

## **Искусство публичного выступления**

Общение сопровождает нас всю жизнь, а качество нашей жизни сильно зависит от мастерства общения. Если человек умеет заинтересовать собеседника, способен излагать свои мысли убедительно и ярко, чётко и уверенно, то ему проще добиться в жизни успеха. Но как стать мастером общения и ораторского искусства?

Предлагаем вашему вниманию несколько правил успешного публичного выступления, которое складывается из умения подготовить речь и умения свободно держаться перед аудиторией, владеть своим голосом и мимикой.

### ***Подготовка выступления***

Тему выступления надо выбирать тщательно, лучше остановиться на том, что хорошо знакомо и интересно лично. Сформулируйте основной тезис выступления, т.е. ответьте на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели).

Определите тональность выступления: шутливая; упрекающая; просительная; торжественная; предостерегающая.

### ***Этапы работы:***

- ✓ подбор материалов, включающий яркие примеры «из жизни», из истории и литературы, которые будете использовать в выступлении;
- ✓ анализ проблемы, ситуации;
- ✓ формирование собственной позиции к проблеме;
- ✓ композиционно-логическое оформление речи;
- ✓ аргументация выводов;
- ✓ работа над языком и стилем выступления;
- ✓ репетиция выступления.

## ***Важные мелочи***

***Фразы.*** Короткие фразы легче воспринимаются на слух, чем длинные. Лишь половина взрослых людей в состоянии понять фразу, содержащую более 13 слов. Необходимо избегать сложных предложений, причастных и деепричастных оборотов.

***Паузы-*** очень важный элемент выступления. Известно, что слова звучат убедительнее после мини-пауз. Не следует говорить без паузы дольше, чем 5,5 сек.

***Время.*** Аудитория внимательно слушает и воспринимает речь не более 15-20 минут.

***Грамотность.*** Проверьте по словарям значения «умных» слов, которые вы используете. Выясните правильность их произношения.

***Конспект.*** Основные тезисы речи лучше записать на небольшие карточки. Читать текст не рекомендуется, желательно выучить его наизусть и произносить по памяти, лишь время от времени заглядывая в свои заметки.

***Репетиция.*** Отшлифуйте фразы, интонацию, мимику перед зеркалом. Выступление не должно быть монотонным, поэтому следует менять тембр голоса, подчеркивая новые и важные мысли.

***Одежда.*** Универсальное правило успешного публичного выступления — не допускать дисбаланса между тем, что вы говорите, и тем, как вы выглядите. Одежда и обувь не должны доставлять вам внутренний дискомфорт и отвлекать внимание аудитории.

***Психологический настрой.*** При выходе к аудитории двигайтесь уверенно, не семените и не делайте суетливых движений. Не спешите сразу начинать выступление, сделайте паузу (5-7 секунд), чтобы подготовиться психоло-

гически и настроить аудиторию на общение. При сильном волнении сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов перед началом речи.

***Контакт с аудиторией.*** Обведите взглядом всю аудиторию. Зафиксируйте для себя взглядом нескольких из присутствующих, которые станут зрительными точками опоры в вашем выступлении, затем начинайте говорить.

***Общение с аудиторией.*** Обращение к аудитории помогает установить доверительный контакт в ходе выступления. Косвенными обращениями могут служить такие выражения: «Как вам известно», «Уверен, что вас это не оставит равнодушными» и т.д.

***Эмоциональность.*** Бесстрастная и вялая речь не вызывает отклика в сердцах слушателей, какой бы интересной и важной темы она ни касалась. И, наоборот, иной раз даже не совсем складное выступление затронет аудиторию, если оратор говорит о накипевшем на душе, если аудитория поверит в искренность выступающего.

***Завершая речь,*** необходимо посмотреть в глаза слушателям и сказать что-нибудь приятное, продемонстрировав свое удовлетворение от общения с аудиторией.

***Поблагодарите слушателей за внимание!***