



Тренинг «Ораторское мастерство»

Аннотация

Тренинг о том, как выступать ярко, живо, увлекательно. Как устанавливать контакт со слушателями и удерживать их внимание. Как справляться с волнением и выступать более уверенно. Как грамотно аргументировать и убеждать слушателей. Изучаем около 30 элементов ораторского мастерства.

Аудитория

Все, кому приходится выступать публично.

В результате тренинга Вы:

- Будете выступать более ярко, живо, увлекательно.
- Станете легче справляться с волнением (будете выглядеть уверенно на сцене).
- Сможете удерживать внимание слушателей, в том числе и в случае трудной аудитории.
- Научитесь грамотно аргументировать и убеждать.
- Проработаете присущие именно вам ошибки, в публичных выступлениях.
- Изучите более 30 элементов из которых складывается ораторское мастерство.

По формату это максимально практичный тренинг:

- 20% – теория: лекции и демонстрации от тренеров.
- 70% – практика: выступления перед всей группой, в парах, тройках, малых группах.
- 10% – рефлексия: обсуждение результатов, ответы на вопросы.

Продолжительность тренинга

- 18 часов (два дня с 10:00 до 19:00 с перерывом на обед и тремя кофе-брейками).
- В корпоративном формате — 16 часов (два дня с 10:00 до 18:00).

**Программа тренинга****День 1-й**

Темы	Содержание блока
Обратная связь высокого качества	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как грамотно давать друг другу обратную связь в течение тренинга. Как эффективно работать в минигруппах. Как учиться слушая выступления других.
Базовые ораторские параметры	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Базовые ораторские параметры: эмоциональность, громкость, темп, четкость/дикция, слова-паразиты, паузы).
Упр. «Самопрезентация» (знакомство)	Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Самопрезентации участников (иногда отработываем презентацию компании или товара/услуги). • Тренировка умения давать качественную обратную связь по базовым ораторским параметрам.
Постановка на публике. Базовое положение рук.	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как стоять, куда девать руки: разбор удачных и неудачных основных поз оратора и базовых положений рук. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Запоминаем телом основную позу оратора. Пробуем разные базовые положения рук и находим оптимальное.
Структура «3 части / 3 аргумента».	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Продвижение тезиса с помощью трех аргументов. Донесение идеи с помощью трехчастной структуры. Как разделять аргументы. Как встраивать примеры, для эмоционального усиления аргументов. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Выступления по структуре 3 части/3 аргумента.
Уверенность в себе (работа с волнением)	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Приемы для снятия волнения. Контроль эмоционального состояния. Уверенность в себе. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Сохранение спокойного состояние, в стрессовых условиях.
Цепляющие приемы	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как удерживать внимание слушателей, чтобы они не отвлекались. Как привлечь внимание к выступлению. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Выступления с использованием цепляющих приемов.
Контакт глазами	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как грамотно смотреть в зал, усиливая контакт со слушателями с помощью взгляда. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Отработываем умение устанавливать и поддерживать хороший контакт глазами со слушателями.
Эмоциональность (энтузиазм, энергетика речи)	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как выступать не серо-скучно, а ярко, живо, интересно. Что помогает взбодрить засыпающую аудиторию, вернуть ее интерес, добавить живости Вашему выступлению. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Выступления в жанре вдохновляющая речь, призыв.



День 2-й

Тема	Содержание блока
Работа с жестами	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как жестикулировать, чтобы Ваши жесты усиливали Ваши слова. Каких жестов стоит избегать. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Упражнение на отработку «коммуникационных» жестов.
Словесная импровизация	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как избежать неловкой паузы-зависания, если сбились, забыли или Вам задали сложный вопрос. Как с помощью импровизации плавно перейти от одной темы к другой. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Тренируем умение перейти с текущей темы, к теме, нужной оратору, с помощью импровизации.
Невербальное воздействие на слушателей (метасообщение)	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как язык тела влияет на успех или неудачу выступления. Умение контролировать то, что говорит тело, мимика, интонации. Метасообщение о себе, услуге, слушателях... Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Тренируем навык выдавать нужные метасообщения. Расшифровывать метасообщения других ораторов.
Убеждающее выступление	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Законы построения убеждающего выступления. Как грамотно построить аргументацию. Как убедить слушателей в правильности Вашей позиции.
Игра «Дебаты» с видеосъемкой	Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Выступления в дебатах. Обратная связь на выступления. ***В этом упражнении суммируются все навыки, которые изучались на тренинге. Видеосъемка выявляет дальнейшие направления развития себя как оратора.
Трудная аудитория	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как реагировать на слушателей, которые отвлекаются и мешают ходу презентации. Как вернуть их внимание. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Тренируемся: сохранять свое состояние, удерживать внимание дружелюбной части группы, возвращать внимание отвлекающихся слушателей.
Парная работа	Теория: <ul style="list-style-type: none"> • Как грамотно выступать в паре. Преимущества парной работы. Приемы для передачи хода. Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Тренируем умение работать в паре.
Мотивационные речи	Практика: <ul style="list-style-type: none"> • Выступления в жанре вдохновляющая речь, призыв.
Завершение	<ul style="list-style-type: none"> • Сбор обратной связи по семинару. • Вручение сертификатов.

***Программа тренинга может незначительно меняться по усмотрению тренеров.