

# Учебный курс ПУБЛИЧНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ

## *тренинг*

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### *Секреты публичного выступления*

Основные требования к публичной речи руководителя. Ключевые точки подготовки публичного выступления: цель - специфика аудитории – средства.

#### *Подготовка к выступлению*

Организационная подготовка к выступлению. Оправданность выступления: структура и логика. Внутренняя мотивация оратора. Выбор социально-психологической роли и стиля поведения выступающего. Как связана деятельность мозга с восприятием слов и речевых выражений.

#### *Техника речи*

Речь и восприятие. Дикция. Произношение. Лингвистика. Построение структурных фраз. Слова – паразиты. Употребление метафор в процессе высказываний. Лексика. Стилистика. Интонация. Соотношение краткости и обстоятельности. Использование художественных средств языка. Импровизация. Работа над голосом. Что такое резонаторы голоса и как они работают. Сила и выносливость голоса. Увеличение диапазона.

#### *Невербальные техники коммуникации*

Невербальные аспекты выступления. Организация пространства, поза, мимика, жестикация, зрительный контакт и т.д. Способы установления контакта с аудиторией. Манера поведения: как вы держите руки, как вы сидите, как вы стоите. Контакт глаз. Выражение лица. Ориентация. Место презентатора в помещении. Правила восприятия презентатора в зависимости от его расположения в зале. Структура аудитории.

#### *Структурное построение выступления*

Определение целей выступления. Структура выступления. Вступление, основная часть, кульминация, заключение. Приёмы качественного донесения информации. Как воздействовать на мотивацию слушателей и пробудить интерес? Правила влиятельной речи. Основные методы аргументации и убеждения слушателей. Построение логических аргументов. Установление и поддержание позитивных отношений со слушателями, создание благожелательной атмосферы. Установление доверия. Принципы благорасположения.

#### *Взаимодействие с аудиторией*

Эмоциональные аргументы. Работа с образами. Психологические способы влияния. Методы усиления воздействия на аудиторию. Работа с вектором внимания. Практические методы поддержания внимания и интереса слушателей в процессе выступления. Определение возможных вопросов аудитории и подготовка ответов. Ответ на критику. Работа с возражениями, провокациями, агрессивным поведением участников. Как парировать возражения. Поведение в сложных ситуациях. «Подводные камни» при публичном выступлении. Способы завершения контакта с аудиторией.

#### *Повышение эффективности выступлений*

Власть образа «я». Техники внутреннего самонастроения. Основные ошибки презентатора. Работа с имиджем презентатора. Как использовать собственные ресурсы. Как обратить волнение себе на пользу. Как избавиться от излишнего напряжения. Техники снятия волнения при публичном выступлении. Техники снятия стресса до, в ходе и после публичного выступления. Анализ ошибок в процессе выступления.