

여성과 소녀들에게 가장 효과적인 빈곤퇴치 방안인

교육의 기회를 제공해 경제적 자구능력을 키워 주는

국제 자원봉사 단체

**국제소롭티미스트 미주연합회**

**리더십 실천을 위한 도움말: 대중 앞에서 말하기**



"대중 앞에서 말하기"라는 말을 들으면 흔히들 방 앞에 나가서, 무대에 서서, 또는 긴 프레젠테이션을 진행하며 말하는 것을 떠올립니다. 하지만 대중 앞에서 말하는 것은 다양한 형태를 띠며, 생각보다 평소에 늘상 생기는 일이기도 합니다. 예를 들어, 클럽 회의 중에 회원들 앞에서 보고를 해야 한다든가, 드림 잇, 비 잇 세션을 이끈다든가, 가망 회원들 앞에서 가입하면 좋은 점을 설명해 준다든가, 기금 마련을 위한 경매 행사를 진행한다든가 말이죠.

소롭티미스트에서 리더로 활동하는 동안 여러분은 주위 분들로부터 정보와 전문지식을 나눠달라는 부탁을 자주 받으실 겁니다. 어떤 경우에는 미리 그런 부탁 연락을 받기도 하지만, 그 자리에서 바로 임해야 하는 경우도 있습니다. 그래서 말하는 능력을 키우고 연습해 나가는 것이 무엇보다 중요합니다. 아래 제시해 드리는 요령을 살펴보고 꼭 실천해 보시기 바랍니다. 그러면 자신감이 올라가고 사람들 앞에 나설 때 한결 마음이 가뿐하실 겁니다.

**떨리는 마음을 잘 활용하기.**

사람들이 가장 두려운 것으로 꼽는 것들 가운데 하나가 바로 남들 앞에 나가 말하는 일입니다. 생각만 떠올려도 식은땀이 나고 가슴이 떨리는 일이죠. 하지만 그건 지극히 정상입니다! 우리 뇌에서 신체적 또는 정신적 스트레스를 감지하면 아드레날린이 솟구칩니다. 그처럼 뿜어나오는 에너지를 잘 활용해 자신의 열정을 보여 주고, 강약을 다양하게 구사하고, 방안을 자연스럽게 돌아다니세요.

**나 개인의 이야기를 나누기.**

나 자신 또는 나와 가까운 사람의 이야기를 소재로 삼으세요. 특히 프레젠테이션을 시작할 때에도 화두로 사용하면 아주 효과적인데, 그 이유는 1) 진짜 있었던 이야기는 사람들의 관심을 끌고, 2) 내가 몸소 경험한 바는 말로 풀어내기가 쉽고, 3) 청중의 공감을 이끌어내고 청중이 내 이야기를 계속 듣고 싶어 하기 때문입니다.

**단순하게 하기.**

어려운 어휘나 복잡한 개념을 내세워 박식함으로 어필하려 하지 마세요. 쉽고 편한 말을 쓰고, 핵심을 찌르세요. 어렵고 긴 단어를 써 봤자 좋지 않습니다. 예를 들어, "한계생산력균등법칙"이란 단어를 입으로 몇 번 말해 봅시다. 혀가 꼬이지 않습니까? 이 단어를 남들 앞에서 말할 때 사용한다고 한번 상상해 봅시다. 나 자신이든 남이든 말하기도 쉽고 이해도 잘 되는 단어를 선택하셔야 합니다.

**실수는 일어나기 마련.**

세상 누구도 완벽한 사람은 없습니다! 최고의 달변가라도 실수를 할 수 있고, 반드시 실수를 하기 마련입니다. 사람은 누구나 그렇기 때문에 너무 부담을 느껴서는 안 됩니다. 그리고 앞에 나와 말하면서 노트만 들여다 보면 청중을 사로잡지 못합니다. 어느 때에는 사람들이 내 질문이나 내 진행을 가로채기도 합니다. 또한 설령 실수를 하더라도 얼른 받아들이고 다음 차례로 진행하시기 바랍니다. 실수는 도리어 인간미가 엿보이는 순간이기 때문에 사람들이 더 편안하게 다가섭니다.

**완벽에 도달하지 못하더라도 늘 연습하기.**

대중 앞에서 말해야 하는 일이 생기면 미리 리허설을 해야 합니다. 두세 번이 아니라 최대한 여러 번 말이죠. 거울 앞에서든, 친구를 앉혀 놓고든, 심지어 반려견 앞에서든 말입니다. 어느 부분에서 혀가 꼬이는지, 내용이 별로인 부분이 어디인지 등을 파악하는 데 도움이 될 것입니다. 물론 연습을 거듭한다고 다 완벽해지는 것은 아닙니다. 앞서 말씀드린 대로 실수는 일어나는 법입니다. 하지만 흔들리지 않고 자연스럽게 이어나갈 수 있게 될 것입니다.

**시작과 끝에 강한 인상 심어주기.**

끝으로, 프레젠테이션을 시작한다고 한다면 시작부터 청중을 사로잡은 다음 그 여세를 몰아 마무리 때 청중이 마음의 울림을 안고 귀가할 수 있도록 해야 합니다. 그 방법은 여러분의 개인 경험담으로 시작하거나 그날의 주제에 맞는 충격적인 통계치를 언급하면서 시작하는 것입니다. 그리고 마무리할 때에는 사람들에게 깊이 각인될 메시지를 던지는 것입니다. 핵심 포인트들을 열정적으로 피력하거나, 청중의 행동을 촉구하거나, 주제에 딱 맞고 영감을 주는 명언을 제시하면 효과적입니다.



앞으로 대중 앞에 나서서 이야기해야 하는 부탁을 받거나 스스로 나서야 할 때에 대비해 이들 요령을 잘 숙지하시기 바랍니다. 그러면 말하기 능력이 향상되어 다음번 클럽 회의를 주재하거나 소롭티미스트 리전 총회 참가단 앞에서 자신 있게 보고를 할 수 있게 됩니다. 더 나아가, 직장에서의 회의나 프레젠테이션, 또는 지역사회에서 시민 활동이나 자원봉사 활동을 펼칠 때에도 도움이 됩니다. 사람들 앞에 당당히 서서 명료하게 메시지를 전달할 수 있게 된다면 자신감과 사람들의 존경심을 얻게 될 뿐 아니라 어려운 처지의 여성 및 소녀들의 삶을 개선시킨다는 우리의 미션을 보다 효과적으로 전파할 수 있을 것입니다.

*자료 출처:*

대중 앞에서 말하는 능력을 향상시키는 10가지 요령: <https://www.extension.harvard.edu/professional-development/blog/10-tips-improving-your-public-speaking-skills>

대중 앞에서 말할 때 자신감 있게 보이는 5가지 비밀: <https://www.huffingtonpost.com/nikki-stone/confident-public-speaking_b_4058830.html>