

Тема 3. Самопрезентація і ораторські здібності

У динамічному та конкурентному середовищі сучасного світу володіння м'якими навичками (Soft Skills) стає не просто перевагою, а й невід'ємною складовою успіху. Серед них одне з чільних місць посідають самопрезентація та ораторське мистецтво. Ці навички дають можливість не лише впевнено презентувати себе та свої ідеї, але й значно розширюють спектр особистих та професійних можливостей, роблячи вас більш переконливими, впливовими та успішними у будь-якій сфері діяльності.

Ораторською майстерністю називають мистецтво публічного виступу, метою якого є надати інформацію, вплинути, переконати слухачів. Вона передбачає уміння будувати своє мовлення логічно й послідовно, ефектно й захопливо висловлюватися перед аудиторією, правильно репрезентувати й подавати себе, завойовуючи симпатії слухачів, розуміти мову тіла і жестів й досконало, доречно послуговуватися ними, вести полеміку, дебати (переконливо доводити тези чи спростовувати їх).

Поняття «самопрезентація» походить від латинського слова, що в перекладі означає «самоподача», тобто представлення себе іншим людям. В англійському тлумачному словнику воно буквально означає управління враженням про себе у інших людей за допомогою чисельних стратегій поведінки, які полягають у пред'явленні свого зовнішнього образу іншим людям. В американській традиції самопрезентація розглядається як форма соціальної поведінки, демонстративно підкреслена суб'єктом в процесі міжособистісного спілкування.

Тренінгові вправи Вправа 1: "Мова тіла"

Мета:

1. Усвідомлення значення невербальної комунікації.
2. Навчитися використовувати мову тіла для посилення ефекту виступів.

Хід вправи: Розділитися на пари. Один учасник у парі буде розповідати про якусь подію, використовуючи лише невербальні засоби спілкування (міміка, жести, поза). Другий учасник має уважно слухати та намагатися зрозуміти, про що йдеться. Після вправи студенти міняються ролями.

Завдання до вправи: Зробіть, як мова тіла допомогла або завадила спілкуванню.

Вправа 2: "Імпровізація"

Мета:

1. Розвинути в учасників креативність та навички публічного виступу.
2. Навчити їх швидко реагувати на нестандартні ситуації.

Хід вправи: Учасники по черзі витягують картки з темами для імпровізованого виступу. Темі можуть бути різними: від опису улюбленої страви до розповіді про подорож на іншу планету. Учасник має протягом 2-х хвилин виступити на задану тему, не готуючись заздалегідь.

Завдання до вправи: Зробіть висновки щодо покращення ораторських здібностей студентів, які виступали.

Перелік питань для самостійного опрацювання

1. Підготовка до публічного виступу: визначення мети, дослідження теми, вибір аргументів, складання тексту.
2. Особливості самопрезентації в онлайн-середовищі: специфіка візуального контенту, мовних стилів, онлайн-етикету.
3. Аналіз прикладів успішних людей, які володіють мистецтвом самопрезентації та ораторства.
4. Використання вербальних та невербальних методів самопрезентації для створення сприятливого враження.
5. Структура та логіка виступу, включаючи вступ, основну частину та висновок.