

# ПРАВИЛА И ПРИЕМЫ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

# ОПРЕДЕЛЕНИЕ «ПУБЛИЧНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ»

**Публичное выступление  
- это передача одним  
выступающим  
информации разного  
уровня в ходе общения  
с широкой аудиторией.**

# ЭТАПЫ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

- Подготовка
- Вхождение в контакт
- Концентрация внимания
- Поддержание внимания
- Аргументация и убеждение
- Завершение выступления

# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## **Ошибка 1: Несоответствие.**

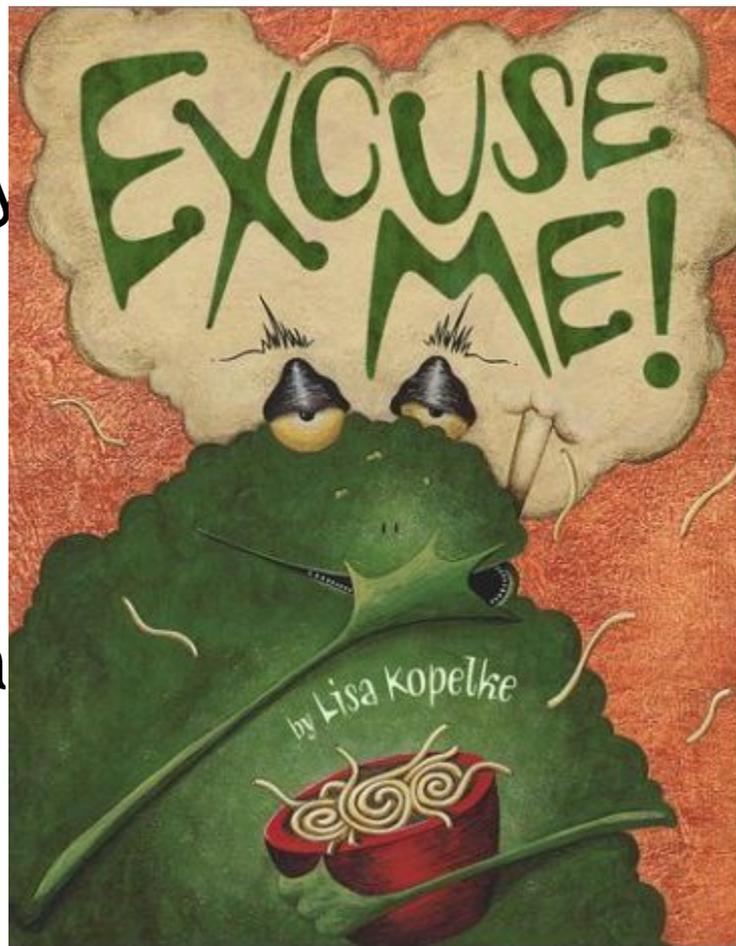
Когда содержание ваших слов расходится с тоном речи, осанкой и языком тела, публика мгновенно это замечает. Аудитория обладает безошибочным чутьем в отношении того, что касается настроения оратора и его самочувствия.

# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 2:

### Оправдания.

Публике по большому счету все равно, волнуетесь вы или нет, как долго вы готовили свой доклад и какой у вас опыт публичных выступлений.



# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 3. Извинения

Эта ошибка похожа на предыдущую.

Начинающие ораторы любят извиняться, предлагая снять с них вину за плохое качество доклада.

«Прошу простить меня за... (мой простуженный голос, мой внешний вид, плохое качество слайдов, слишком короткое выступление, слишком длинную речь и т.д. и т.п.)».

# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 4: Глаза и брови

Вы действительно уверены, что хорошо управляете своей мимикой? Большинству новичков только кажется, что это так. На самом деле контролировать мимику неподготовленному человеку нелегко.

# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 5: Подбор слов.

Мы слышим и понимаем отдельные слова прежде, чем понимаем все предложение целиком. Поэтому на значение отдельных слов мы реагируем быстрее и менее осознанно, чем на значение предложений



# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 6: Отсутствие юмора.



# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 7: Всезнайство.

Еще хуже неуверенных и неподготовленных ораторов - ораторы напыщенные и надутые, лопающиеся от осознания собственной важности. Они всегда считают себя умнее аудитории, к которой обращаются.



[Увеличить](#)

# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 8: Суетливость.

Отвлекаясь от страха перед публикой, начинающий оратор может торопливо ходить от стены к стене туда-сюда, словно маятник, проделывать суетливые манипуляции с предметами и делать прочие ненужные движения.



# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## **Ошибка 9: Монотонность**

Ничто не утомляет так, как доклад на интересную тему, читаемый скучным монотонным голосом. Такие публичные выступления сродни китайской пытке капающей водой: вода монотонно капает не темечко истязаемого и постепенно доводит его до сумасшествия.

# 10 ОШИБОК НАЧИНАЮЩЕГО ОРАТОРА

## Ошибка 10: Отсутствие пауз

Новички в ораторском ремесле панически боятся пауз, неизбежно возникающих во время публичного выступления. Как правило они спешат заполнить их разной словесной чепухой и словами-паразитами («Ээээ... Значит так... Ээээ... Ну, что еще сказать... Ээээ...»).

# ПРАВИЛА И ПРИЕМЫ ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

## Определение темы и цели выступления

- Тему выступления следует тщательно выбирать. Если есть возможность, то нужно остановиться на том, что хорошо знакомо и интересно лично выступающему.
- Не надо пытаться «втиснуть» слишком много материала в ограниченное время. Еще Шекспир сказал: «Где мало слов, там вес они имеют».
- Если есть возможность, то необходимо подумать над будущей речью несколько дней.

# ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

## Оценка аудитории и обстановки

- Спросите себя: «Кто мои слушатели?». Если ответ затруднителен, то лучше представить себе группу из двух-трех человек, к которым обращено выступление. Обязательно нужно принять во внимание следующие характеристики аудитории:
  - - возраст и уровень образования;
  - - профессия;
  - - цель прихода людей на выступление;
  - - уровень заинтересованности в теме;
  - - уровень осведомленности в данном вопросе;

# ПУБЛИЧНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ

- Место выступления - очень важный фактор успешного выступления. Для того чтобы чувствовать себя уверенно, нужно заранее прийти в зал и освоиться. Если предполагается использование микрофона, то его необходимо отрегулировать.
- Перед выступлением очень важно установить, с какой стороны будут смотреть на вас слушатели. Выбирая место, учитывайте свой рост.

# ИТОГ. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА.

- 1. Выступление не должно содержать более семи основных идей, так как больше никто не запомнит.
- 2. Экспериментируйте с голосом. Хорошо работает метод волнообразной речи, суть которой заключается в повышении и понижении интонации.
- 3. Очень важно контролировать скорость речи: при быстрой речи аудитория не воспринимает всего материала, а при медленной - люди отвлекаются.
- 4. Установлено, что короткие фразы легче воспринимаются на слух, чем длинные. Лишь половина взрослых людей в состоянии понять фразу, содержащую более тринадцати слов.

# ИТОГ. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА.

- 5. Неоднократное повторение простых выразительных фраз, ярких словосочетаний способствует успеху публичного выступления. Однако старайтесь избегать неуместного и несвоевременного их употребления.
- 6. Известно, что обращение к аудитории создает более доверительный контекст взаимного контакта выступающего и слушателей.. Так, косвенными обращениями могут служить такие выражения, как «Как Вам известно», «Уверен, что Вас это не оставит равнодушными».
- 7. Не демонстрируйте превосходства или легкомысленности при общении с аудиторией, не вещайте «свысока» менторским тоном.

## ИТОГ. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА.

- 8. Обращайте внимание на свои глаза и брови. Если они будут говорить то же, что и ваши слова, публика вас полюбит.
- 9. Добавьте в свою серьезную речь улыбку, разбавьте шутками, расскажите забавную историю. Людям нужно периодически отдыхать.
- 10. Не считайте аудиторию глупее вас. Напыщенность и всезнайство могут сыграть с вами очень злую шутку.
- 11. Не бойтесь делать паузы. Обычно публика воспринимает их длительность гораздо короче, чем это кажется самому докладчику.