikuu 2007

Ismo Jokinen

asioista oli eräiden poliitikkojen kehonkieli. Jos poliitikko suhtautuu kansalaista edustavaan toimittajaan ylimielisesti, ja vielä näyttää sen hyvin selkeästi ilmeillään, se saattaa vaikuttaa jopa äänestyskäyttäytymiseen. Suomalaiset arvostavat aitoutta, ja jos puheet ja kehonkieli ovat pahasti ristissä, suhtaudutaan puhujaan epäilevästi. Vaikka suu valehtelisikin sujuvasti, paljastavat silmät totuuden todella nopeasti. Kolmen suurimman puolueen puheenjohtajilla on kaikilla omat haasteensa kehonkielessään. Kokoomuksen Jyrki Katainen rypistelee kulmiaan ja puhuu korostetun matalalla äänellä, Keskustan Matti Vanhanen näyttää kovasti kärsivän haastattelutilanteista ja SDP:n Eero Heinäluoma onnistuu näyttämään ylimieliseltä.

Esiintyminen on huomattavasti helpompaa, kun antaa itselleen luvan olla persoonallinen ja asiantunteva esiintyjä. Omassa esiintymisessäni ja valmennustilanteissa heittäydyn tilanteen vietäväksi ja olen aito sekä avoin kertoessani omista esiintymiskokemuksistani – onnistumisista ja epäonnistumisista. Esiintymiseen kannattaa suhtautua avoimin mielin. On hyvä löytää itsestään aito innostus ja jakaa se kuulijoiden kanssa. Oppikirjat ja kurssit antavat hyviä vinkkejä oman esiintymisen kehittämiseen, mutta itsensä altistaminen ja rohkea heittäytyminen kehittävät eniten.

Esiintymisestä voi – ja saa nauttia!

Ismo Jokinen luennoi luennoi SpeakersForum
asiakasklubissa 25.4. otsikolla: "Esiintymisestä voi ja saa nauttia!". Lisätietoja SpeakersForum
kotisivuilta sekä sähkö-postitse: info@speakersforum.fi