



КОНСПЕКТ

**Самопрезентация: 3 способа
рассказать о себе и своем проекте,
чтобы выбрали вас**

ГОЛОС МОЖЕТ 7.0

Самопрезентация: 3 способа рассказать о себе и своем проекте, чтобы выбрали вас

Конспект урока

Самопрезентация — это история, которую вы рассказываете о себе новому знакомому или новой аудитории. По сути, это не только перечисление ваших компетенций. Это то масштабное впечатление, которое вы производите на человека. Это во многом про предъявление и демонстрацию себя миру.

Вы никогда не знаете, в какой можете оказаться ситуации и где вы встретите того самого человека, знакомство с которым через месяц, год или пять лет перевернет вашу жизнь. И быть открытым этим возможностям и заявлять о себе гораздо проще, когда у вас в руках есть реальный, действующий, работающий инструмент.

И в зависимости от контекста, от ситуации, от того, с кем вы общаетесь и с какой целью, вы так или иначе будете менять направление своей речи и фактов из этой самопрезентации.

Шаблон самопрезентации включает основные вопросы:

- Кто я? Как меня зовут? Откуда я? и т. д.
- Кто я в части профессии? В чем я эксперт?
- Кому я помогаю?
- С какими задачами ко мне обращаются люди? В чем только я могу помочь?
- Что именно я делаю, чтобы помочь обратившемуся в реализации намеченной цели?
- Кто ко мне обращается и в каких ситуациях?
- С каким результатом я отпускаю человека?

Важно подумать и прописать ответы на каждый пункт. Каждый тезис вашей самопрезентации (также, как и вся

самопрезентация, в целом) должен ответить человеку на простой вопрос: «Что мне от этого?» Ищите оцифровываемые доказательства того, в чем вы хороши, результатов вашей работы. Используйте отзывы, цитаты (то, как о вас говорят клиенты). И не забудьте о том, что будет результатом результата вашей работы. Подумайте чуть шире, чем обычно.

Самые частые ошибки, которые допускаются при создании самопрезентации:

«Я являюсь...». Когда эта фраза употребляется слишком часто, не к месту или звучит уж очень по-канцелярски, воспринимается она довольно сложно и не живо. Попробуйте просто «быть» (я — врач, я руковожу отделом). Помните: чем проще вы будете говорить, тем лучше вас запомнят.

Использование сравнительной степени. «Лучший стоматолог», «крупнейшая компания», «топовый менеджер» — фразы, которые ни о чем не говорят. Лучше оперировать фактами, которые подтверждают ваш статус и будут понятны собеседнику.

Уход в личное. Рассказывая о себе, мы часто уходим в две крайности: либо говорим о личных достижениях слишком много, либо не говорим о них совсем. Важно помнить о «золотой середине».

«Результат результата». На что вы влияете, выполняя свою работу? Как правило, это неочевидно, и зачастую мы забываем упоминать об этом, хотя это очень важно.

Самопрезентация — это история не про вас. Это история про другого человека, занимающая максимум полторы минуты, а если это лифтовая презентация — 30-40 секунд. И по большому счету самопрезентация — это ответ на вопрос «Чем я могу быть вам полезен?»