



ASTANA QALASYNYŇ
AZAMATTYQ BASTAMALAR
ORTALYǴY

K A M E D A
ЦЕНТР ИССЛЕДОВАНИЙ И КОНСАЛТИНГА

Тренинг “Эффективные публичные выступления” Модуль «Как презентовать себя и свое дело»



SYNERGY
ШКОЛА ЛИДЕРСТВА

Школа лидерства Synergy
Бизнес тренер Самат Панов
Астана-2022

О себе

- **Резюме:** в данной речи вы должны рассказать о себе, о ваших интересах, хобби и т.д. Старайтесь установить контакт с аудиторией. Если хотите, вы можете использовать записи во время речи.
- **Цели:**
 - Начните говорить перед аудиторией
 - Выявить имеющиеся навыки публичного выступления и навыки, которые требуют внимания, улучшения.

Время: 2-3 минуты

О себе

- Выберите 3-4 аспекта в своей жизни, чтобы у аудитории возникло понимание о том, кто вы как человек.
- Вы можете говорить о месте рождения, образовании, учебе или семье.
- Старайтесь быть искренними.
- **Начало, основная часть и завершение.**
 - Запомните начало и завершение.
 - Лучше выбрать несколько (3-4) основных моментов (истории, анекдоты, примеры)

О себе

- Если вы думаете что вам необходимы записи, напишите набросок речи на листочке
- **Самоподготовка**
 - Репетируйте речь. Как было сказано ранее, запомните начало и завершение.
 - Презентуйте речь другу, знакомому. Спросите комментарии.
 - Воспринимайте речь как разговор с друзьями

Презентация

- Как только вы отрепетировали речь, расслабьтесь.
- Как только вас представили, сделайте глубокий вдох и медленно выдыхайте.
- Сделайте паузу и потом начните с выученного начала.
- Когда говорите, поддерживайте зрительный контакт с разными людьми в аудитории
- Закончите с выученным завершением.

Оценка

- После завершения, вы можете подумать о том, что могли бы сделать по-другому.
- Поздравьте себя и отметьте, что вы сделали хорошо и над чем надо поработать.