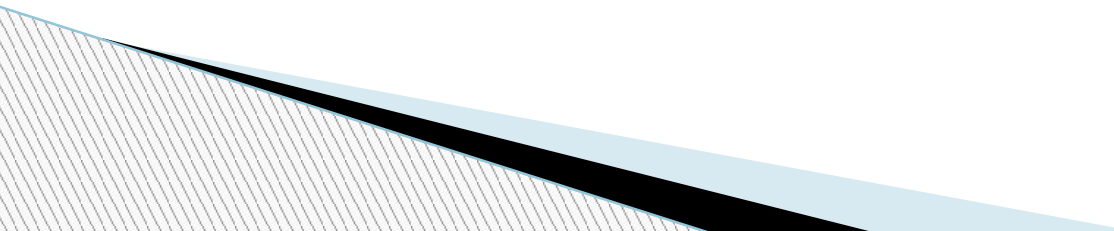


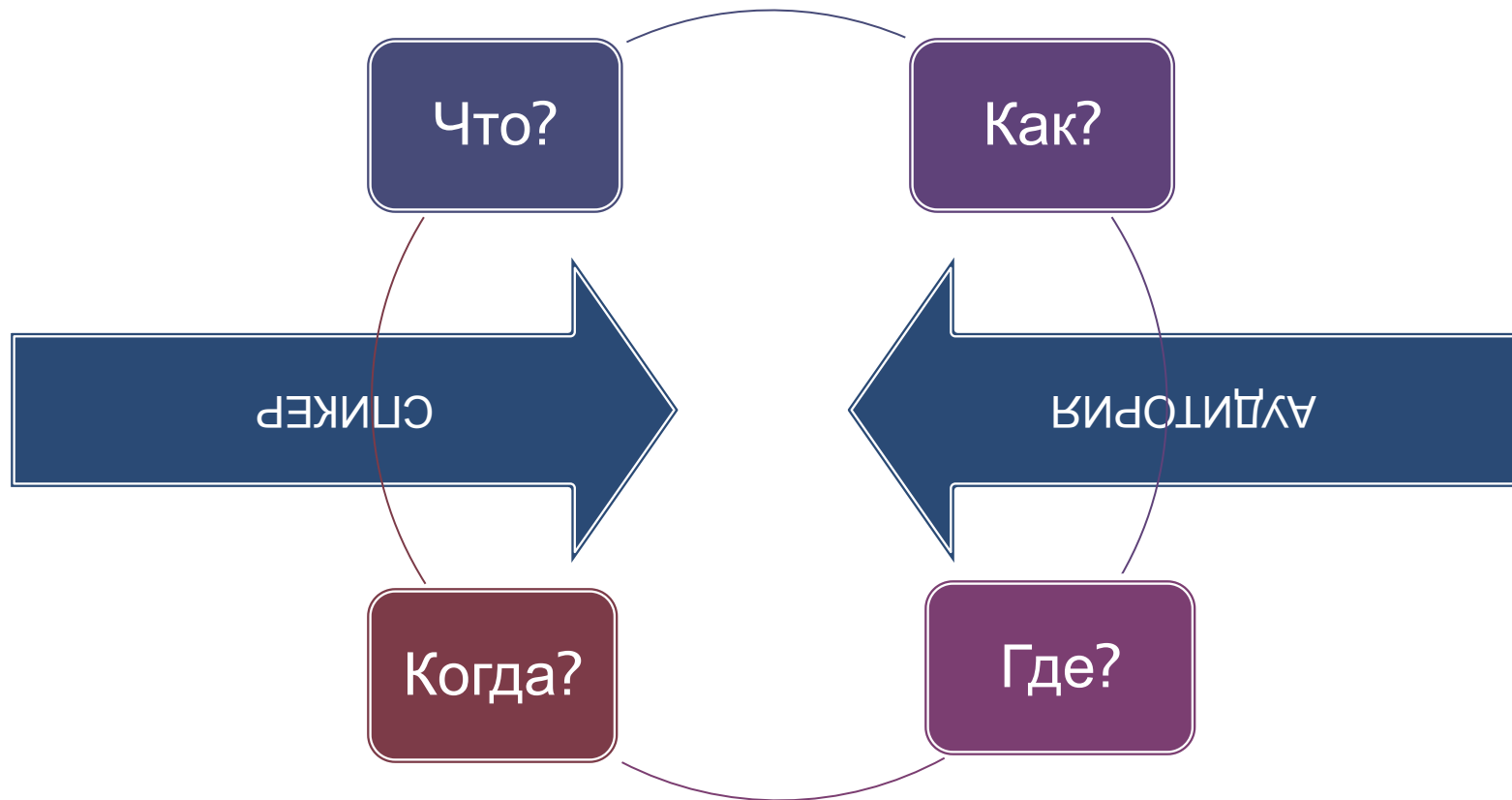
# МАНЕРА РЕЧИ



# О чем будем говорить?

- 1. Сущность и специфика публичного выступления
  - 2. Подготовка
  - 3. Факторы успеха
- 

# Композиция публичного выступления



# Цели

- Цели спикера:
  - Убеждение аудитории в совершении или не совершении какого-либо действия
  - Изменение целей, установок, мотивации аудитории
  
- Цели аудитории:
  - Информационный обмен
  - Эмоциональный контакт

# Подготовка к выступлению

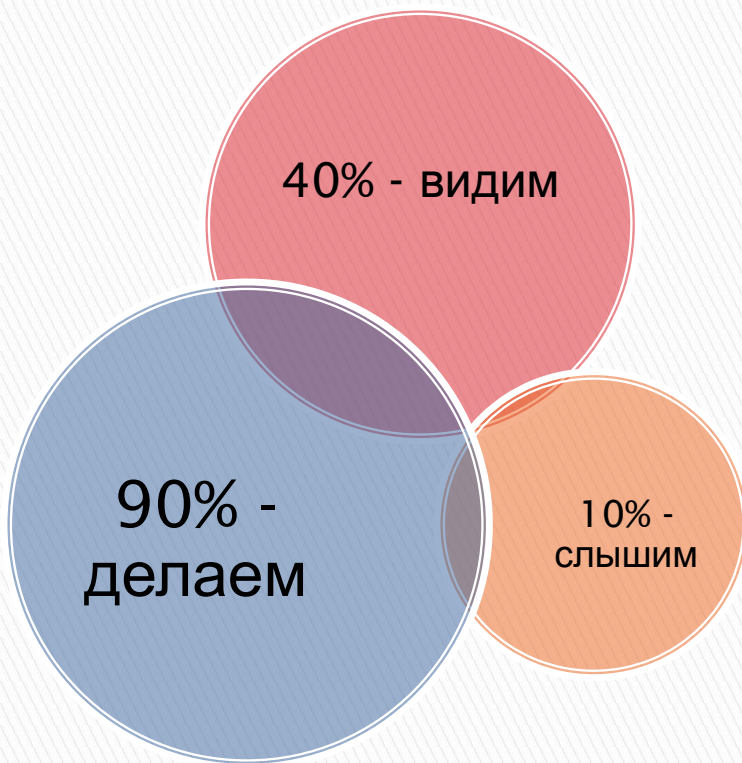
## ФИЗИОЛОГИЯ

- ▣ **Регулярно:**
  - Здоровый образ жизни
  - Утренняя зарядка
  - Голосовые и дыхательные упражнения
- ▣ **Перед выступлением:**
  - Кратковременный отдых
  - Разминка
  - Работа с голосом и дыханием
  - Временный отказ от вредных привычек

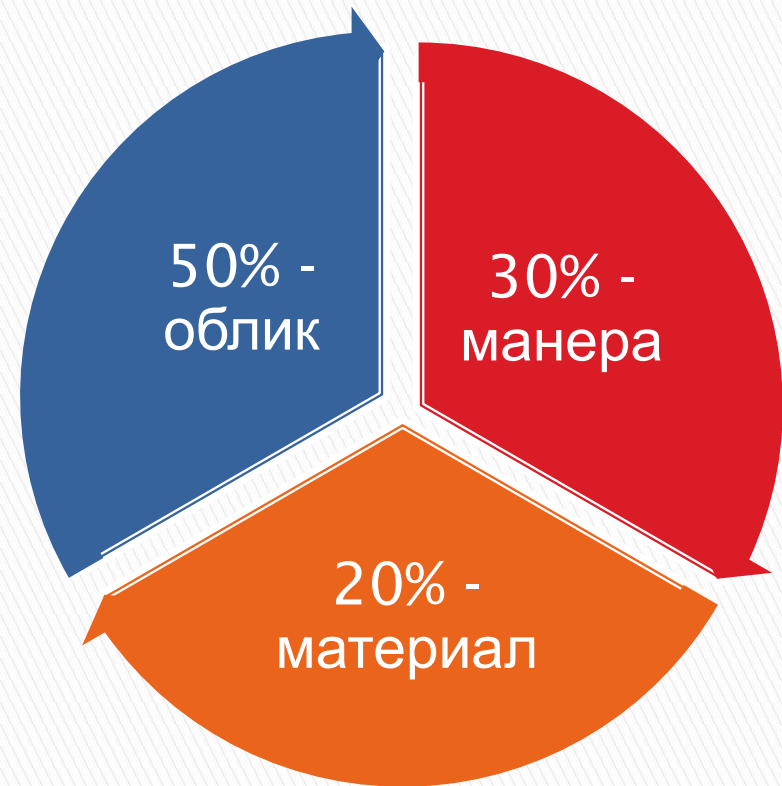
## ПСИХОЛОГИЯ

- ▣ **Регулярно:**
  - Правильные ориентиры
  - Адекватная важность
- ▣ **Перед выступлением:**
  - Внешнее спокойствие и уверенность
  - Внутренний драйв и удовольствие

# Невербальная сторона выступления



Восприятие информации



Положительное восприятие спикера

# Внешний образ

Внешний  
вид

Поза и  
движения

Мимика и  
жесты

- Привлекательность
- Контекст, ситуация, статус
- Соответствие
- Эстетичность
- Движения, изменение
- Важность
- Разнообразие речи
- Соответствие
- Артикуляция

# ПОЗА ОРАТОРА

## НОГИ

На ширине  
плеч

Носки врозь на  
30-40 градусов

Одна нога  
впереди на  
10-15 см

## КОЛЕНИ

Слегка  
пружинят

Чуть  
расслаблены

## ОСАНКА

Прямой  
позвоночник

Подбородок  
приподнят

## ПЛЕЧИ

Расслаблены и  
открыты

Руки слегка  
висят





# КОНТАКТ ГЛАЗ

ОХВАТ  
АУДИТОРИИ

Без  
мертвых зон

Равномерно

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ

В среднем 2-3  
секунды

Реакция  
до контакта

УСИЛЕНИЕ  
КОНТАКТА

Жест

Приближение



# ЖЕСТЫ

Симметрия

Баланс рук

Иногда  
одновременно

Широкие

Чтобы не  
дергались  
только кисти -  
отклеиваем  
локти

Выше пояса

Открытые

Раскрытые  
развернутые к  
аудитории  
ладони

Жесты-паразиты

Потирание  
носа

Поправление  
прически

Руки в  
карманы



# Техника речи

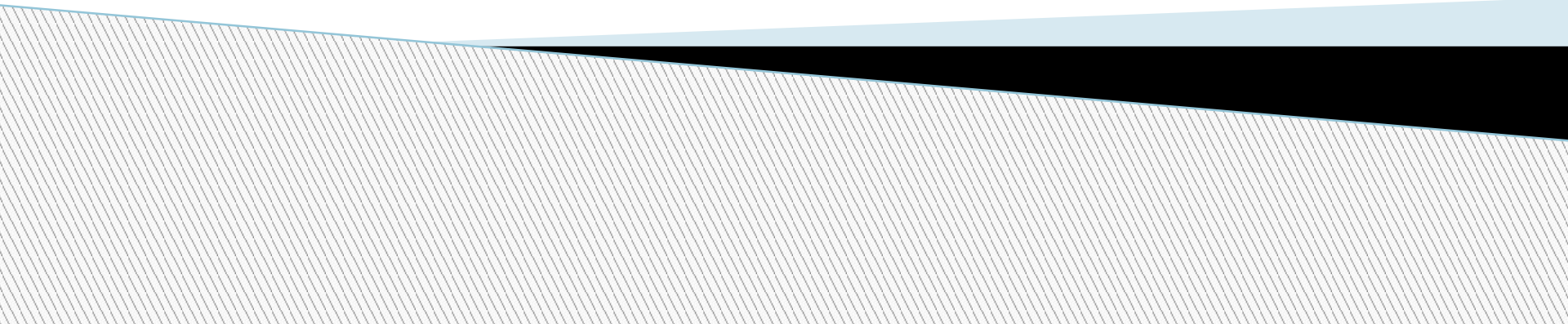
Дикция

Темп

Интонация

Голос

**КАК НЕ НАДО?**









# Факторы, влияющие на поведение аудитории

- Демографические
  - Возраст
  - Пол
  - Этнос
- Социальные
  - Положение в обществе
  - Уровень образования
- Индивидуальные
  - Интересы и предпочтения
- Уровень осведомленности
- Настрой
- Физическое состояние
- Внешнее окружение

Постоянные

Ситуационные

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

