



ПРОЕКТ: ПАНЕЛ 2050 – ПАРТНЕРСТВО ЗА НОВО ЕНЕРГЕТСКО ЛИДЕРСТВО 2050

Говорење во јавност и комуникација со медиумите и политичарите

Куманово, 07.03.2018 год



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 696173. Disclaimer: The sole responsibility for the content of this material lies with the authors. It does not necessarily represent the views of the European Union, and neither EASME nor the European Commission are responsible for any use of this material.



Време	Тема
10:30	Пристигнување на учесниците
10:30- 12:00	• Вовед во Работилницата/Обуката • Говорење во јавност • Презентација • Вежба и дискусија
12:00 – 12:30	Кафе пауза
12:30 – 14:30	• Комуникација со медиумите • Презентација • Вежба и дискусија • Комуникација со политичарите • Презентација • Вежба и дискусија • Евалуација на работилницата
14:30	Закуска

Односите со јавноста или комуникациите се дел од репутацијата на секоја компанија, институција и организација. Токму од овој сегмент во голема мера зависи успешноста во работењето и пред сè, постигнувањето на посакуваните цели.

Јавното говорење е вештина што се учи!



Говорништво или ораторство — говорење пред група луѓе на подреден, умислен начин кој има за цел да ги информира, влијае , или да ги забавува слушателите.

Целта на говорништвото може да биде од едноставен пренос на информации, мотивирање на луѓето да дејствуваат на извесен начин, па до едноставно раскажување на некоја приказна.

Говорењето во јавност е речиси старо колку и самиот говор . Првите учебници на оваа тема се напишани пред повеќе од 2400 години, а принципите елаборирани во нив биле продукт на практики и искуства на говорниците во Стара Грција.

- **Успешното лидерство секогаш зависи од квалитетот на говорништвото на тоа лице, и истото често може да го надомести недостатокот на други способности. Целите за кои оваа вештина се употребува можат да бидат најразнообразни - [Адолф Хитлер](#) и [Мартин Лутер Кинг](#) двајцата употребувале говорништво со цел да извршат силно влијание врз општеството - но во прилично различни насоки.**

И да, јавното говорништво е уметност на заведувањето
народни маси, хипнотизација и манипулација со јавното
мислење. Твојот говор, може да смени многу!

Подготовката и добро научен говор се клучни. Тоа значи и вежба пред огледало, снимање на говорот и негово преслушување за да се откријат слабостите. Еден процент талент, а 99 проценти работа,

- Првите 30-40 секунди од говорот се најважни. Публиката ќе те слуша што зборуваш, потоа веќе не. Добриот говорник не чита но користи потсетници и умее да импровизира.

За три минути говор требаат пет дена подготовки, а за пет дена говор потребни се три минути подготовки-Черчил



Многу внимаваме на дикцијата, на правојоворот - акцентски целисти, замена на странски со македонски зборови. Паузи во говорот се прават, но не предлоги за публиката да не стекне впечаток дека говорникот го заборавил говорот

Најважни се добрата подготовка и првите 30 секунди „Поет се раѓа, оратор се станува“.

Три критериуми за добар говор

- Убедување на публиката
- Забавување на публиката
- Мотивирање на публиката

Стравот од јавното говорење се нарекува глософобија (или неформално „трема“). Се смета дека ова е најчестата фобија во светот — дури почеста и од фобијата од смрт — таа е присутна кај 75% од сите луѓе на светот.

Дури и да немате реална потреба од водење презентација или зборување во јавност, запаметете дека постојат многу различни ситуации низ секојдневието, каде што можете да бидете забележани токму со помош на овие квалитети, кои ќе ѝ помогнат на вашата кариера и позитивно ќе влијаат врз зголемувањето на самодовербата.

- **Важно е да стоиш урамнотежено, а тоа најлесно се постигнува со поставување на едната нога пред другата со што ќе овозможиш тежишната точка на телото да не ти се префрла од една на друга нога.**
- **Гестикулациите треба да се неизнасилени и да доаѓаат природно. Избегнувај тропане на говорница, бидејќи поради микрофонот и најмал шум се слуша.**

Излези на сцена смирена и вежбај дишење на дијафрагма со што би избегнала сите да слушнат колку си возбудена. Не брзај во говорењето. Ако згрешиш или пропуштиш некој пасус, не заборавај дека никој во публиката нема да знае за тоа. Говорот си го знаеш само ти и никој друг.

Облечи се според приликата. Не носи накит кој ќе го одвлекува вниманието на публиката од твоето лице. Косата прибрана бидејќи не изгледа убаво да си ја местиш на сред говор. Не знам каква ти е бојата на гласот, но таа е многу важна. Кај публиката „палат“ говори со хумор. Внеси ведрина на лицето кога зборуваш. Никој не сака да гледа исфрустрирани фаци кои се дерат.

За почеток, не ги внесувајте умот и телото во состојба на паника. Дополнителната нервоза или огромната вознемиреност кои може да ги почувствувате уште пред вашето појавување, лесно може да резултираат со паничен напад, па „настапот“ може да заврши неславно, уште пред да започне.

Клучот за успешно јавно говорење честопати не подразбира само добри ораторски вештини, туку и беспрекорен надворешен изглед.

Нека вашата облека рефлектира самодоверба и сигурност во себе. Одберете комбинација која според приликата ќе биде лежерна или формална, но внимавајте истата да ви прилега одлично и пред сè да ви биде удобно во неа. Тешко ќе ви биде да се концентрирате на говорот ако истовремено размислувате дали новото здолниште или кошулата ви се премногу тесни.

Брзањето ја зголемува вознемиреноста. Пристигнете во салата порано за да имате доволно време да се опуштите и да го разгледате местото на кое треба да го одржите говорот.

Доколку имате можност, поразговарајте накратко со неколку лица кои ќе бидат дел од публиката.

НЕ БРЗАЈТЕ

Обрнете внимание на дишењето. Дишете длабоко и бавно и обидете се да го избистрите умот.

Публиката вообичаено не сака кога говорникот брза. А кој брза – тој и греши. Нека ова ви биде правило бр. 1 по кое ќе се водите во текот на презентацијата.

Публиката не е вашиот непријател. Сметајте ја за ваша поддршка и обидете се да ја свртите ситуацијата во своја корист. Едноставно обидете се да ги маѓепсате слушателите со вашите адути, без разлика дали станува збор за вашата срамежливост или шарм.

ГРЕШКИ СЕ СЛУЧУВААТ, ПРОДОЛЖЕТЕ СМИРЕНО

Не очекувајте совршенство, бидејќи никој не е безгрешен. Дури и на најуспешните оратори им се случуваат грешки и лапсуси. Не отстапувајте им простор на паниката и стравот, надминете ја ситуацијата со искрена насмевка и куса пауза. Вдишете длабоко и продолжете смирено додека не стигнете до крајот.

Не бидете суетни, слушајте ги советите и критиките кои имаат цел да ве насочат кон поуспешно зборување во јавност. Не сфаќајте ги критиките трагично. Прифатете ги како предизвик кој треба да го надминете во иднина.

Истовремено, научете се достоино да примате и пофалби и аплаузи, наместо да ги дочекате со наведната глава, чувство на срам или непријатност.

Подобре ги вашите вештини за јавно говорење

- За следниот пат кога ќе сте поканети да извршите било каков вид на јавно говорење, искористете некој од следниве совети:
- Вежбајте! И потоа вежбајте уште повеќе. Без разлика дали се работи за вашата прва или триесет и прва презентација, не е на одмет да вежбате претходно. Прегледајте го материјалот, осигурајте се дека вашиот PowerPoint функционира. Еден начин е да вежбате пред огледало - така добивате увид во држењето и говорот на телото. Исто така, изговарајте ги зборовите на глас. Не само што ќе бидете посамоуверени, но ќе имате прилика за себеоценување и забелешки каде ви е потребно подобрување, каде не.

- Пристигнете порано и застанете на вашето место. Ова не значи да застанете десет секунди и да заминете. Поентата е во тоа да стоете доволно долго да ви стане удобно. Дефокусирањето ради непозната просторија е чест синдром, на овој начин ќе го елиминирате и ќе може да се посветите на вашето говорење.
- Тестирајте го микрофонот. Микрофонот постои со причина. Луѓето мислат дека нивниот глас е доволен - не е . Кога треба да користите микрофон и не користете, оддавате впечаток дека публиката не треба да внимава на вас.
- Сликајте се. Доколку имате човек одговорен за тоа, тоа е одлично. Доколку не, одберете рандом човек од публиката. Дајте му/и го својот телефон, нека ве слика неколку пати додека зборувате. Земете подарок торбички како знак на благодарност. Ова особено ќе направи публиката да добие сосем нова слика за вас и ќе се поврзете уште повеќе со неа.

Кој говор е добар говор?

„Добар говор“, од гледната точка на лице кое се обучува да биде толкувач вообичаено е и корисен и интересен, ти дава можност да научиш нови факти и вокабулар и е структуриран за да ти помогне да вежбаш толкување. Треба да содржи одредени предизвици, но да не биде невозможен за толкување.

Одбери тема. Ќе помогне ако си заинтересиран/а за таа тема, но не претерувај: најверојатно говорот ќе биде многу тежок ако до детали го опишеш дрвеното коњче што си го имал/а како дете.

Направи истражување ако ти требаат повеќе податоци за темата. Побарај статии од весници, гледај документарни филмови, најди биографски податоци на веродостојни Интернет-сајтови, прочитај некоја книга. Не заборавај да ги запишеш деталите од изворните материјали - ќе ти се најдат кога ќе го прикачуваш говорот.

- **Прво, одлучи која порака сакаш да ја пренесеш. На твојот говор му е потребна структура. Дали е тоа приказна за некои настани? Создади хронологија. Дали аргументите се логични? Напиши план со посебни точки или умствена мапа. Вклучи краток вовед за да ја објасниш ситуацијата и објасни зошто ја истражуваш таа тема и заклучок со поента за да завршиш или да поттикнеш понатамошно размислување. За подетални упатства за пишување и структура на говори, посети го www.orcit.eu, каде има многу добри совети во делот за „Слушање и анализа“ (Listening and Analysis) и делот за „Јавно говорење“ (Public Speaking).**
- **Сега би требало да имаш неколку белешки на парче хартија - можеби реченица или две за вовед, неколку точки со наслови, неколку имиња и бројки, и неколку заклучни зборови. Ако имаш страница или две во А4 формат пополнети ракописно, нешто не е во ред! Не треба да пишуваш есеј, само неколку белешки за да си ја поттикнеш меморијата кога ќе почнеш да зборуваш.**

- **Време е да го одржиш твојот говор. Не читај! Толкувачите не го трошат времето читајќи текстови на глас, а тоа не го прават ни добрите јавни говорници. Ако ги следеше претходните совети, нема ни да имаш што да читаш. Наместо тоа, белешките нека ти помогнат да го одржиш говорот на природен, (полу)спонтан начин. Гледај во публиката и внимавај малку да го поднамалиш темпото ако говорот е наменет за консекутивно толкување со белешки.**
- **Секоја добро спакувана информација го почитува правилото на „превртена пирамида“ и дава одговор на најосновните прашања: кој, кога, каде, што, зошто и како. Правилото на „превртена пирамида“ значи селекција на информациите, фактите и аргументите според значење. Информациите не се соопштуваат или пишуваат хронолошки.**

Прес-конференцијата е настан кој треба добро да се организира и претставува директен, непосреден контакт со новинарите. На прес-конференцијата треба да зборуваат само луѓето кои поседуваат добри комуникациски способности и вештини, кои се компетентни и кои ги владеат сите информации поврзани со темата поради која се свикува прес-конференцијата. Прес-конференциите во просек траат 20 минути. Воведот не треба да биде подолг од 10 минути, а остатокот од прес-конференцијата треба да биде посветен на одговарање на прашања од новинарите. Говорниците треба да одговорат на сите поставени прашања од страна на новинарите, не треба да влегуваат во конфликт со новинарите и доколку немаат одговор на некое прашање, треба да објаснат зошто е тоа така. Одговорот „немам коментар“ е лоша опција, но подобро отколку да побегнете. Вие можеби навистина немате коментар, но новинарите и јавноста тоа ќе го протолкуваат како ваше одбивање да одговорите, или, пак, избегнување да одговорите иако го знаете одговорот.

- **Добрата подготовка претставува 99 отсто од добро завршената работа. Доколку темата е атрактивна и важна, говорниците се добро подготвени, материјалите за новинарите испечатени, поканата навреме испратена, а терминот за прес-конференција не се поклопува со некој друг важен настан – тогаш успехот на прес-конференцијата е речиси сигурен. Прес-конференцијата се организира во работни денови и тоа меѓу 10.30 и 12.30 часот. Во сабота весниците не работат и овој ден не е добар за организирање настани за новинарите. Неделата не е лош ден за прес-конференција, бидејќи сите медиуми имаат дежурни екипи**

- Изјавата, интервјуто и гостувањата во емисии се важни алатки за комуникација со јавноста преку медиумите. Доколку новинарите бараат изјава, интервју или, пак, гостување во емисија важно е оваа шанса за присуство во медиумите да не се пропушти, но лицето што ќе зборува е добро информирано и компетентно за темата за која треба да зборува. Без разлика дали станува збор за изјава, интервју или, пак, за гостување во емисија, оној што ќе зборува треба добро да се подготви, да ги дефинира клучните поенти, односно пораки кои сака да ги испрати до јавноста и да умее јасно, разбирливо и концизно да зборува. Изјавата обично трае од дваесетина секунди до една минута и тоа време треба максимално да се искористи.

ОДНЕСУВАЊЕТО СО ПОЛИТИЧАРИТЕ

- **Политичар** е особа која се бави со државни работи. Политичарот предлага, подржува и создава закони или политики со кои се управува со државата. Политичар кај нас речиси задолжително, со незначителни исклучоци се лица-припадници на политичка партија или коалиција. Значи често лица без стручно знаење за повеќе области. Затоа тука сте вие да му кажете став или да креирате проект. Но она што е битно е односот кој го имате со политичарите, однесувајте се со должно почитување, но покажете дека политичарите се менливи и минливи, но експертите се оние кои се вечни.

**Морате да бидете сигурни во себе, убедливи и со јасна цел.
Не дозволувајте да не успеете да ги пласирате своите
аргументи.**

Ви благодариме

