

ARE-ТЕХНОЛОГІЯ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ



САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ ЯК НАУКОВА КАТЕГОРІЯ

У межах соціальних та поведінкових наук самопрезентація розглядається як:

- свідомий процес формування враження про себе
- управління сприйняттям особистості іншими
- стратегія соціальної взаємодії

Класичне трактування пов'язане з працями Erving Goffman, який розглядав соціальну взаємодію як «театр», де людина:

- виступає перед аудиторією
- використовує ролі
- контролює враження

У цьому контексті ARE виступає як мікроструктура “виступу” особистості.



ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ



Теорія управління враженнями (імпресійний менеджмент)

Самопрезентація базується на:

- прагненні бути прийнятим
- потребі соціального схвалення
- бажанні контролювати оцінку

ARE допомагає:

- уникнути хаотичного мовлення
- створити чітке позитивне враження
- знизити тривожність під час комунікації



ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ САМОПРЕЗЕНТАЦІЇ



Когнітивна теорія комунікації

Людина сприймає інформацію краще, коли вона:

- структурована
- логічно послідовна
- підкріплена прикладами

ARE відповідає цій моделі:

- Assert → теза
- Reason → логіка
- Example → конкретизація



ЩО ТАКЕ ARE- ТЕХНОЛОГІЯ?

A – Assert (твердження)

Що ви стверджуєте?

R – Reason (обґрунтування)

Чому це так?

E – Example (приклад)

Конкретний доказ або ситуація



ЧОМУ САМЕ ARE- ТЕХНОЛОГІЯ?



У сучасній сфері туризму та гостинності:

- працівник постійно комунікує з клієнтами
- важливо швидко і чітко презентувати себе
- роботодавці оцінюють soft skills уже на співбесіді



ФУНКЦІЇ ARE- ТЕХНОЛОГІЇ

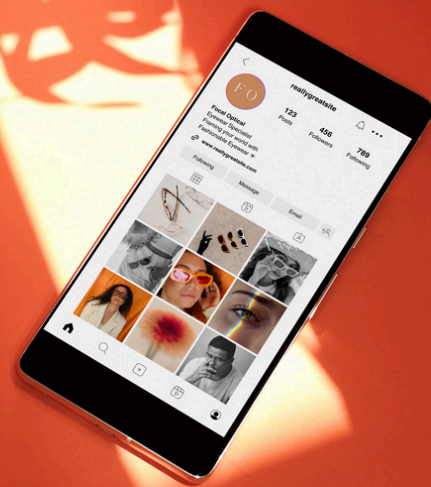


- формування довіри клієнта
- створення позитивного іміджу
- підвищення якості сервісу

ARE:

- забезпечує швидку реакцію
- дозволяє аргументовано відповідати
- підсилює клієнтоорієнтованість





СТРУКТУРА ARE

1. Assert (Твердження)



- коротке
- чітке
- без зайвих деталей

Приклад:

«Я відповідальна людина»

“Добре, що обрали наш готель”

2. Reason (Причина)

- пояснює твердження
- додає логіку

Приклад:

«Тому що завжди виконую завдання вчасно»

“Тому що у нашому готелі багато додаткових послуг”



СТРУКТУРА ARE



СТРУКТУРА ARE



3. Example (Приклад)



- конкретний кейс
- реальний досвід

Приклад:

«Наприклад, під час навчального проєкту я координувала команду і ми здали роботу раніше дедлайну»

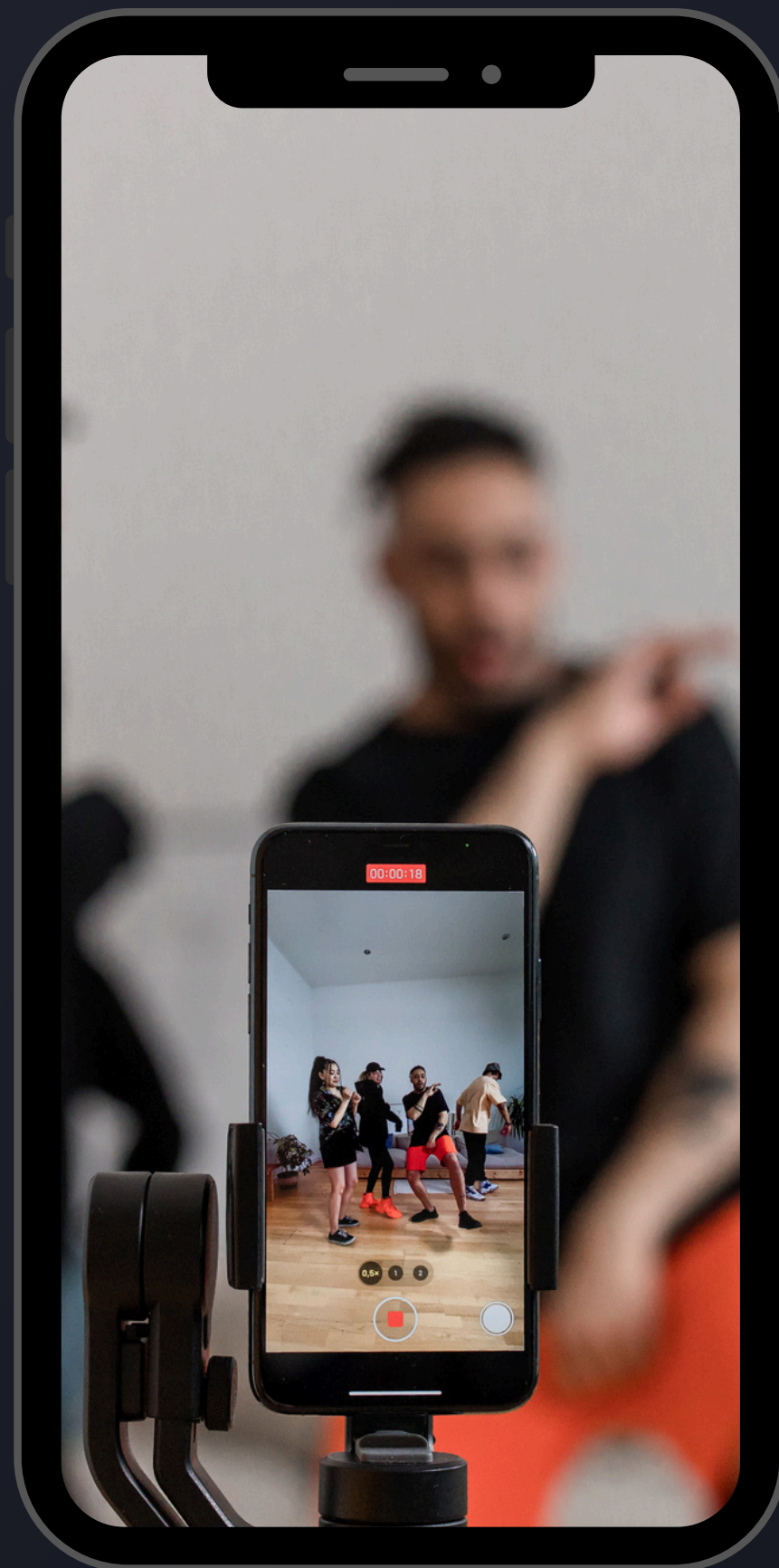
У нас ви зможете взяти в аренду авто, велосипед



Повний приклад ARE

«Я відповідальна людина (Assert), тому що завжди дотримуюсь дедлайнів і беру на себе зобов'язання (Reason), наприклад, під час організації студентського заходу я відповідала за координацію команди з 5 осіб і ми успішно провели подію (Example).»





Співбесіда

- «Чому ми маємо вас обрати?»

Small Talk з роботодавцем

Робота з клієнтами

(у готелі, ресторані, турагенції)

Презентації

Ділове спілкування



ДЕ
ЗАСТОСОВУЄТЬСЯ
ARE?



- ЛОГІЧНІСТЬ
- переконливість
- структурованість
- впевненість у мовленні
- універсальність

ПЕРЕВАГИ ARE





- МОЖЕ ВИГЛЯДАТИ шаблонно
- потребує практики
- не замінює глибоких знань

ОБМЕЖЕННЯ
ARE



МІНІ-АЛГОРИТМ ПОБУДОВИ ARE

- Сформулювати одну сильну якість
- Додати причину
- Підкріпити реальним прикладом
- Сказати коротко (до 30–40 секунд)

