

Подготовка к эмоциональному интервью



Чтобы не бояться
выступать — нужно уметь
это делать. А чтобы уметь
— нужно учиться,
практиковаться,
выступать. Страх — от
незнания, неумения,
неизвестности.

Состояния



Приемы борьбы со страхом

- 1. Научитесь говорить с чужими людьми;
- 2. Научитесь красиво приветствовать;
- 3. Заряжайте людей;
- 4. Получайте удовольствие от общения;
- 5. Делайте комплименты;
- 6. Живите, а не позируйте.

Приемы подстройки

- Копируйте модель поведения собеседника
- Следите за дыханием
- Прислушайтесь к словам
- Улыбайтесь
- Смотрите в глаза

ПОЗИТИВ

- 1. Вызовите приятные воспоминания**
- 2. Создайте комфорт**
- 3. Используйте тепло**
- 4. Инструкция позитивного мышления**

Негатив

- Вызовите негативные эмоции предварительным диалогом
- Наделите нужным смыслом вопрос
- Давите на ценности
- Раздражайте

Техника внезапных вопросов

- Что бы вы хотели написать на своем надгробии?
- Считаете ли вы себя умнее всех знакомых?
- Как бы вы действовали, если бы настал зомби-апокалипсис?
- Оцените по шкале от 1 до 10, насколько вам везет в жизни?
- Что бы вы сделали за 5 часов до смерти?
- Вы бы убили Гитлера?

НЕ

РАЗДРАЖАТЬ

СПОРИТЬ

ОПРАВДЫВАТЬСЯ

ЖИТЬ ПРОШЛЫМ

ЗЛИТЬСЯ

ГОВОРИТЬ ПЛОХОГО

ОПАЗДЫВАТЬ

ЖДАТЬ СЧАСТЬЯ

СКРЫТЫЕ КОМАНДЫ ИЛИ

"ВЫ МОГЛИ БЫ ВЫСЛУШАТЬ МЕНЯ ВНИМАТЕЛЬНО?"

«ПОДАЙ МНЕ СОЛЬ!» - «ВЫ МОГЛИ БЫ ПОДАТЬ МНЕ СОЛЬ?»

МОДЕЛЬ ЭТОЙ РЕЧЕВОЙ ФОРМУЛЫ ПРОСТА:

«ВЫ МОГЛИ БЫ СДЕЛАТЬ ЭТО?»

ТАКЖЕ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЭТУ МОДЕЛЬ С ОТРИЦАТЕЛЬНОЙ ЧАСТИЦЕЙ «НЕ» -
ЭТО ПРАКТИЧЕСКИ НЕ ПОВЛИЯЕТ НА ЭФФЕКТИВНОСТЬ.

«ВЫ НЕ МОГЛИ БЫ СДЕЛАТЬ ЭТО?»

КАК ВАРИАНТ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ВОПРОС:

«МОГУ ЛИ Я ПОПРОСИТЬ ВАС СДЕЛАТЬ ЭТО?»

СЛОВА-ЛОВУШКИ

- «ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...?»
- «ПОНИМАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...?»
- «ОСОЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...?»
- «ПОМНИТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...?».

НАПРИМЕР: **«ОСОЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ ВСЕ ЛУЧШЕ И ЛУЧШЕ?»**

НА ВОПРОС «ВЫ ЗАМЕЧАЕТЕ, КАК УЛУЧШАЕТСЯ ВАШЕ НАСТРОЕНИЕ ПОСЛЕ ЗАНЯТИЙ ЙОГОЙ?» ОППОНЕНТ, СКОРЕЕ ВСЕГО, ОТВЕТИТ «ЗАМЕЧАЮ» ИЛИ «НЕ ЗАМЕЧАЮ». НО ФАКТ ТОГО, ЧТО НАСТРОЕНИЕ ЕГО УЛУЧШАЕТСЯ, АВТОМАТИЧЕСКИ УЙДЕТ **В ПОДСОЗНАНИЕ**.

СЛОВА-ЛОВУШКИ #2

«ВЫ ОБРАТИЛИ ВНИМАНИЕ, ЧТО ИВАН ИВАНОВИЧ СЕГОДНЯ НЕ В ДУХЕ?»

«ВЫ ЗАМЕЧАЕТЕ, ЧТО ВЫПОЛНЯЕТЕ ЭТО ЗАДАНИЕ ВСЕ ЛУЧШЕ И ЛУЧШЕ?»

«ОСОЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО СТАЛИ БОЛЕЕ УВЕРЕННЫМ?»

**СОЗНАНИЕ БУДЕТ ИСКАТЬ ОТВЕТ НА ВОПРОС, А ДЛЯ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО
ФАКТ ВАШЕЙ УВЕРЕННОСТИ СТАНОВИТСЯ ИСТИНОЙ.**

ДАННЫЕ ПРИЕМЫ ОЧЕНЬ ШИРОКО ИСПОЛЬЗУЮТСЯ В РЕКЛАМЕ.

**НУ ВОТ, НАПРИМЕР: «ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО ТОЛЬКО У НАС, КУПИВ ОДНУ
ПАРУ ОБУВИ, ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ СКИДКУ 30% НА ВТОРУЮ ПАРУ?».**

ВЫ УЖЕ ОСОЗНАЕТЕ СИЛУ ЭТИХ СЛОВ-ЛОВУШЕК?