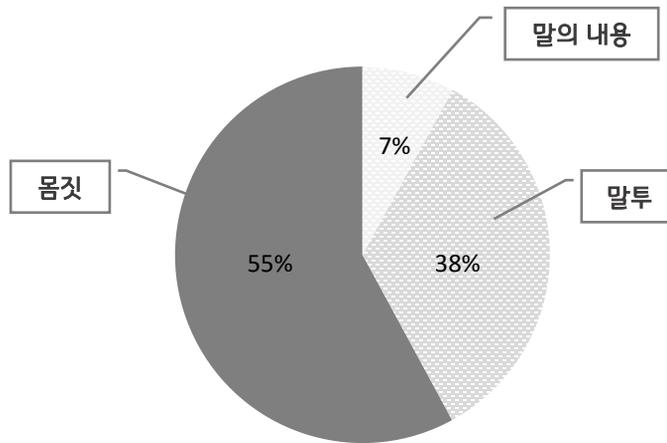


■ 핵심 포인트

소통이 잘된다고 느끼게 하려면
내 말이 상대방에게 정확히 전달되는 느낌을 제공하라

1. 말, 말투, 몸짓이 소통에 미치는 영향 분석



- ① 말의 내용 : 전달 내용 - 소통에 미치는 영향 7%
- ② 말투 : 목소리, 빠르기, 억양, 리듬 등 - 소통에 미치는 영향 38%
- ③ 몸짓 (Body Language) : 몸짓, 표정 등 외적 부분 - 소통에 미치는 영향 55%

에피소드

결혼 1년 차, 5년 차, 20년 차 부부를 대상으로 실험을 했습니다.
배우자가 연구원과 대화하는 장면을 찍은 비디오를 보여주면서
음성은 들려주지 않고 얼굴 모습만 보고 화면 속의 배우자의 감정이 어떤 상태인지,
심리상태는 어떤 지 맞춰보도록 했습니다.
그리고 난 다음 채점은 상대 배우자가 하도록 했습니다.
몇 년 차 부부들이 각자 배우자들의 감정을 가장 잘 맞췄을까요?

결과

1년차 > 5년차 부부 > 20년차 부부 순

원인

말의 내용, 말투, 몸짓의 밸런스가 깨졌기 때문
결혼 초기에는 서로에 대해 많이 알려고 노력하지만 점차 시간이 지날수록
상대방의 몸짓과 말투를 관심 밖으로 덮어버리고 혼자 해석해버리는 경우가 많다.

2. 말의 내용, 말투, 몸짓 연습 연습

1) 자존감과 자신감 회복

- 나의 자아가 단단하게 다져져 있어야 상대방의 말을 받아들이고 내 말을 자연스럽게 꺼낼 수 있다.

2) 낭독 연습

- 상대방에게 가끔씩 ‘뭐라고? 다시 말해줄래?’ 라고 듣는 사람들은 발음을 먼저 체크하라.
- 사투리의 유무보다는 나만의 세련되고 격조 있는 억양 만들기에 집중하라.
- 자기 말투에 맞게 음성을 조절하고 내용을 완벽하게 소화하라.

※ 테드 소렌스의 일화

존 F 케네디, 버락 오바마 등의 명연설은

바로 스피치 컨설턴트인 테드 소렌스가 집중한 ‘낭독연습’이 포인트

3) 몸짓 연습

- 언어와 말투와 몸짓을 일치시키고 나의 배려, 전문성, 카리스마, 진심을 보이도록 하는 몸짓 연습을 하라.

■ 기억해야 할 명언

“행동의 소리가 말의 소리보다 크다.”

- 미국의 심리학자 메라비언