

image not found or type unknown



Это не означает принятия чужой для себя роли в угоду другим людям. Ничто так не вредит репутации человека как фальшь и неискренность. Искусство управления имиджем заключается в обретении индивидуального стиля, созданного на основе личной уникальности с учетом требований значимой социальной среды.

Первое впечатление создается буквально за 10-15 минут знакомства и часто имеет решающее значение. Если первое впечатление о человеке благоприятно, то дальнейшее его поведение несколько переоценивается, его ошибки не так замечаются, а достоинства преувеличиваются. Негативное же впечатление, напротив, направляет внимание человека в сторону восприятия отрицательных черт человека, несмотря на его реальные позитивные поступки. Помните об этом, когда общаетесь с людьми в процессе трудоустройства. Также важно отметить, что важный источник информации о человеке - это, так называемый, язык тела.

Половину информации о человеке дает его внешний вид, другую половину -- его голос и речь.

В риторике все фонационные и голосовые приемы произнесения текста называются техникой речи. Техника речи – это совокупность голосовых методик по использованию дыхания, дикции, тона и интонации, тембра, темпа и громкости речи. Далее будут описаны основные составляющие речевой техники, а также способы их развития и тренировки.

Дыхание. Дыхание лежит в основе речи, так как звуки речи образуются именно при выдохе. Важно учиться дышать, и развивать свой дыхательный потенциал. Все дело в том, что во время публичного выступления (монолога), в отличие от обычных ситуаций, вдох и выдох не равны: выдох гораздо длиннее вдоха. Дыхание во время речи происходит так: после короткого и интенсивного вдоха следует пауза, напрягаются брюшные и грудные мышцы для удержания воздуха в легких, а затем происходит длинный выдох, проходящий через голосовые мышцы и образующий звуки нашей речи.

Получается, что публичная речь требует, во-первых, большего количества воздуха, чем при обычном физиологическом дыхании, а во-вторых, умения экономно расходовать этот воздух во время произнесения слов. Чтобы этого добиться, нужно

больше практиковаться.

Таким образом, самопрезентация, внешний вид человека и подача информации (голос, интонация) являются отличным инструментом в коммуникации с другими людьми, нужно лишь научиться управлять им грамотно.