

Παρουσίαση θέματος σε κοινό τεχνική & αποφυγή λαθών

Δημ. Θ. Καραμήτσος

ΔΕΒΕ

13-3-2007

Εκφορά λόγου

- Όχι πολύ γρήγορα- όχι πολύ αργά
- Καλή διακριτή προφορά
- Σχετικά δυνατή φωνή- αυξομείωση έντασης φωνής
- Όχι σβήσιμο έντασης στο τέλος φράσης
- Όχι βαριεστημένο ύφος
- Σωστή απόσταση από μικρόφωνο

Στάση- βλέμμα - κίνηση

- Όχι υπερβολική νευρικότητα- αν απαιτείται πάρε μισό Inderal
- Όχι πολλές χειρονομίες
- Όχι ακίνητος σαν άγαλμα
- Περιφορά βλέμματος σε όλους
- Όχι ακούμπισμα στο έδρανο με αγκώνα
- Όχι σηκωμένες σημειώσεις στο πρόσωπο
- Όχι γύρισμα πλάτης στο ακροατήριο

Χρησιμοποίηση δείκτη

- Όχι υπερβολική χρησιμοποίηση δείκτη
- Αν τρέμει το χέρι, ακόμη μικρότερη κίνηση του δείκτη ή στήριξη του χεριού
- Εξοικείωση με τον δείκτη πριν από την ώρα της ομιλίας

Περιεχόμενο ομιλίας (1)

- Όχι **απλοϊκή** για το ακροατήριο
- Όχι **δυσνόητη** από το ακροατήριο
- Προσοχή στη **δομή** της ομιλίας
 - Ευχαριστίες σύντομες
 - Εισαγωγή
 - Κυρίως θέμα
 - Συμπεράσματα

Περιεχόμενο ομιλίας (2)

Σε επιστημονική ανακοίνωση

- Εισαγωγή
- Ασθενείς ή υλικό
- Μέθοδοι
 - στατιστική (αν απαιτείται)
- Αποτελέσματα
- Συμπεράσματα

Μέγεθος ομιλίας

- Όχι μεγάλη διάρκεια
- Όχι περισσότερο από 25-30 λεπτά
- Όχι χωρίς χρονομέτρηση
- Αν είστε άπειροι ομιλητές γράψτε τι θα λέτε σε κάθε διαφάνεια
- Τελειώστε τις διορθώσεις στον υπολογιστή τουλάχιστον δύο μέρες πριν από τη μέρα της ομιλίας
- Κάντε τουλάχιστον τρεις πρόβες της ομιλίας την παραμονή και μία την ίδια μέρα

Τεχνική διαφανειών

- Ενιαίος τρόπος χρωματικού υποστρώματος
- Ενιαίος τρόπος επικεφαλίδας
- **Bold** γράμματα της επικεφαλίδας (40 ή 36 ή 32)
- Σωστές χρωματικές αντιθέσεις
- Με σκούρο υπόστρωμα –ανοιχτόχρωμα γράμματα ή το αντίθετο
- Ποτέ κόκκινα γράμματα σε μπλε φόντο
- Να αποφεύγετε τα κεφαλαία

Ενιαίος τρόπος χρωματικού υποστρώματος

Παράδειγμα

α. απλή ή υποστρώματος

(*background retinopathy*)

β. προπαραγωγική

γ. κακοήθης ή παραγωγική ή υπερπλαστική

Σωστές χρωματικές αντιθέσεις

Παράδειγμα

α. απλή ή υποστρώματος

(background retinopathy)

β. προπαραγωγική

γ. κακοήθης ή παραγωγική ή υπερπλαστική

Λάθος χρωματικές αντιθέσεις

Παράδειγμα

α. απλή ή υποστρώματος

(*background retinopathy*)

β. προπαραγωγική

γ. κακοήθης ή παραγωγική ή υπερπλαστική

-Στον οπτικό δίσκο

-Στην περιφέρεια

Σωστές χρωματικές αντιθέσεις

Παράδειγμα

α. απλή ή υποστρώματος

(background retinopathy)

β. προπαραγωγική

γ. κακοήθης ή παραγωγική ή υπερπλαστική

-ΣΤΟΝ ΟΠΤΙΚΟ ΔΙΣΚΟ

-ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

Παράδειγμα

Μορφές διαβητικής αμφιβληστροειδοπάθειας

α. απλή ή υποστρώματος

(background retinopathy)

β. προπαραγωγική

γ. κακοήθης ή παραγωγική ή υπερπλαστική

-ΣΤΟΝ ΟΠΤΙΚΟ ΔΙΣΚΟ

-ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

Παραδείγματα προς αποφυγή

- Πολλές σειρές - πολλές λέξεις
- Φωτογραφία από ολόκληρη σελίδα ή μέρος της
- Πολύ μεγάλα γράμματα
- Πολύ μικρά γράμματα
- Πολύπλοκα σχήματα μηχανισμών
- Ανακάτεμα ελληνικών και αγγλικών στις διαφάνειες

Πολλές σειρές - πολλές λέξεις

Παράδειγμα

DIABETIC NEPHROPATHY

General Aspects

- Diabetic nephropathy is the commonest cause of end-stage renal disease (ESRD) in the USA.
- The next most common cause is glomerulonephritis, the most important varieties being:
 - membranous glomerulonephritis (MGN)** and
 - focal sclerosing glomerulonephritis (GSGN)**.
- Among all the complications of diabetes mellitus, nephropathy is the diabetes-specific complication with the greatest mortality 1.
- Recently, there appears to have been an explosion in the incidence of diabetes mellitus (DM), which is most often type II, or non-insulin dependent diabetes mellitus (NIDDM).
- The increased incidence of NIDDM appears linked to a virtual epidemic of obesity in the USA.
- Among all diabetic patients in the USA, the overall incidence of diabetic nephropathy remains small at about 20%.
- However, it used to be believed that most cases of diabetic nephropathy occurred in individuals with insulin dependent diabetes mellitus (type I). However, recent data establishes that diabetic nephropathy now commonly occurs in patients with type II diabetes mellitus.

Ολόκληρη ή μέρος σελίδας βιβλίου

Παράδειγμα

45

- **Μορφές διαβητικής αμφιβληστροειδοπάθειας**
- Συνήθως η αμφι/πάθεια διακρίνεται σε τρεις μορφές:
- α. Την **απλή ή υποστρώματος** (background retinopathy)
- β. Την **προπαραγωγική**
- γ. Την **κακοήθη ή παραγωγική ή υπερπλαστική**
- Η **απλή μορφή** χαρακτηρίζεται από τα μικροανευρύσματα, τις αιμορραγίες και τα σκληρά εξιδρώματα. Από τα άτομα που έχουν απλή μορφή αμφι/πάθειας, ποσοστό 15% μεταπίπτει σε υπερπλαστική μορφή.
- Η **προπαραγωγική μορφή** χαρακτηρίζεται από τα βαμβακόμορφα εξιδρώματα και τις IRMA. Περισσότερα από πέντε βαμβακόμορφα εξιδρώματα προαναγγέλουν παραγωγική αμφι/πάθεια. Στη μελέτη ETDRS (Early Treatment Diabetic Retinopathy Study) μάτια με πολλαπλές θέσεις, όπου οι φλέβες παρουσίαζαν κάμψεις, σοβαρά IRMA και μεγάλες αιμορραγίες μέσα στον αμφιβληστροειδή είχαν το 55% μετάπτωση σε παραγωγική μορφή διαβητικής αμφι/πάθειας μέσα στον επόμενο χρόνο.⁸
- Η **υπερπλαστική μορφή** (Proliferative retinopathy) χαρακτηρίζεται από την παρουσία νεόπλαστων τριχοειδών και ινώδη ιστού. Επιπρόσθετα ευρήματά της μπορεί να είναι ενδοϋαλοειδική αιμορραγία και αποκόλληση του αμφιβληστροειδούς. Στην υπερπλαστική μορφή αμφι/πάθειας δεν λείπουν φυσικά και τα οφθαλμοσκοπικά ευρήματα της απλής αμφι/πάθειας.⁹
- Το **οίδημα της ωχρής κηλίδας** μπορεί να είναι αποτέλεσμα κάθε μορφής αμφι/πάθειας, όταν παθολογικά στοιχεία αθροίζονται στην περιοχή της (ωχροπάθεια). Η ωχροπάθεια είναι μία από τις αιτίες τύφλωσης, γιατί προκαλεί εκφύλιση των κυττάρων του ωχρικού βοθρίου. Με τη φλουαγγειογραφία το οίδημα της ωχρής κηλίδας διακρίνεται σε εστιακό και διάχυτο.¹⁰ Σε εργασία στο Wisconsin η συχνότητα του οιδήματος της ωχρής κηλίδας βρέθηκε σε ομάδα ασθενών με ΣΔ τύπου 1 8,2% (50/610), σε ομάδα με ΣΔ τύπου 2β (υπό ινσουλίνη) 8,4% (23/273) και σε ομάδα με ΣΔ τύπου 2α (χωρίς ινσουλίνη), 2,9% (11/379). Η ινσουλινοθεραπεία εν προκειμένω υποδηλώνει τη βαρύτητα ή τη διαφορετική διάρκεια του διαβήτη, άσχετα με τη γνωστή του διάρκεια.¹¹

Πολύ μεγάλα γράμματα

Παράδειγμα

- Πολλές σειρές - πολλές λέξεις
- Φωτογραφία από ολόκληρη σελίδα ή μέρος της
- Πολύ μεγάλα γράμματα
- Πολύ μικρά γράμματα
- Πολύ πολύπλοκα σχήματα μηχανισμών

Πολύ μικρά γράμματα

Παράδειγμα

- **Πολλές σειρές - πολλές λέξεις**
- **Φωτογραφία από ολόκληρη σελίδα ή μέρος της**
- **Πολύ μεγάλα γράμματα**
- Πολύ μικρά γράμματα
- Πολύ πολύπλοκα σχήματα μηχανισμών
- Ανακάτεμα ελληνικών και αγγλικών στις διαφάνειες

Σωστό μέγεθος γραμμάτων

Παράδειγμα

- Πολλές σειρές - πολλές λέξεις
- Φωτογραφία από ολόκληρη σελίδα ή μέρος της
- Πολύ μεγάλα γράμματα
- Πολύ μικρά γράμματα
- Πολύ πολύπλοκα σχήματα μηχανισμών

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΠΡΟΣ ΑΠΟΦΥΓΗ

Παράδειγμα

- ΕΝΙΑΙΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΧΡΟΜΑΤΙΚΟΥ ΥΠΟΣΤΡΟΜΑΤΟΣ

- ΕΝ

- ΒΟ

- ΣΩ

- ΣΥ

- ΑΝ

- ΝΑ

- ΤΑ

- Η

- ΛΕ

- ΠΟΤΕ ΠΟΛΥΦΩΡΤΩΜΕΝΟΥΣ ΠΙΝΑΚΕΣ ΚΑΙ ΠΟΛΥΠΛΟΚΑ ΣΧΗΜΑΤΑ

- ΠΟΤΕ ΚΟΚΚΙΝΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΕ ΜΠΛΕ ΦΟΝΤΟ

Ποτέ κόκκινα γράμματα σε μπλε φόντο
συνήθως δεν διαβάζονται εύκολα
σε αντίθεση με τα κίτρινα και τα άσπρα γράμματα

ΜΑΙΩΝ

Παράδειγμα για σύγκριση

Παράδειγμα

- Ενιαίος τρόπος χρωματικού υποστρώματος
- Ενιαίος τρόπος επικεφαλίδας
- Bold γράμματα της επικεφαλίδας (40 ή 36 η 32)
- Σωστές χρωματικές αντιθέσεις
- Συνήθως σκούρο υπόστρωμα –ανοιχτόχρωμα γράμματα η το αντίθετο
- Ποτέ κόκκινα γράμματα σε μπλε φόντο
- Να αποφεύγετε τα κεφαλαία
- Τα κεφαλαία διαβάζονται πιο αργά από ό,τι τα πεζά
- Η ανάγνωση γίνεται με εικόνες λέξεων και οι εικόνες των κεφαλαίων λέξεων δεν είναι συνηθισμένες στα μάτια μας

Ποιο λάθος στην προηγούμενη διαφάνεια

- Πολλές σειρές
- Πολλές λέξεις

Παράδειγμα για σύγκριση χειρισμού πολλών σειρών

- Ενιαίος τρόπος χρωματικού υποστρώματος
- Ενιαίος τρόπος επικεφαλίδας
- Bold γράμματα της επικεφαλίδας (40 ή 36 ή 32)
- Σωστές χρωματικές αντιθέσεις
- Συνήθως σκούρο υπόστρωμα –ανοιχτόχρωμα γράμματα ή το αντίθετο
- Ποτέ κόκκινα γράμματα σε μπλε φόντο
- Να αποφεύγετε τα κεφαλαία
 - Τα κεφαλαία διαβάζονται πιο αργά από ό,τι τα πεζά
 - Η ανάγνωση γίνεται με εικόνες λέξεων και οι εικόνες των κεφαλαίων λέξεων δεν είναι συνηθισμένες στα μάτια μας

Προέλκυση προσοχής

- Επισήμανση σοβαρότητας θέματος
- Επισήμανση τελευταίας σοβαρής ανακάλυψης
- Επισήμανση σοβαρού λάθους που γίνεται
- Σύντομο ανέκδοτο ή εντυπωσιακή εικόνα
- Animation
- Διακοπή ομιλίας με ερώτηση στο ακροατήριο
- Διακοπή ομιλίας με ερώτηση αν υπάρχει ερώτηση από ακροατή
- Αυξομείωση έντασης φωνής

Animation

- Με μέτρο
- Με κατάχρηση χάνεται η σοβαρότητα της παρουσίασης
- Αποσπάται η προσοχή από το κυρίως θέμα
- Εξαρτάται από το είδος του ακροατηρίου
- Καλή επιλογή για τελείωμα ομιλίας

Παράδειγμα για κλείσιμο ομιλίας

ΑΝ

Τι μπορούμε να λέμε στον ασθενή Παραφράζοντας τον Κίπλιγκ

- Δεν τρως υπερβολικά
- Δεν τρως βιαστικά
- Δεν τρως λιπαρά –παχυντικά φαγητά
- Δεν πίνεις συχνά ποτά
- Δεν κάνεις πλήρως καθιστική ζωή
- Κάνεις ελαφρά αερόβια άσκηση (έστω περπάτημα 40-60')
- Διατηρείς ιδανικό ή ελάχιστα παραπάνω βάρος

**Αν όλα αυτά τα κάνεις θα ζήσεις
περισσότερο χωρίς να χρειάζεσαι γιατρό**

Και δεν θα γίνεις έτσι

