"Я склонна себя критиковать..." - сильные и слабые стороны речи творческой личности Варвары Чайки

Раз в неделю я провожу открытые консультации для людей, которые стремятся сделать свою речь лучше. С помощью заданий и тестов мы выявляем сильные и слабые стороны речи, выделяем личностные особенности общения и стрессовые ситуации, которые влияют на качество речи. В конце консультации человек, который обратился за помощью, получает рекомендации по улучшению речи, которые он может сразу применять в жизни.

Я знакома с Варварой несколько лет, к своему большому

удовольствию. Варвара Чайка - музыкант, поэтесса и психолог. Помню, какое сильное впечатление произвело на меня то, как Варвара читает стихи: артистично, выразительно и проникновенно. Стихотворение С.А.Есенина “Письмо к женщине” до сих пор звучит в моей голове голосом и интонациями Варвары. Другой момент, который мне нравится в Варваре - яркая речевая индивидуальность - оригинальные и зрелые рассуждения, грамотная и чистая речь, несмотря на юный возраст. Мне захотелось пообщаться с Варварой в профессиональном ключе, чтобы более подробно проанализировать особенности речи и составить небольшой речевой портрет. Варвара очень серьёзно и ответственно отнеслась к нашей беседе и добросовестно выполняла все задания и тесты.

> ***Я понятия не имею, что есть интересного и особенного в моей речи. Я больше склонна к тому, чтобы её критиковать. Из слабых сторон своей речи моей речи могу назвать дикцию, речевые конструкции и голос. Я не могу говорить долго - мне нужно сделать паузу, отдохнуть, выпить тёплый напиток и начинать говорить снова, но это тоже не надолго***

Мы комплексно обследовали разные стороны речи: диалог, монолог, объём словарного запаса, качества голоса и произношения, а также коммуникативные качества личности. Предлагаем вам ознакомится с результатами.

Коммуникативные особенности

По результатам тестирования в структуре личности Варвары присутствуют экзальтированные черты. Этими чертами чаще наделены творческие люди: музыканты, поэты, артисты. Такие люди общительны, словоохотливы и дружелюбны. В ходе беседы экзальтированные натуры ведут себя доверительно и открыто проявляют эмоции. Высокая пластичность психических процессов и тонкое ощущение реальности помогает выводить общение на новый уровень, придавая беседе оттенок утончённости,

изысканности и романтики.

Что способствует комфортному общению?

- нестандартное отношение к миру
- находчивость в стрессовых ситуация
- общение в кругу чутких и открытых людей
- поощрение эмоциональности и искренности
- склонность к бескорыстию и человеколюбию
- возможность иметь “пищу для чувств”: творчество, посещение выставок и концертов

Сильные стороны речи

Описание сильных сторон речи Варвары хочется начать с акцента на невербальных средствах общения. Жесты и мимика выразительные и объёмные, но спокойные и немногочисленные. Интонационное оформление высказываний радует слух

разнообразием, но не звучит вычурно или неестественно. Особенно запоминается приятный голос Варвары - чистый, мелодичный и выразительный с яркой тембральной окраской. Главное достоинство речи Варвары - трепетное отношение к русскому языку, стремление использовать все его возможности для выражения мыслей и чувств. Хочется отметить желание подобрать самое точное слово для выражения мысли. Варваре есть из чего выбирать - объём словаря составляет 76 тысяч слов

> ***Сейчас модно использовать англицизмы, модно говорить “я саунд-продюсер”, “пишу свой саунд”. Обозначение “саунд” считается более презентабельным, а это просто музыка, песня, звук. Я склонна использовать русские слова, поэтому мне больше нравится слово “звук***"

Варвара способна варьировать стили коммуникации и не ограничивать общение привычными способами поведения. Умение чувствовать собеседника помогает Варваре выбирать тот стиль общения, который уместен в конкретной ситуации. Развитая эмпатия и социальный интеллект помогают тонко ощущать грань между воспитанностью и надменностью

Речевые трудности

Мне было сложно выделить какие-то слабые стороны в речи Варвары - казалось их нет совсем. Мы выяснили, что трудности с дикцией связаны со скованностью и недостаточной подвижностью мышц нижней челюсти. Такое же напряжение присутствует в мышцах голосового аппарата - это провоцирует быстрое утомление голоса. Поэтому важно следить за расслаблением мышц нижней челюсти в спокойном состоянии без речи. Совсем не обязательно напоминать себе об этом положении постоянно. Достаточно сделать это в трудных коммуникативных ситуациях. Такие ситуации способны провоцировать проблемы с планированием речи и подбором слов. Острое чувство дискомфорта сказывается на голосе и чёткости речи - артикуляционные мышцы как будто перестают подчиняться.

Стрессовые ситуации, которые влияют на речь

- общение в условиях конкуренции
- лимит времени для высказывания, беседы или выступления
- коммуникативные крайности: недостаток или избыток общения
- необходимость взвешивать и обдумывать каждое слово
- эмоциональная холодность и отвержение со стороны значимых людей
- бестактное поведение собеседника: обвинение в непорядочности и публичное указание на недостатки

Любому человеку важно знать сильные и слабые стороны собственной речи. Это даёт надёжную опору в стрессовых ситуациях, а также помогает выбирать направление в улучшении качества речи и коммуникации. Для улучшения речи Варвары мы разработали несколько рекомендаций:

1. Использовать знания о сильных сторонах собственной речи в повседневном общении.
2. Запомнить коммуникативные ситуации, которые вызывают стресс, чтобы чувствовать себя увереннее в эмоционально значимых беседах
3. Совершенствовать навык ответов на вопросы с помощью схемы: повторение части вопроса - ответ - личный опыт
4. Следить за расслаблением мышц нижней челюсти в спокойном состоянии без речи. Естественное положение органов артикуляции - губы сомкнуты, челюсти разжаты, зубы не соприкасаются, язык поднят кверху и прижимается к твёрдому нёбу.

Надеемся, что наш опыт и рекомендации пригодятся и вам!

Если вы хотите стать гостем открытой консультации по речи, пишите на почту shamardinanew@gmail.com