



## Чек-лист: 10 ошибок начинающего оратора

Прежде чем приступить к постижению секретов ораторского мастерства, нужно научиться избегать самых распространенных ошибок. Исходя из этих ошибок, пользуйтесь советами на практике, и вы заметите, как растет ваша уверенность и самоконтроль во время публичных выступлений.

### Несоответствие положения вашего тела и постановки голоса

*Когда содержание ваших слов расходится с тоном речи, осанкой и языком тела, публика мгновенно это замечает. Осознанно передавайте ваше позитивное настроение слушателям. Это важно — люди в хорошем настроении легче воспринимают информацию, им хочется продолжать контакт.*

### Оправдания перед публикой

*Публике по большому счету все равно, волнуетесь вы или нет, как долго вы готовили свой доклад и какой у вас опыт публичных выступлений. Нужно говорить так, чтобы большая часть слушателей почувствовала: вы понимаете их стремления и желания, говорите для них и обращаетесь к каждому из них персонально.*

### Извинения перед публикой

*Начинающие ораторы любят извиняться, предлагая снять с них вину за плохое качество доклада. Публика — не священник и не отпустит ваши грехи. Учитесь превращать ваши недостатки в достоинства.*

### Неправильное положение глаз и бровей

*Психологические исследования показали, что области глаз оратора публика уделяет в 10-15 раз больше внимания, чем любой другой части лица. Обращайте внимание на свои глаза и брови. Если они будут говорить то же, что и ваши слова, публика вас полюбит.*

### Неверный подбор слов

*Помните: слова - это картинки в голове! Слова должны создавать нужную вам картинку в голове слушателей. Поэтому используйте только те слова, которые подкрепляют*

желаемую цель.

### Отсутствие чувства юмора

*Лучше информативной речи - только интересная речь! Добавьте в свою серьезную речь улыбку, разбавьте шутками, расскажите забавную историю. Людям нужно периодически отдыхать. Благодарная публика ответит вам благосклонностью и вниманием.*

### Всезнайство,выставляемое на показ

*Хуже неуверенных и неподготовленных ораторов -напыщенные и надутые, лопающиеся от осознания собственной важности. Выкиньте из головы заблуждение, что вы знаете больше, чем все остальные. Даже если вы хорошо осведомлены о теме, в отдельных отраслях люди могут знать гораздо больше вас.*

### Суетливость оратора

*Отвлекаясь от страха перед публикой, начинающий оратор может торопливо ходить от стены к стене туда-сюда, словно маятник, проделывать суетливые манипуляции с предметами. Найдите подходящее место и займите позицию, «пустите корни».*

### Монотонная речь

*Ничто не утомляет так, как доклад на интересную тему, читаемый скучным монотонным голосом.Чтобы держать публику «в тонусе», нужно постоянно варьировать громкость и силу своего голоса, придавая ему живости.*

### Отсутствие пауз

*Когда нечего сказать - лучше помолчите, пока придут нужные слова. Иногда необходимо время, чтобы подумать, свериться со своими записями или же просто попить воды. А публике нужны паузы, чтобы осмыслить сказанное вами.*

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?