

От автора. Что такое Speechbook

Уважаемый читатель! В ваших руках не просто книга, на страницах которой вы найдете рекомендации по построению короткого мотивационного спича. Это книга-тренажер. В ней описана методика, позволяющая добиваться лапидарности¹ речи.

Именно благодаря регулярной самостоятельной работе с использованием знаний, полученных при чтении данной книги, вы сможете усилить свою коммуникативную компетентность и навыки публичной речи. С этой методикой вы не будете говорить долго без усталости — такой эффект возможен, но не запланирован мной. Скорее, наоборот. Вам не придется говорить долго для того, чтобы создать новый

¹ Лапидарность (от лат. *lapidarius* — «каменотес», «резчик по камню») — предельно краткий, сжатый, выразительный слог, стиль (Большая советская энциклопедия. — М.: Советская энциклопедия, 1969–1978).

импульс, стимулировать людей на действия, которых вы от них ждете. Регулярно занимаясь и анализируя результаты применения данной методики, уже после освоения четвертой ступени (ступени описаны в конце главы 1) вы будете тратить гораздо меньше времени на подготовку короткой мотивирующей речи.

Для вашей персональной тренировки книга оснащена специально подготовленными тренировочными карточками (заметками к выступлению), которыми необходимо пользоваться последовательно, ступень за ступенью, шаг за шагом. В издании вы найдете описание разных схем проведения презентаций. Их вы сможете использовать как для подготовки к выступлению, так и для создания слайдов.

В одной из глав вы прочтете о структуре метода недирективного воздействия на аудиторию и получите рекомендации по его использованию. Кроме того, в книге изложены некоторые поведенческие аспекты успешного выступления, советы по тренировке речевого и дыхательного аппарата, созданию и поддержанию визуального контакта и, конечно же, рекомендации по достижению уверенности оратора и регуляции своего эмоционального состояния.

Прошу вас обратить внимание, что данная книга не является альтернативой всем созданным ранее трудам по

публичным выступлениям и ораторскому искусству, не опровергает и не критикует их. Наоборот, это скорее хорошее дополнение к ним, позволяющее оратору освоить и отработать разные жанры публичной речи.

Следуйте рекомендациям, изложенным в книге, соблюдайте режим самостоятельных тренировок, ведите записи и старайтесь чаще экспериментировать.

Желаю вам частых и ярких выступлений!

С уважением, автор

Почему выступать непросто

Вы задумывались когда-нибудь о том, почему не все люди достигают высоких результатов в процессе выступления?

К какому заключению вы пришли?

На протяжении долгого времени меня не оставлял в покое данный вопрос. Создавая эту книгу, собирая ее по кусочкам, ежедневно я наблюдал за выдающимися ораторами, теми, у которых есть чему поучиться. Я изучал их действия, анализировал их слова, фразы, предложения и структуру речи и размышлял о том, что делает выдающегося оратора выдающимся. Многие скажут, что, безусловно, хорошее выступление — это совокупность различных навыков спикера. Да, сомнений нет! Любые

хорошие слова можно испортить плохой подачей. И наоборот, только лишь хорошей подачей сыт не будешь. Ведь, когда выступление заканчивается, должны начаться изменения, а если структуры в выступлении не было, то люди могут не уловить сути, могут не понять, запутаться и уж тем более не начать делать то, чего от них добивался оратор.

Что же в действительности делают выдающиеся спикеры и почему у них так хорошо все получается? Вероятно, это дар?

Возможно...

Но все чаще мы приходим к выводу, что дар здесь ни при чем.

А что тогда «при чем»?

Рецепт одновременно и простой и сложный. Выдающиеся спикеры долго и тщательно готовятся к выступлению, они владеют своим телом и для усиления эффекта используют жестикуляцию. Блестящие ораторы не волнуются, как многим кажется. Было бы правильно сказать, что они виртуозно управляют своими эмоциями. Хорошие рассказчики владеют своим голосом, мастерски играют громкостью, скоростью речи и интонацией, при этом

они методично используют паузы в речи. И конечно же, структура их выступлений выдержанна, хотя невооруженным глазом можно этого и не заметить и принять все происходящее на сцене за импровизацию. Энергия в их выступлениях льется через край. Зал переполняют эмоции и интерес. Участники, которые пришли посмотреть и послушать, всегда активны, задают вопросы, отвечают на вопросы, они вовлечены в процесс. Безусловно, глядя на таких выступающих, на этих гениев публичного диалога, можно испытать чувство зависти.

Но почему же такого эффекта добивается не каждый даже из тех, кто проходил либо прошел тренинг публичной речи?

Следует отметить, что, несмотря на всю простоту навыка, тренировка его — дело непростое и за восемь или даже 16 часов работы в группе под присмотром бизнес-тренера результата, подобного результату этих пламенных трибунов, добиться невозможно. Улучшить навык можно, отрепетировать, потренироваться можно, но освоить...

Кроме всего прочего, существует ряд различных схем проведения публичных выступлений, предусмотренных разными жанрами; эти схемы обычно выдаются участникам

тренингов порционно, и за один тренинг удастся проработать от одной до двух схем публичной коммуникации.

Осваивать новые речевые жанры так же необходимо и полезно, как оттачивать мастерство в использовании уже имеющихся инструментов. И чем шире у оратора диапазон применения разных жанров, тем лучше он готов ко встрече с аудиторией. Путь к силе — в тренировках. Осваивайте новые жанры и тренируйтесь!