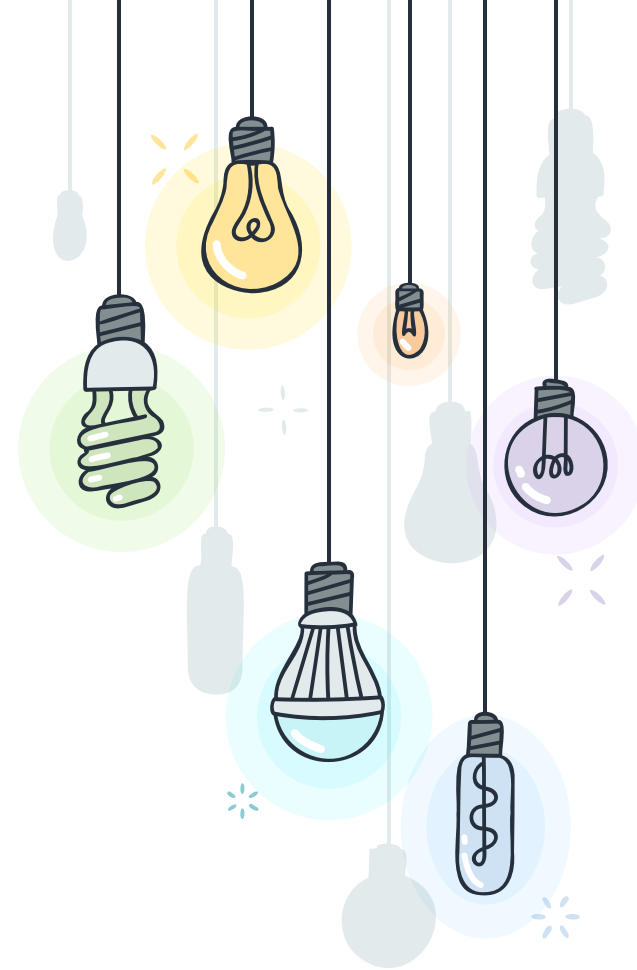




КУРС «РИТОРИКА»
ТЕМА. ГОЛОС ТА МОВА ТІЛА

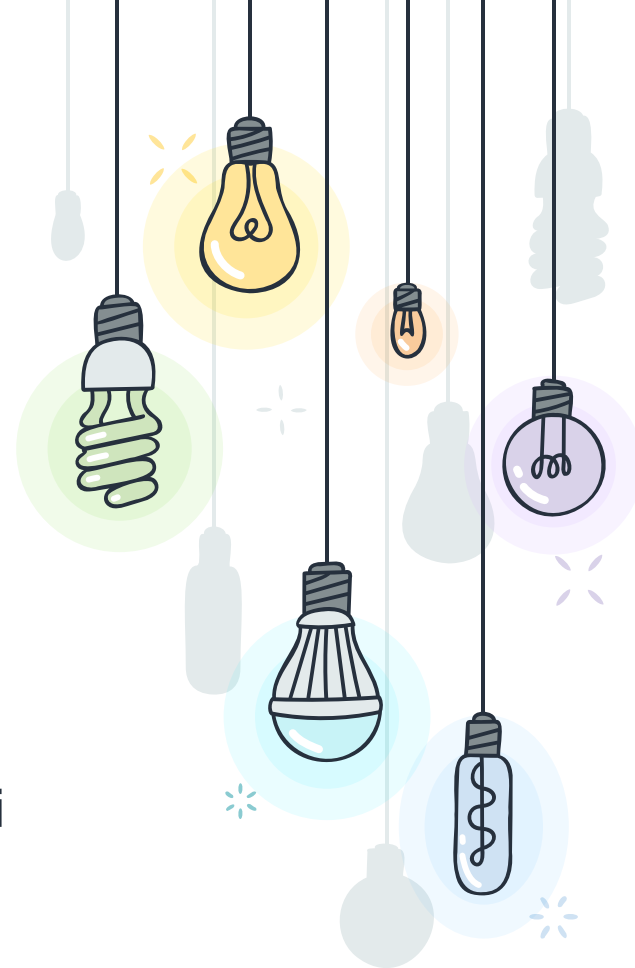
* СКЛАДОВІ ТЕМИ:

- + жестикуляція та міміка
- + зоровий контакт
- + орієнтація у просторі
- + голос
- + розстановка смислових акцентів у виступі
- + керування увагою аудиторії



* НАВИЧКИ, ЗДОБУТІ ПРИ ОЗНАЙОМЛЕННІ ТЕМИ:

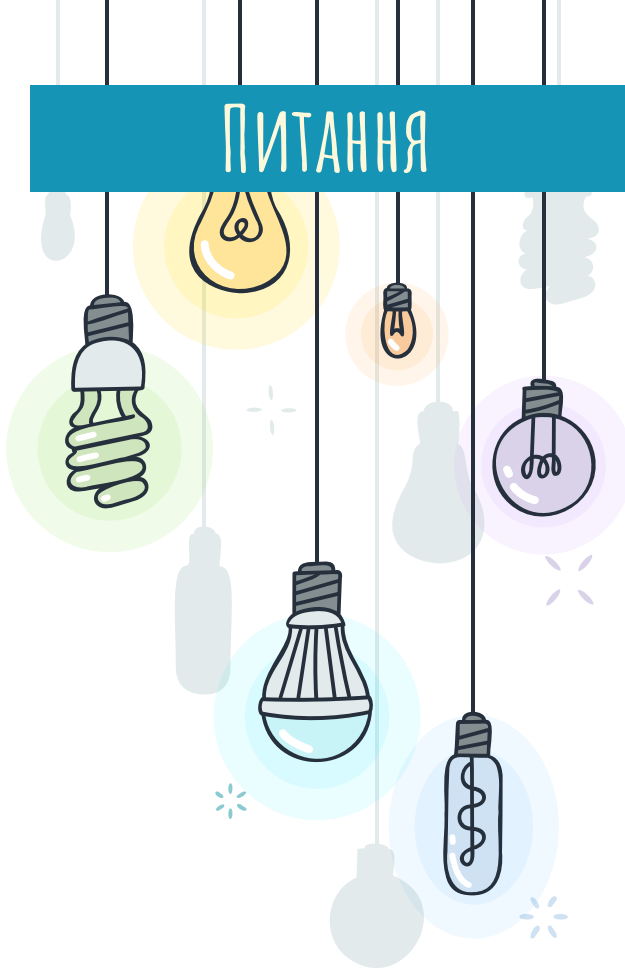
- + опанування підбору жестів та міміки, що відповідатимуть змісту виступу
- + навчання встановлення зорового контакту
- + можливість орієнтації у просторі
- + поставлення голосу
- + навчання розстановці смислових акцентів у виступі
- + розуміння, як керувати увагою аудиторії





ЩО НЕ МОЖНА ДІЗНАТИСЬ ЗА ЖЕСТАМИ, РУХАМИ, ПОЗОЮ ТА МІМІКОЮ ЛЮДИНИ:

- риси характеру
- смаки
- настроїв
- вчинки
- нахили
- вподобання
- наміри
- почуття
- історію життя





ЩО НЕ МОЖНА ДІЗНАТИСЬ ЗА ЖЕСТАМИ, РУХАМИ, ПОЗОЮ ТА МІМІКОЮ ЛЮДИНИ:

риси характеру

смаки

настроїв

вчинки

нахили

вподобання

наміри

почуття

історію життя



Більше того, мова тілом є інструментом, що відображає ество людини, тому вона не здатна брехати і її важко фальсифікувати. Саме через це, відсутність жестів є наочним відображенням проблем.

ВІДПОВІДЬ





ЯКУ З ПЕРЕЛІЧЕНИХ ПРОБЛЕМ НЕ МОЖНА ВИЯВИТИ ЗА ВІДСУТНІСТЮ ЖЕСТІВ СПІКЕРА?

- страх
- боязнь бути невірно зрозумілим
- поспіх
- зневіра у власних силах
- брехня





ЯКУ З ПЕРЕЛІЧЕНИХ ПРОБЛЕМ НЕ МОЖНА ВИЯВИТИ ЗА ВІДСУТНІСТЮ ЖЕСТИВ СПІКЕРА?

- страх
- боязнь бути невірно зрозумілим
- поспіх
- зневіра у власних силах
- брехня



Це відбувається через те, що люди жестикулюють незалежно від того, є перед ними аудиторія чи ні. Наочно це виявляється у телефонних розмовах.

ВІДПОВІДЬ



ЩО МОЖЕ ОЗНАЧАТИ ЦЕЙ ЖЕСТ?



- нічого не означає, захотілось почухати шию
- знак «відвали»
- не знаю
- знак запрошення погуляти

ЩО МОЖЕ ОЗНАЧАТИ ЦЕЙ ЖЕСТ?



- нічого не означає, захотілось почухати шию
- знак «відвали»
- не знаю
- знак запрошення погуляти



Цей жест означає небажання спілкуватися з людиною і використовується із таким значенням у Бельгії, Франції, Північній Італії та Тунісі.

“

Оратор має знати, як триматися на людях, які жести не слід використовувати у професійній сфері, як володіти голосом. Саме це допомагає тримати увагу аудиторій, впливати на неї, співпрацювати.

Бо наше тіло не мовчить - воно постійно говорить і показує 😊



ЖЕСТИ БУВАЮТЬ ТРЬОХ ВИДІВ: МЕХАНІЧНІ, ЕМОЦІЙНІ ТА ІЛЮСТРАТИВНІ

Механічні

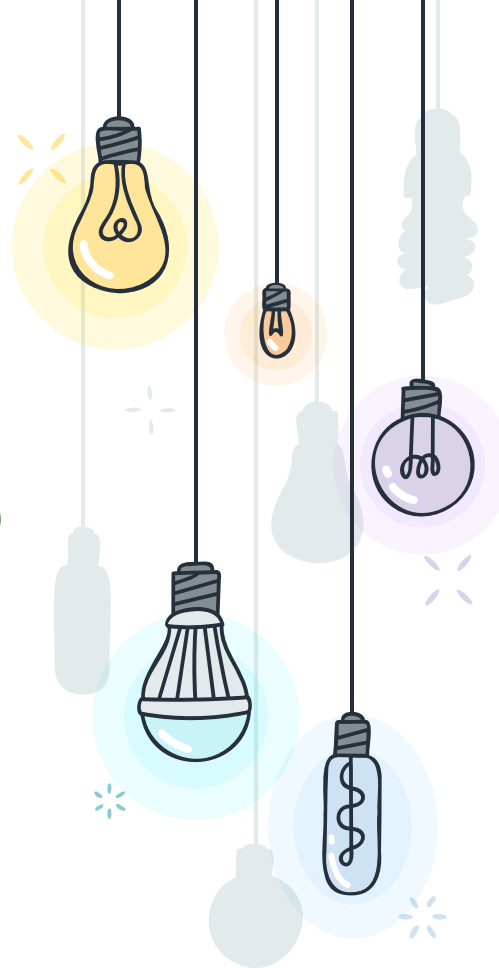
Супроводжують мову без зв'язку з її змістом, тобто виникають автоматично

Емоційні

Підсилюють виразність мови, прикрашають її, допомагають у донесенні основних думок

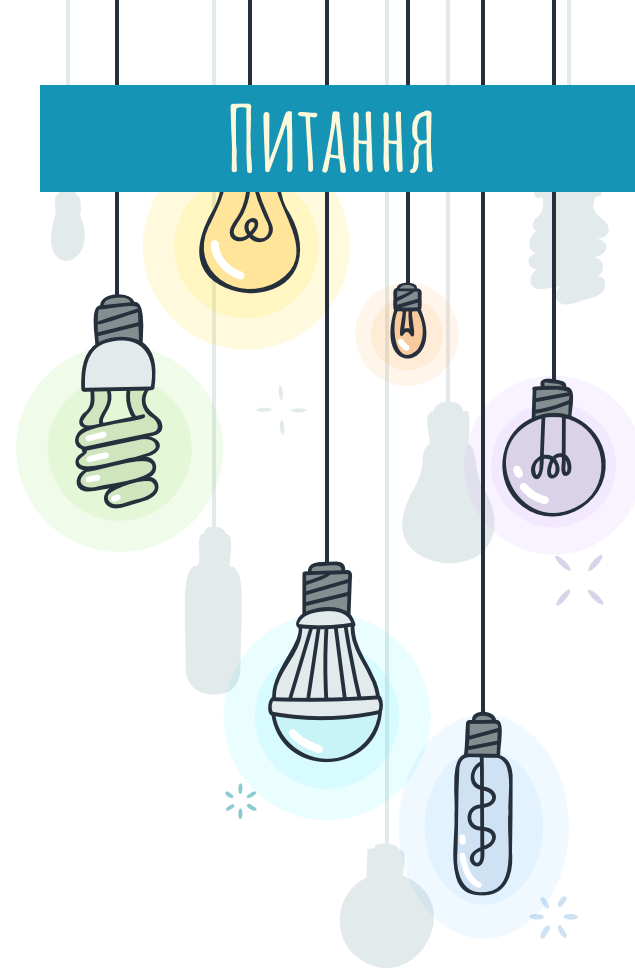
Ілюстративні

зображують те, про що йдеться



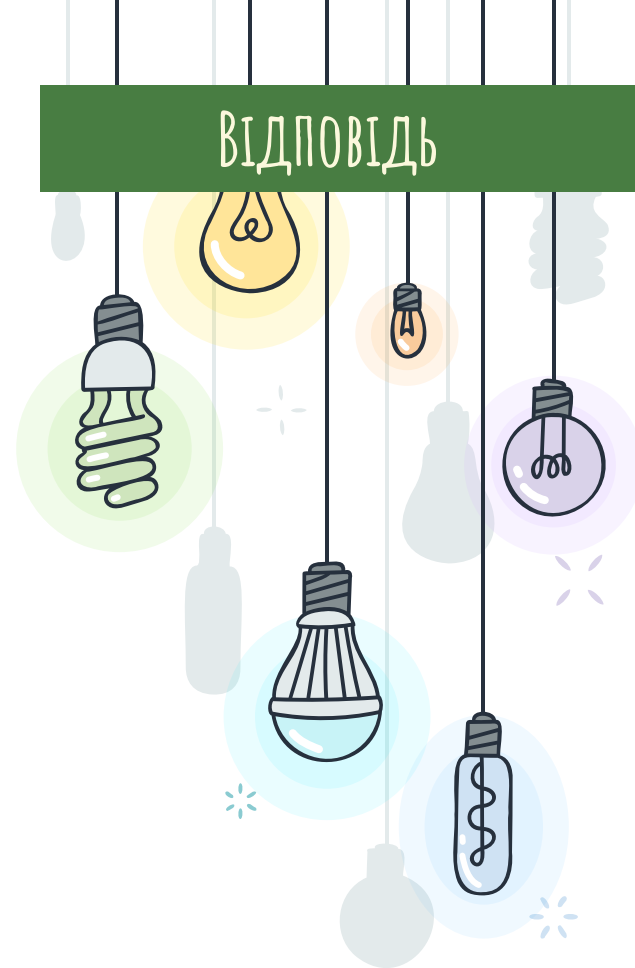
❁ ЯКІ З ВИДІВ ЖЕСТІВ НЕ БАЖАНО
ВИКОРИСТОВУВАТИ У ПРОФЕСІЙНІЙ СФЕРІ АБИ
НЕ ЗАШКОДИТИ САМОМУ СОБИ?

- механічні жести
- емоційні жести
- усі варіанти не вірні
- усі варіанти вірні
- ілюстративні жести



❁ ЯКІ З ВИДІВ ЖЕСТИВ НЕ БАЖАНО
ВИКОРИСТОВУВАТИ У ПРОФЕСІЙНІЙ СФЕРІ АБИ
НЕ ЗАШКОДИТИ САМОМУ СОБИ?

- ✓ механічні жести
- ✗ емоційні жести
- ✗ усі варіанти не вірні
- ✗ усі варіанти вірні
- ✓ ілюстративні жести



ОБЕРІТЬ КОЖЕН ЖЕСТ, ЯКИЙ НЕ БАЖАНО ВИКОРИСТОВУВАТИ ПІД ЧАС СЕРЙОЗНИХ ВИСТУПІВ

- прищурення
- посмішка
- крутити пальцем біля скроні
- показувати язика
- підморгування
- піднятий середній палець
- почесування
- повітряний поцілунок
- комбінація пальців «V»
- великий палець догори
- відмашка руками
- потріскування пальцями



ОБЕРІТЬ КОЖЕН ЖЕСТ, ЯКИЙ НЕ БАЖАНО ВИКОРИСТОВУВАТИ ПІД ЧАС СЕРЙОЗНИХ ВИСТУПІВ

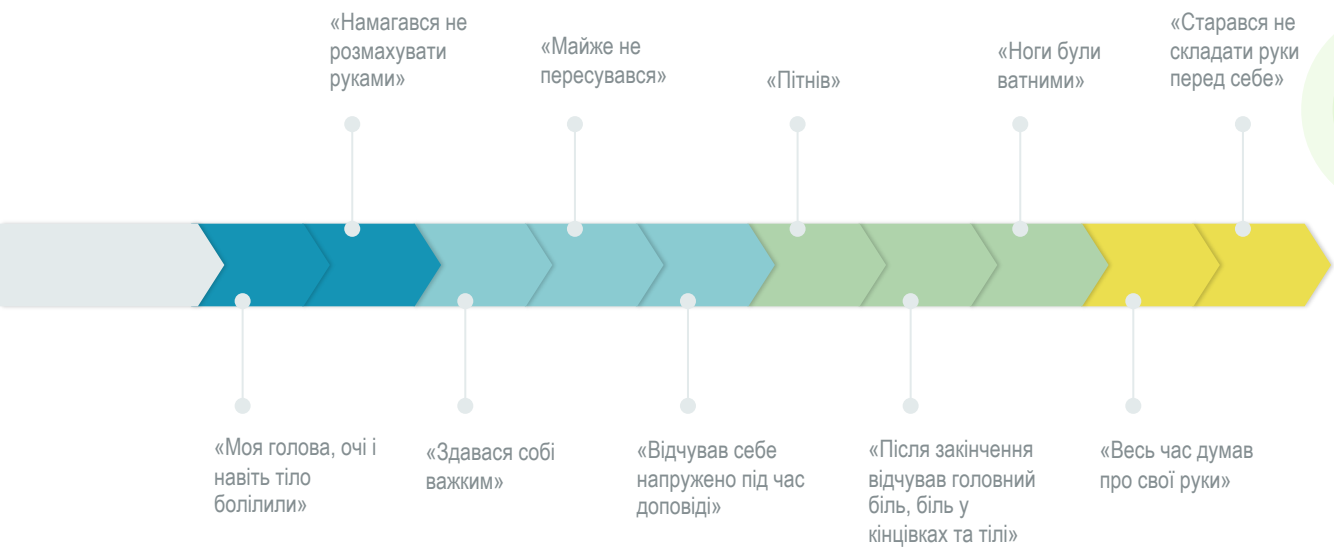
- | | |
|-------------------------------|--------------------------|
| ✓ прищурення | ✓ почесування |
| ✗ посмішка | ✓ повітряний поцілунок |
| ✓ крутити пальцем біля скроні | ✗ комбінація пальців «V» |
| ✓ показувати язика | ✗ великий палець догори |
| ✓ підморгування | ✓ відмашка руками |
| ✓ піднятий середній палець | ✓ потріскування пальцями |



“ Навмисне стримування жестів
впливає на внутрішній стан людини і
є причиною подальших
психосоматичних проблем.



ІНДИКАТОРИ, ЯКІ ВКАЗУЮТЬ НА СТУПІНЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО НАПРУЖЕННЯ ПІД ЧАС ПУБЛІЧНОГО ВИСТУПУ



ВПРАВА

Станьте перед дзеркалом.

Використовуючи жести, вимовите фрази:

 «Пропоную Вам»

 «Завтра»

 «Кожного дня»

 «Сьогодні»

 «Поступово»

 «Я так бачу»

 «Вузька направленість»

 «Це непросто»

 «Щодо мене»

 «Стосується кожного»

 «Радий Вас бачити»

 «Особисто для мене»

 «Давайте подумаємо»

 «Нам потрібно рішення»





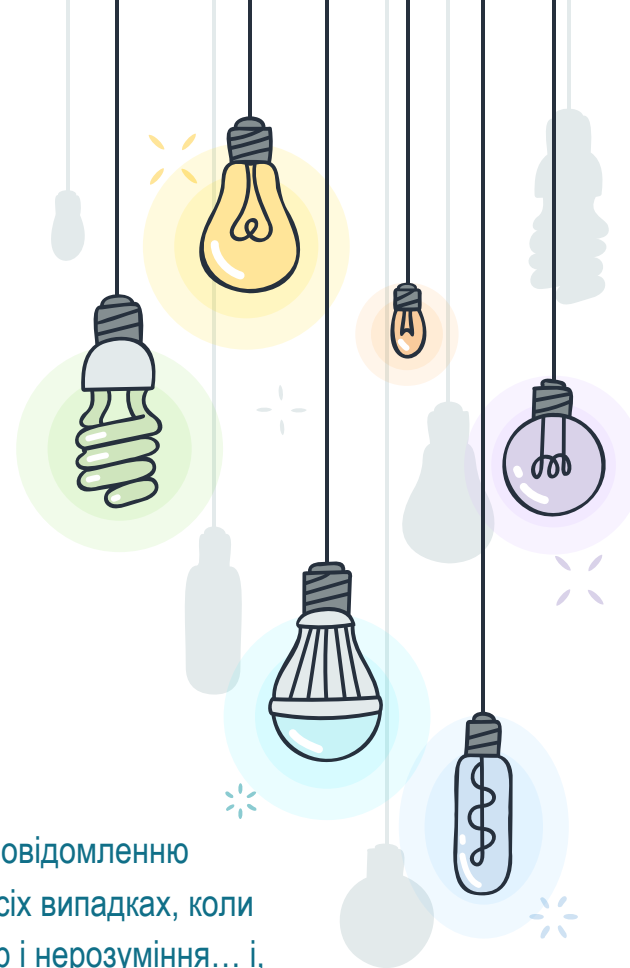
Часом оратори використовують жести, які викликають погану реакцію у аудиторії:

Жести миготять хаотично, подібно білому шуму, тоді здається, що оратор метушиться, робить багато зайвих рухів, незрозуміло до чого, незрозуміло навіщо

Невідповідність жестів озвучуваним словам,

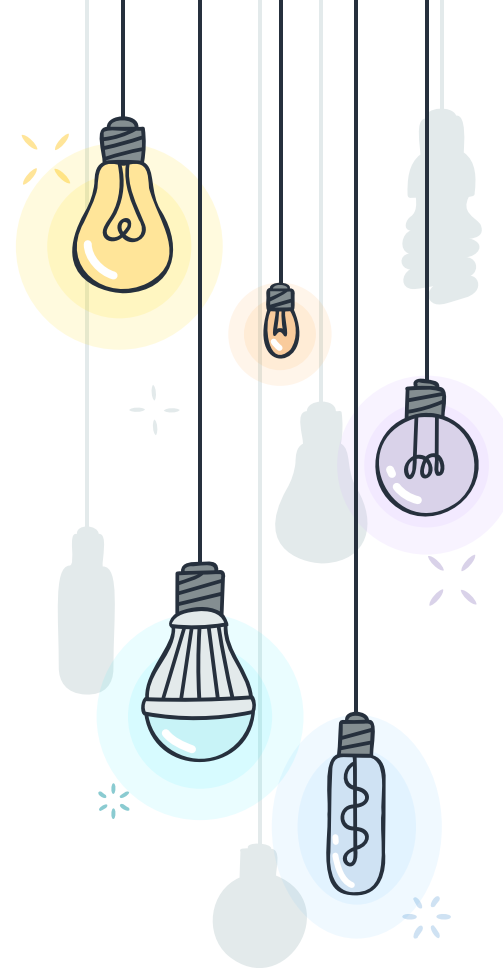
Наприклад: «Вітаю, шановні пані та панове» – на слові «пані» – жест в бік чоловіків, на слові «панове» – жест в бік жінок.

Як показують психологічні дослідження, слухач більше вірить невербальному повідомленню (тому, що говорять жести, міміка, поза, інтонації...), ніж словам. Відповідно, у всіх випадках, коли жести говорять одне, а слова інше – у слухача всередині виникає якийсь ступор і незрозуміння... і, як наслідок, знижується довіра до слів оратора.











ПРАВИЛЬНЕ ВОЛОДІННЯ
ЖЕСТАМИ, КОНТРОЛЬ
МІМІКИ І РУХІВ – ПИТАННЯ
ЧАСІ, І ЛИШЕ ЩОДЕННА
ПРАКТИКА ЗМОЖЕ ШВИДКО
ЦЕ ВСЕ НАЛАГОДИТИ



ВПРАВА

Прочитайте фразу: «Сьогодні просто чудовий день для відвідин краєзнавчого музею»

Вимовите у різні способи:

-  тихо
-  з любов'ю
-  розсерджено
-  боязко
-  беземоційно
-  не відкриваючи рота



ВПРАВА

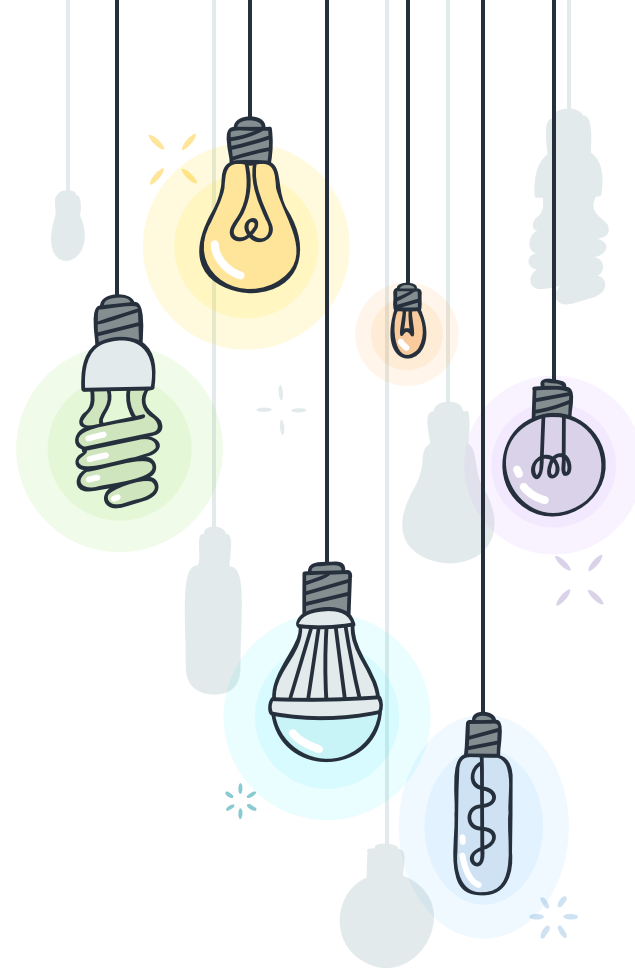
За 1 хвилину вимовить кілька разів скоромовку:

«СКРИНЮ ІЗ СКАРБОМ
ЗНАЙШЛИ КАРАСЬ
ІЗ КРАБОМ»



* НАЙВЖИВАНІШІ СЛОВА-ПАРАЗІТИ:

- типу
- я
- значить
- та ну
- якби
- жесьть
- далі
- капець
- взагалі
- власне
- ну
- реально
- коротше
- так
- супер
- і-і-і
- от
- е-е-ем
- ось
- ну і



✿ ЯК ПОЗБУТИСЬ СЛІВ-ПАРАЗИТІВ

Диктофон

Записуйте на диктофон свої розмови з кимось, а потім слухайте, тим самим звертаючи більшу увагу на свою мову.

Голос

Коли говорите, намагайтесь концентруватись на самому голосі, його тембрі та темпі – це додасть уважності до сказаного.

Паузи

Говорить з паузами. Особливо важливо на місці слова-паразита вміти зупинитись. Це дасть змогу паразитів, стане окрасою мови.

Жести та рухи

Намагайтесь використовувати жести та рухи – це буде прекрасною заміною цим словам. Часто саме відсутність жестикуляції стає стимулом до використання таких слів.





ЧИТАННЯ КНИГ, А ОСОБЛИВО ПОЕЗІЇ,
ДОПОМАГАЄ ОВОЛОДІТИ ГАРНИМИ СЛОВАМИ,
СИНОНІМАМИ, ЕПІТЕТАМИ, МЕТАФОРАМИ, ЩО
ЗАБЕРЕ ПОТРЕБУ ВЖИВАТИ СЛОВА-ПАРАЗИТИ



ПІДГОТУВАЛА МАТЕРІАЛ

АСПІРАНТКА І КУРСУ
ЗАОЧНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ
СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ПСИХОЛОГІЯ»
КУЗЬМИЧ ОКСАНА ПЕТРІВНА

