



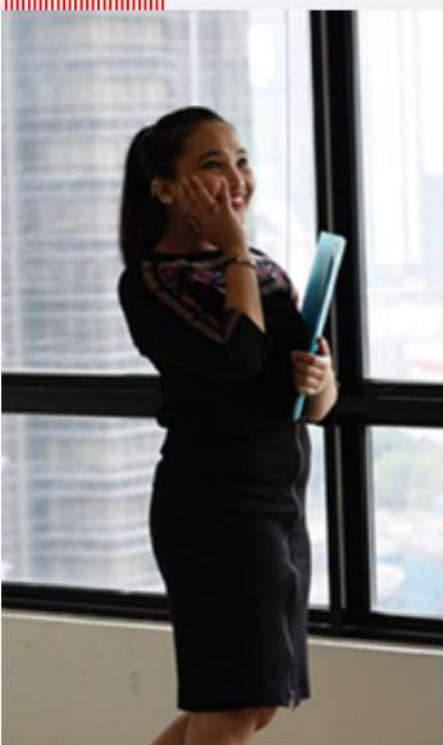
КАК ПОБОРОТЬ СТРАХ ГОВОРИТЬ?

5 советов
на каждый день

01

СДЕЛАЙТЕ КОМПЛИМЕНТ

Это отличный способ расположить человека к себе.



Если вы выступаете перед аудиторией, скажите что-то хорошее про компанию, которую она представляет, про ее стойкость (если вашу презентацию назначили на восемь вечера), про то, какие нестандартные и глубокие вопросы люди задавали предыдущему оратору.

Покажите свою доброжелательную заинтересованность.



ПОСМЕЙТЕСЬ НАД СОБОЙ

Люди очень любят тех, кто признает свои провалы и ошибки, да еще с улыбкой приводит примеры.



Не бойтесь смеяться над собой! Это те самые дорогие моменты, которые подарят вам зависть и восторг окружающих. Путь к этому долгий, но потом вы получите радость от того, что легко сможете признаться в своих слабостях. Даже публично.

Потому что **признание слабостей — это сила.**



В РАЗГОВОРЕ РАССКАЖИТЕ ИСТОРИЮ

Начало в стиле «Знаете ли вы, что...» — один из способов захватить внимание.



Выручить могут такие слова и фразы: «однажды», «представьте себе», «я вас удивлю», «загадаю вам загадку» (еще есть много вариантов, поищите их).

В истории постарайтесь затронуть то, что найдет отклик. Это может быть не только история, но и новая неожиданная яркая информация, байка или удачная шутка.



ЗАДАЙТЕ ПРОВОКАЦИОННЫЙ ВОПРОС

Это даст собеседнику понять, что вам действительно интересно, чем он живет и занимается.



Формула такова: **в первой фразе** приведите факт из жизни человека (или цитату из его речей и выступлений). **Во второй** — другой факт (или, опять же, цитату). Но первый и второй факты (или фразы) противоречат друг другу. После этого задайте собственно вопрос.



ЗАПИШИТЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ НА КАМЕРУ

Так вам удастся посмотреть на себя со стороны.



Придумайте речь и снимите, как ее произносите, на видео. А еще можно выступить перед близкими. Или найти в Интернете тех, кто стремится говорить ярче, чище, понятнее. Продемонстрировав свою речь другим людям, вы увидите свои удачи и просчеты. Сможете побороть страх. Без этого трудно научиться общаться грамотно.

