

如何增加子女自信，應付演講及面試？



作者：王國編輯

2019-06-18 2,778



香港學生的學術成績不俗，興趣技能方面亦有多元化的發展，但面對演講、辯論和面試等需要良好說話技巧的場合，卻往往會因為緊張而怯場，令印象分大打折扣，為何會這樣呢？ARCH Education課程總監 Albert Ma提醒家長，在培養子女成長的時候，千萬不要忽略說話技巧的重要性。

香港學生做專題報告經常需要在老師、同學面前作陳述，其實不乏練習機會，但家長和學生往往缺乏「要好好培養演講技巧」的意識。有多年辯論經驗的Albert認為，演講或辯論等相關訓練，不但能夠培養學生的思考和應對能力，還能同時提升學生的自信心：「演講或辯論非常需要急才，而急才不一定是天生的，還可以透過充足的準備鍛煉出來。」Albert建議家長可以從Matter、Manner、Method這三方面去幫助子女提升演講技巧：

提升演講技巧的3個「M」

Matter – 演講內容

香港學生預備演辭的時候，習慣直線思考，欠缺與他人溝通的想法，只說自己想說的話。但Albert提醒大家，無論演講、辯論或面試，都需要雙方或多方的互動，講者需顧及各方的反應，不應該跟足講稿。

學生預備時，可嘗試從聽眾的角度出發，思考怎樣詮釋不同的論點才能引起聽眾的興趣，從而找出更適當的用詞和清晰的表達方式，並預測聽眾有機會提出的疑問，提前想出應對的方法。

當學生理解並預測到現場有機會發生的不同狀況，其實便可透過充分的事前準備去應對，演講時自然會更有信心。

Method – 邏輯及例子

當大家作為觀眾的時候，是否最怕聽到千篇一律的沉悶內容？對此，Albert建議學生可在講稿中加入更多個人色彩，例如大膽分享自己的故事，或以簡單「貼地」的例子去解釋比較空泛的概念，讓聽眾更容易理解，並留下更深刻的印象。

Manner – 措辭及語氣

當學生有了充分且全面的準備和練習後，便可按照聽眾的能力和需要，進一步調整演講的措詞及語氣，令演講更自然而流暢。

家長切忌「一言堂」扼殺子女信心

普遍香港家長習慣以單向式對話和子女溝通，即以家長發言居多，孩子只能擔當聆聽的角色。Albert建議家長平日多與子女討論時事問題，但目的不是為了向子女灌輸家長的個人見解或概念，而是藉着日常的討論，讓孩子發表意見。所以家長毋須急於評論子女的對錯。當孩子意識到自己不再是小朋友，並感受到家長想聽他的意見，慢慢便能提升自信心，更敢於發言。