

銘傳大學「學習達人」

| 基本資料 | | | |
|--|---|---------------------------------|---------------------------------|
| 級 別 | <input checked="" type="checkbox"/> 大學部 | <input type="checkbox"/> 碩士班研究生 | <input type="checkbox"/> 博士班研究生 |
| 學 院 | 社會科學院 | 班 級 | 心理系 3 年級 甲 班 |
| 姓 名 | 顏上智 | 學 號 | 97083620 |
| 學習經驗分享內容 | | | |
| 主 題 | 簡易報告技巧----如何運用加減法 | | |
| <p>上臺簡報是一項非常重要的技能，在大學、研究所甚至進入職場都會常常運用到，好的上臺簡報技巧是必須的，但是為什麼每一次看好的講者簡報，他們的 ppt 總是少而精，報告時又那麼的巧而妙，和自己簡直是天淵之別。可能許多人在面對上臺簡報及製作 ppt 時都會面對這樣的一個問題：資料太多，內容太豐富，什麼該放什麼不該放？心理總是有這樣一個問號，不知該如何取捨。最後報告總是不能聚焦于重點，越是報告心裏越彷徨，最後失敗收場。長久下來在面對上臺簡報時總是感到無比的壓力，真希望大學生涯最好都不要有上臺簡報。其實上臺簡報可以很簡單，只要技巧運用得當，大家都能做得到。</p> <p>上臺簡報主要可分為兩個部分，那就是製作 ppt 以及上臺報告，首先我們先來談談製作 ppt 的部分。在製作 ppt 篩選內容的時候，很多人喜歡憑直覺來判斷，這個感覺蠻重要的就把它加進來，那個也感覺蠻好的也把它加進來，最後加了一堆。要知道如果重點太多，會讓人難以聚焦，也很難更深入的探討下去（時間限制）。打個比方，如果一部片子，裏面的角色都一起出來搶戲的話，那這部片子一定好不到哪裏去。所以這時我們可以運用加減法，來劃分出主角配角各自所需扮演的角色。</p> <p>首先 1) 用加法：運用你的想象力，為這一的簡報想一個主題，而這個主題是你希望呈現給大家看的，也是這次報告的最主要重點。</p> <p>2) 用減法：從眾多的資料當中，把不符合重點的，累贅的資料通通減去最後只留下這次報告內容的大綱。</p> <p>3) 用加法：針對大綱，加入適當的內容和例子（切記：一次的報告就一個主題，而一頁的 ppt 就一個重點（內容大綱）</p> <p>4) 用減法：大綱的內容切忌勿使用太多的文字，把不必要的文字減去，把內容用點列式列出來，使觀眾可以更清楚明瞭重點到底是在說什麼。如小點太多可分為 2 頁來敘述，人的記憶最多只能記“7 加減 2”個單位，如超過請務必分頁。</p> <p>5) 同時運用加減法：加入適當的背景、圖案、音效或短片，使之更生動，且能吸引觀眾的目光。但是請勿將主角的鋒芒蓋過，背景的颜色不能蓋過文字，使文字不清等等。要把所有的干擾因子通通減去。</p> <p>就這樣，一篇主次分明，內容又生動的 ppt 就完成了！但是離一次好的上臺簡報你只成功了一半，因為在臺上的臨場表現將決定你的成敗，而上臺報告也是很多人最焦慮的時刻。而這時也能運用加減法，來讓你事半功倍。</p> | | | |

- 首先
- 1) 用加法：在上臺報告之前請先練習你的表達能力，運用自己的方式把內容呈現出來，而不是照本宣科，並且想象一下當下觀眾可能會出現的反應。如果害怕上臺會忘詞，那麼就準備小抄吧！
 - 2) 用減法：上臺報告衣著端莊簡潔就好，把其他不必要的誇張飾品，帽子，短褲，拖鞋通通減去。手上的小抄大約手掌般大小，請避免使用過大的紙張，拿在手上很不雅觀，觀眾的第一印象分是很重要的。
 - 3) 用加法：上臺報告的時候要提起勇氣，直視觀眾，而不是躲在一角默默地念著你的臺詞，要不然你之前的準備將付諸流水。再來就是在報告的當面，說完重點后，加上一些停頓，讓觀眾消化信息，也給自己做一個思想準備。
 - 4) 用減法：報告時要注意平常的一些不自覺的小動作或語贅詞要減去，有些人緊張的時候總會不自覺地抓頭，或說話時總是“然後，然後訥”不斷的“然後”，這些都不屬於好的習慣，減去!!!
 - 5) 同時運用加減法：適時地加入幽默的技巧及與觀眾互動，可以吸引觀眾的目光，且生動有趣，使現場熱起來，但是請注意，時間的掌控也是非常重要的，所以要依時間來斟酌互動的長短。

就這樣非常簡單的就完成了一次成功的報告，希望這次的分享能讓各位收益良多。