
Программа тренинга

Яркое и вовлекающее выступление



Поэтами рождаются, ораторами становятся. Цицерон

Тренинг «Яркое и вовлекающее выступление» (2 дня)

ЦЕЛЬ тренинга

Участники будут делать более яркие и вовлекающие (мотивирующие) выступления и чаще добиваться эмоционального принятия своих идей от аудитории

ИДЕЯ тренинга

Умение наполнить свою речь яркими, запоминающимися и эмоционально «задевающими» образами, «зажечь» аудиторию верой в свои слова – признак высококлассного оратора. К сожалению эти умения – большая редкость в современных офисах. Многие деловые выступления удивительным образом похожи друг на друга: информация подается скучно, бесстрастно, оратор не вызывает доверия, а его призывы не находят эмоционального отклика у аудитории. Данный тренинг призван исправить эту ситуацию. Участники в течение двух дней будут отрабатывать навыки придания своим выступлениям неотразимой яркости и безусловной эмоциональной зажигаемости.

РЕЗУЛЬТАТЫ ТРЕНИНГА:

ЗНАНИЯ: после тренинга участники смогут лучше описать

- Три «кита» ярко и вовлекающего выступления: настрой, поведение, украшение речи (пафос)
- Настрой: искренность, энтузиазм, драйв (умеренное волнение)
- Два подхода к демонстрации эмоционального настроения: живем эмоциями (по К.С. Станиславскому) и играем эмоции (по-американски)
- Закон Йеркса-Додсона: оптимальная результативность при драйве
- Способы управления волнением. Физические упражнения и дыхание. Кинезиология.
- Поведение выступающего: визуальный и аудиальный каналы
- Визуальный канал: зрительный контакт, мимика, поза, жесты, движения, наглядность. Техники усиления выступления по визуальному каналу
- Аудиальный канал: темп, тембр, высота, паузы. Техники усиления выступления по аудиальному каналу.
- Ключевые техники украшения речи: история/пример, метафора/аналогия, вопрос, любопытный факт, антитеза, цитата, пословица, крылатое выражение, мем, анафора, анекдот, шутка, каламбур и пр.
- Сторителлинг в выступлении. Использование историй для эмоционального усиления речи.
- Источники для метафор/аналогий. Техники «вписывания» метафор в выступление
- Виды вопросов: интерактивные, вопросы на осознание, риторические. Техники усиления выступления с помощью вопросов

НАВЫКИ: после тренинга участники смогут лучше сделать

- Правильно настраиваться на выступление, технично контролировать уровень волнения
- Усиливать яркость и эмоциональную «заразительность» выступления по визуальному и аудиальному каналам восприятия
- Украшать речь и повышать эмоциональную влияние своего выступления

ЦЕННОСТИ: после тренинга участники будут чаще и активнее стремиться

- Обращать внимание на эмоциональную составляющую своего выступления
- «Заражать» необходимыми эмоциями аудиторию
- Украшать свою речь
- Тщательно готовить свои выступления с точки зрения яркости и вовлечения

Программа тренинга «Яркое и вовлекающее выступление»

Время	Активности 1-го дня
9:00 – 10:30	<p>Блок 1. Введение</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мини-лекция «Введение в тренинг: Кто? Что? Зачем? Как?» • Знакомство и сбор на флипчарт «Ожидания участников» • Индивидуальное упражнение «Стартовое выступление: «Я хочу вдохновить на...» с видеозаписью и обсуждением • Мини-лекция «Три «кита» яркого и вовлекающего выступления» • Демонстрационные видеофрагменты
10:30 – 10:45	Кофе-брейк
10:45 – 13:00	<p>Блок 2. Настрой выступающего</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мини-лекция «Настрой выступающего» • Демонстрационные видеофрагменты • Просмотр и обсуждение нескольких видеозаписей «Стартового выступления»: как с настроем? • Мини-лекция «Состояние драйва. Техники работы с волнением» и отработка техник с тренером <p>Блок 3. Поведение выступающего</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мини-лекция «Поведение выступающего» • Демонстрационные видеофрагменты • Просмотр и обсуждение нескольких видеозаписей «Стартового выступления»: как с поведением выступающего, как можно улучшить работу? • Мини-лекция «Техники поддержания визуального контакта» • Отработка каждым участником техник поддержания визуального контакта
13:00 – 14:00	Обед
14:00 – 15:30	<ul style="list-style-type: none"> • Мини-лекция «Мимика, поза, жесты, движения, наглядность» • Демонстрационные видеофрагменты • Просмотр и обсуждение нескольких видеозаписей «Стартового выступления»: как можно улучшить работу? • Командное упражнение «Отрабатываем техники яркости и вовлечения по визуальному каналу восприятия»
15:30 – 15:45	Кофе-брейк
15:45 – 17:40	<ul style="list-style-type: none"> • Мини-лекция «Речь выступающего: темп, тембр, высота, паузы» • Демонстрационные видеофрагменты • Просмотр и обсуждение нескольких видеозаписей «Стартового выступления»: как можно улучшить работу? • Отработка с тренером техник яркости и вовлечения по аудиальному каналу восприятия»
17:40 – 18:00	• Закрытие первого дня тренинга

Программа тренинга «Яркое и вовлекающее выступление»

Время	Активности 2-го дня
9:00 – 10:30	<ul style="list-style-type: none">Мини-лекция «Повторение тем первого дня»Выступление нескольких добровольцев на тему по бизнесу с видеозаписью и обсуждением «по горячим следам» <p>Блок 4. Украшение речи выступающего: описание техник</p> <ul style="list-style-type: none">Мини-лекция «Украшение речи выступающего (пафос выступления)»Демонстрационные видеофрагментыПросмотр видеозаписи выступлений добровольцев: как можно улучшить работу?
10:30 – 10:45	Кофе-брейк
10:45 – 13:00	<p>Блок 5. Истории в выступлении</p> <ul style="list-style-type: none">Мини-лекция «Сторителлинг. Использование историй в выступлении»Демонстрационные видеофрагментыКомандное упражнение «Используйте предложенные тренером истории в своем бизнес-контексте»Индивидуальные выступления с историями, усиливающими выступления <p>Блок 6. Метафоры в выступлении</p> <ul style="list-style-type: none">Мини-лекция «Метафоры. Техники «вписывания» метафор в выступление»Демонстрационные видеофрагментыУпражнение в большой группе «Лотерея метафор и идей»Командное упражнение «Метафоры в деловой выступлении». Обсуждение «по горячим следам»
13:00 – 14:00	Обед
14:00 – 15:30	<p>Блок 7. Вопросы в выступлении</p> <ul style="list-style-type: none">Мини-лекция «Основные виды вопросов в выступлении. Техники использования вопросов»Демонстрационные видеофрагментыКомандное упражнение «Донесите идею только с помощью вопросов» с выступлением делегатов и обсуждением «по горячим следам»Индивидуальные выступления с вопросами, усиливающими выступления
15:30 – 15:45	Кофе-брейк
15:45 – 17:40	<p>Блок 8. «Сборка» техник тренинга и итоговая отработка</p> <ul style="list-style-type: none">Мини-лекция «Прочие техники эмоционального и вовлекающего усиления выступления»Демонстрационные видеофрагментыИндивидуальное упражнение «Выступление с использованием всех техник тренинга», участники заполняют листы ОС
17:40 – 18:00	<ul style="list-style-type: none">Закрытие тренинга, подведение итогов