**Як одягнутися на захист диплома**

Категорія: [До гардеробу](http://valova.te.ua/category/do-harderobu/) 16:19 3 лютого 2015

Захист диплома – останній вирішальний крок перед вступом у доросле життя. Зрозуміло, головне – це ваші знання та гарна підготовка. Але не варто списувати з рахунків деталі, які можуть вплинути на враження екзаменаторів, а значить, і на їх вирішення. Одна з таких деталей – ваш зовнішній вигляд.

**Інструкція**
1
Захист диплома – відповідальний і серйозний захід, тому хай ваш зовнішній вигляд відповідає випадку. «Дипломний» наряд повинен вирішувати два завдання – допомогти вам почувати себе впевненіше і справити сприятливе враження на членів комісії. Тому при його виборі подумайте одночасно про те, чи подобається він вам, і про те, як комісія сприйме вас в ньому.
2
Є стандартні неоголошені правила – одяг на захист диплома повинен бути в діловому офіційному стилі. Короткі спідниці і блузи з декольте, а також одяг із квітчастих тканин краще відкласти для інших заходів. Адже ви не знаєте, наскільки консервативні будуть ваші “судді”, так що класичний мінімалізм буде оптимальним вибором.
3
В той же час не варто вибирати дуже нудний наряд, наявність ізюминки буде плюсом. Все-таки захист диплома – урочистий момент, тому ошатність вітається. Багато хто віддає перевагу на цей захід відправлятися в новому спеціально для цього випадку купленому одязі. Але найголовніше, він повинна виглядати акуратно і охайно, бути чистим і вигладженим. Крім того, подумайте про свій комфорт: якщо ви йдете в спідниці, вона не повинна перекручуватися або бути вузькою. Чим зручніше буде наряд, тим простіше буде сконцентруватися на більш важливих речах, таких як ваш виступ.
4
Класична колірна гамма для захисту диплома така: світлий (зазвичай білий) верх і темний низ. Для дівчат – світла блузка і темна спідниця, а для хлопців, відповідно, – сорочка і штани. Можливі нюанси – блузка може бути не білого, а кремового, бежевого або світло-сірого кольору. Дівчина може надіти блузку з брюками або бежевий брючний костюм, як варіант – чорне плаття-футляр. Непогано буде виглядати темний жилет або жакет, надітий поверх світлої блузки або сорочки. Неяскравий блакитний або синій кольори теж можуть стати хорошим рішенням, оскільки в психології вважаються кольовари інтелекту і допоможуть членам комісії сприйняти вас добре. Водночас червоні, помаранчеві, жовті та інші яскраві тони краще виключити.
5
Не забудьте підібрати до свого костюму підходящу пару взуття, також в класичному стилі. Дівчатам краще надягти туфлі на підборах, але не надто високих, – це буде більш доречно, та й зручно. Акуратно укладіть волосся і уникайте яскравого макіяжу.

**Корисна порада**

При виборі одягу враховуйте вимоги до зовнішнього вигляду, прийняті у вашому навчальному закладі, а також форму, в якій буде проходити захист диплома.
Захист дипломного проекту – відповідальний захід, від якого залежить успіх закінчення університету. Крім основних турбот в цей час, не варто забувати і про другорядні. Наприклад, про вибір наряду, який в першу ж секунду після вашого входу в аудиторію розповість комісії про вас, ваших знаннях і психологічному стані на даний момент.

**Інструкція**
1
Забудьте про неофіційний одяг. На шорти, майки, футболки, міні-спідниці, кофти з глибоким декольте та інші подібні їм предмети гардеробу при захисті дипломного проекту накладено табу. Дівчатам краще відмовитися від помітних аксесуарів, яскравого макіяжу та об’ємної зачіски. Дотримуйтесь стандартів офісного стилю: натуральний макіяж, зібране волосся, скромні прикраси.
2
Вибирайте нейтральні тони. Одяг яскравих кольорів для такого заходу не підійде, адже ви всім своїм виглядом повинні показати свою зрілість і серйозний настрій. Сірий, чорний, бежевий, коричневий, темно-зелений або синій – ось ті кольори, з яких найкраще вибирати наряд.
3
Відмовтеся від сковуючого рухи одягу. Вам доведеться демонструвати слайди, графіки і таблиці, вказуючи на папір або екран указкою. А робити це у вузькому платті або щільно облягає сорочці буде незручно, від цього ви почнете ще сильніше нервувати і хвилюватися. Намагайтеся надягати ті речі, які залишають простір для руху.
4
Вибираючи взуття, зверніть увагу на покриття підлоги аудиторії, в якій буде проходити захід. Не варто дратувати комісію стуком залізних набойок по кахлю. Молодим людям найкраще надягти класичні туфлі, дівчатам – «човники» на невисокому каблуці.
5
Відповідними варіантами для дівчат стануть наступні: строге плаття, світла блуза і темна спідниця, та ж блуза, але з брюками. Крім цього, в залежності від погоди в свій наряд ви можете додати піджак, який стане завершальним елементом. Його колір може бути чорним, бежевим, темно-синім або сірим.
6
Молоді люди в такий відповідальний момент можуть надіти діловий костюм (важливо вибирати літній варіант з більш тонкої тканини), або його складові окремо: сорочка і штани; класичні джинси, сорочка і піджак. Костюм може бути в світлою або темною кольоровій гамі. Важливо, щоб він добре на вас сидів і не заподіював незручностей.
Зверніть увагу
Якщо ви все ж зважилися виділитися помітним нарядом, будьте готові до виникнення у комісії питань до вашого проекту. Справа в тому, що її члени, включаючи голову, цілком можуть подумати про вибір одязі як показнику несерйозного ставлення до захисту. Звичайно, у випадку виняткового знання матеріалу і вільного володіння темою подібні нападки будуть вам не страшні.

**Корисна порада**

Оскільки захист дипломних проектів відбувається в літній час, можливо, що вибір одягу доведеться коригувати, відштовхуючись від погоди. Наприклад, в +35 градусів надягати костюм зовсім не обов’язково, і комісія вас в цьому питанні зрозуміє. У такій ситуації цілком доречні, наприклад, легкі лляні речі вільного крою.

**Як виграти "битву" за диплом: як поводитися на захисті**

**Треба добре знати тему, проявити чарівність і вміти уникати відповіді**

Юлія Полєхіна

13 червня 2015, 11:00

Якщо вже вирішите брати комісію чарівністю та харизмою, робіть це з розумом.

Фото: Анатолiй Бойко

У червні-липні випускники захищають дипломи. Їм потрібно не тільки добре написати роботу, але й зуміти презентувати її. "Сегодня" поцікавилася у екзаменаторів, що вони хочуть почути на захисті, як отримати "п'ятірку" і що робити, якщо не знаєш відповіді.

**ОТРИМАТИ ВИСОКІ БАЛИ**

За словами викладачів-екзаменаторів, важливий момент на захисті – не тільки наявність знань по темі, а й уміння озвучити свою точку зору перед комісією.

**РЕГЛАМЕНТ.** Захист диплома має строгий регламент. Екзаменатори підкреслюють, що він становить 10-15 хвилин. Щоб укластися у відведений час, викладачі радять зробити шпаргалку. "Можна написати прямий сценарій того, що будете розповідати, а можете скласти план або тези. Обов'язково включіть туди дослідження, експерименти, які проводилися саме вами, особисті спостереження", – радить викладач черкаського вишу з 34-річним стажем Олена Карпушева. Психологи і викладачі радять не просто написати текст виступу, але і прорепетирувати його, долаючи внутрішні комплекси. "Ви можете зробити це перед дзеркалом або другом. Заодно перевірите, чи цікаво ви розповідаєте і скільки це займає часу", – пояснює кандидат технічних наук Віктор Гречка. Якщо під час репетиції виявиться, що ви виходите за регламент, промову потрібно скоротити, оскільки це той момент, коли від старанності можна постраждати, адже комісії слухати ще багато студентів, які чекають в коридорі. Також екзаменатори радять не завантажувати комісію усними розрахунками. А ось ілюстративний роздатковий матеріал (карти, схеми, таблиці) вітається.

Намагайтеся не втомити комісію своїм виступом і не читайте з листа.

**ДИВІТЬСЯ В ОЧІ.** Заготовлена промова захисту не означає, що ви можете вийти і прочитати з аркуша. "Я старанно приготувала свій захист диплома (він був англійською мовою) і прочитала його перед комісією. Мене не перебивали, але й захвату моє виступ не викликало – навпаки, на мене обрушилося стільки питань, що "вигризати" свою четвірку довелося зубами", – розповідає випускниця Харківського національного педуніверситету ім. Г. Сковороди Карина Сивенко. Екзаменатори пояснили, що помилка була в тому, що дівчина не зверталася до аудиторії і комісія не бачила її очей. Викладачі стверджують, що в таких випадках краще всього знати тему і розповідати її комісії, витримуючи зоровий контакт. У шпаргалку підглядати бажано лише зрідка, щоб дотримуватися структури. "У крайньому випадку промову завчіть і намагайтеся невимушено розповісти суть дипломної роботи. Або, якщо розбираєтеся в темі, завчіть першу і останню фрази або кілька речень, щоб красиво почати і вдало завершити промову. А пояснення підготуйте у вільній формі", – розповіла директор приватного центру навчальної підготовки (Київ) Марина Васенцова.

**ПРИДУМАТИ ПИТАННЯ НА ЗАСИПКУ**

Питання, які зададуть вам члени екзаменаційної комісії, передбачити неможливо, але вивести викладачів на вигідні для вас можна. Потрібно постаратися настільки захоплююче розповісти тему свого диплома, щоб члени комісії зацікавилися і запитували вас тільки по ній. "Домогтися цього можна за допомогою живого спілкування. Студент повинен не тільки дивитися на слухачів, а й звертатися до них по імені по-батькові. Наприклад, якщо при написанні дипломної роботи були залучені матеріали з лекції викладача, який зараз у складі комісії, про це потрібно обов'язково згадати. Розповідати потрібно не відчуженим монотонним голосом, а з задиркою: там, де потрібно, міняйте інтонацію, прискорювати або сповільнювати, говорите швидше або повільніше і не соромтеся жестикулювати. Можете навіть жарт доречний розповісти", – радить викладач іноземної мови Вікторія Потапенко.

**ТРИМАТИ ІНТРИГУ.** Другу хитрість розповіли нам члени Асоціації репетиторів України: можна навмисно залишити у своєму виступі недомовленості. Їх потрібно ввернути вміло, щоб їх почули, але не відчули підступу. У такому випадку велика ймовірність, що вони і перейдуть в питання, які вам зададуть. А іноді допомагає інтрига. "Під час виступу загострити увагу на важливості теми диплома у вашій майбутній роботі, наприклад. Але не розповідайте повністю, а продовжуйте розповідь по темі. Це теж скоріше за все буде вашим питанням", – каже член Асоціації репетиторів Дар'я Туканова.

**ЯК ПОЛІТИК**. Якщо вам поставили питання, на яке ви не знаєте відповіді, постарайтеся грамотно піти від нього. "По-перше, не подавайте уваги і говорите чітко, голосно і впевнено, щоб всі подумали, що ви розбираєтеся в темі. Крім цього, потрібно заздалегідь заготовити цікаву інформацію, суміжну з вашою темою, яку ви почнете розповідати відразу ж після незручного питання зі словами, що забули розповісти дуже цікавий факт. Це повинна бути дійсно цікава інформація, яка буде трохи довгою. Часто після такого маневру нитка питання втрачається і додаткове питання вам можуть не поставити, або ж на нього не буде часу", – розповів фахівець Школи ораторської майстерності Андрій Пестряков. Можна втекти, чесно зізнавшись, що саме на це питання вам важко відповісти, але знаєте... (і починаєте розповідати те, що знаєте напевно). Такий варіант успішно проходить, особливо, якщо ваші знання хоча б трохи стосуються заданого питання.

**ЗОВНІШНІСТЬ І КОМФОРТ**

Перед захистом потрібно продумати свій зовнішній вигляд. Одяг повинен бути ошатним, але не помпезним і не дорогим. "Багато викладачів живуть скромно, і дорогою сукнею можна викликати тільки роздратування", – неофіційно розповіли викладачі. Також враховуйте, що викладачі часто консервативні і не зрозуміють, коли захищати диплом, наприклад, юриста, прийде хлопець у рваних джинсах і сережками у вухах. Так що кращий одяг для захисту диплома – класичний.

**ОСВОЙТЕСЬ.** Ще одна порада – постарайтеся познайомитися з аудиторією заздалегідь. "Потрібно звикнути з місцем, де будете захищати свою роботу, освоїтися. Не завадить прямо там відрепетирувати захист або просто поговорити, щоб почути свій голос. Цей психологічний прийом допоможе під час захисту бути як риба у воді", – говорить психолог Марина Абрамова.