

ПРАКТИЧЕСКИЕ СЕКРЕТЫ УСПЕШНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРЕЗЕНТАЦИИ В КАРДИОЛОГИИ

И.В. Поморцева

Кандидат медицинских наук, Мастер делового администрирования
Бизнес-тренер-консультант

Вместо предисловия

Для того чтобы идти в ногу со временем, врачу необходимо принимать активное участие в различных конгрессах, симпозиумах и научно-практических конференциях. Владение навыками презентации (в переводе на русский язык - "публичного выступления") является одним из критериев высокого профессионализма. Большинство успешных людей во всем мире считают, что навыки презентации являются наиболее важными для карьерного роста: умение быть убедительным, привлекательным для умов и сердец других людей - гарантия профессионального успеха. Однако опыт проведения презентаций приобретается нелегко. Презентация - это искусство, которому можно научиться. Чем больше творчества проявляет человек в работе с аудиторией, тем лучше воспринимают его слушатели. Существует целый арсенал несложных приемов, таких как смысловые акценты, голос, жесты и другие, помогающие удержать внимание аудитории и сделать слушателей своими союзниками.

Эта публикация открывает серию статей, посвященных навыкам успешной презентации. Первый разговор посвящен вопросам подготовки публичного выступления. Подготовка презентации является очень важным этапом. Кажущаяся легкость выступления в большинстве случаев достигается тщательной подготовкой. Подготавливая одно выступление, Вы одновременно готовите и все последующие, поскольку совершенствуете свои навыки. Подготовка - это точка опоры.

В данной статье мы подробно рассмотрим не только основные элементы подготовки публичного выступления, но самое главное - определим как это сделать на конкретных примерах. Именно такая методика позволит Вам, уважаемые читатели, намного быстрее и успешнее овладеть наукой эффективной презентации, сделает этот процесс увлекательным и интересным и позволит блестяще применить полученные знания и навыки на практике.

В фокусе внимания:

Как правильно подготовиться к публичному выступлению?

«Только подготовленный ум может рассчитывать на удачу»
Луи Пастер

Чем привлекает нас фильм, спектакль или телепередача? Это, прежде всего, интересный сценарий, работа талантливого режиссера, реализованная в хорошей игре актеров, которым безоговорочно веришь. Так и успешная презентация требует хорошего сценария, достойного оформления и актерского мастерства выступающего.

С чего начать? Практика показывает, что основным моментом является определение цели и составление подробного сценария выступления. Как определить цель? Надо точно представлять, какие знания должны вынести слушатели из Ваше-

го доклада, как должно измениться их мировоззрение, что конкретно им необходимо сделать, чтобы добиться хорошего результата в лечении. Чем больше таких вопросов Вы задаете на данном этапе, тем точнее Вы понимаете цель своей презентации. Именно лаконичная и четко сформулированная цель предстоящего выступления должна стать критерием проверки того, заслуживает ли тот или иной аспект быть включенным в презентацию.

Для определения цели надо точно знать, и перед какой аудиторией Вы собираетесь выступать. Например, цель и стиль выступления лектора-кардиолога перед аудиторией из врачей-терапевтов будет значительно отличаться от доклада перед врачами-кардиологами. Выступление перед терапевтической аудиторией предполагает отсутствие большого количества терминов, касающихся сложных, не применяющихся в рутинной практике, методов диагностики сердечно-сосудистых заболеваний. В связи с этим целесообразно составить для себя так называемый «портрет» аудитории. Надо понять, что важно для слушателей, какие проблемы их волнуют, что для них является наиболее интересным. Для ответа на эти вопросы необходимо постараться проникнуть в мысли аудитории, знать уровень ее заинтересованности, информированности, понимания, опыта, степени предубеждения и сопротивления. Иными словами, необходимо заранее знать, кто будут Ваши слушатели, чтобы говорить с ними на одном языке. Именно такой подход, включающий «подстройку» презентации под конкретную аудиторию, позволит создать между Вами и аудиторией близкие и доверительные отношения, а значит вызвать личную заинтересованность и увлеченность слушателей.

Составляя письменно подробный сценарий выступления, отдельно выпишите для себя знакомые для будущей аудитории слова и понятия и применяйте их в своем докладе.

Сценарий презентации начинается с подробного плана, который включает выбор темы, разработку идей, сбор статистических данных, фактов, подборку нескольких жизненных забавных историй, связанных с основной темой.

Важно использовать возможно более широкий круг источников информации в поисках иллюстраций, историй из жизни и примеров, не концентрироваться исключительно на Вашей теме. История, география, политика, спорт - все это источники информации и возможного вдохновения. Каким бы ни был Ваш стиль, важно не забывать о следующих приемах при подготовке сценария выступления:

- составьте мысленно подробный план-карту, это позволит уйти от линейного подхода: у вас получится что-то вроде паутины - переплетения различных связей;
- создайте файлы в компьютере, назовите их так, чтобы легко было найти все записи;
- не пренебрегайте составлением картотеки;
- обращайтесь к специализированным журналам - кардиологическим и другим;

- используйте разнообразные поисковые системы в Интернете;
- делайте короткие записи на самоклеящихся листках, прикрепляйте их к стене или монитору компьютера;
- держите записную книжку рядом с кроватью, в ванной, на письменном столе, в своем кабинете, чтобы быть всегда готовым записать все замечательные мысли, когда бы они ни появились;
- разговаривайте с Вашими коллегами, чтобы проверить актуальность своих идей и теорий; обсуждение не только вносит ясность, но и помогает генерировать идеи;
- собирайте рисунки, изображения, карикатуры;
- избегайте слишком общих названий в своем выступлении.

Следующий этап подготовки публичного выступления - создание визуальной поддержки презентации. Наглядные пособия – это средства, а не самоцель. При ответе на вопрос: «Зачем мы используем визуальные средства?», - важно понимать, что наглядные пособия могут живо и моментально изобразить те аспекты презентации, которые невозможно передать на словах, экономят время, порождают интерес аудитории, привносят разнообразие в выступление, придают дополнительное значение презентации и делают ее запоминающейся, остаются в памяти надолго после того, как слова забываются. Часто одна иллюстрация стоит тысячи слов.

Хорошая презентация с применением наглядных иллюстраций намного эффективнее, да и эффектнее, чем без них. Если Вы решили воспользоваться визуальной поддержкой, подумайте о ней заранее и обеспечьте ее введение в презентацию с самого начала. Очень хорошо использовать визуальные средства в начале презентации, когда слушатели очень внимательны и восприимчивы, и демонстрировать их с возрастающей частотой в конце презентации для поддержания интереса аудитории.

В настоящее время для визуальной поддержки часто используются слайды, подготовленные с помощью компьютерной программы Power Point. Данная программа предлагает широкий выбор так называемых «подложек», т.е. фона слайда, на котором Вы размещаете текст, графики, фото. Фон не должен доминировать в цвете над шрифтом, иначе текст будет трудно прочесть из зала, и внимание слушателей будет быстро рассеиваться. Одним из оптимальных совмещений цветов является, например, сочетание темно-синего фона и желтого шрифта. Выбор вида шрифта и его размера тоже является важным компонентом в оформлении слайда. Предпочтительны такие разновидности шрифта, как Arial и Tahoma. Размер шрифта в тексте слайда должен быть таким, чтобы человеку с нормальным зрением можно было, не напрягаясь, прочесть его, находясь даже на расстоянии 7-10 метров от экрана, то есть не менее 24, оптимально - 30-32.

Очень важным компонентом является название каждого слайда. Оно должно кратко, ёмко отражать основную мысль слайда. Например, даже когда Вы анонсируете перед аудиторией план своего выступления, то лучше не использовать скучную фразу «план презентации», а вынести в заголовок понятный и вместе с тем интригующий вопрос: «О чем пойдет речь?».

Обязательно используйте прописные и строчные буквы – так легче читать.

Количество строк на слайде строго регламентировано законами психологии. Оказывается, что за небольшой промежуток времени человек не в состоянии воспринять более 5-7 единиц информации, поэтому число строк на слайде не должно превышать шести - восьми.

Для того чтобы представляемая на слайдах информация воспринималась лучше, используйте графики и диаграммы.

Основными правилами их представления являются четкость, ясность и чувство меры. На слайде не должно быть «паутины» из такого количества линий на графиках, чтобы у слушателей рябило в глазах.

Итак, слайды готовы. Как их демонстрировать?

Как правило, в Вашем распоряжении будут компьютер, мультимедийный проектор, экран и указка. Лучше всего, чтобы презентация заранее находилась в компьютере, предназначенном для проведения конференции. Также заранее необходимо обговорить с организаторами мероприятия, как будет проходить показ слайдов: Вы их будете переключать или ассистент. Вполне возможно, что для этого есть пульт дистанционного управления. При наличии пульта заблаговременно рекомендуется ознакомиться, как он работает, и потренироваться самостоятельно.

Перед аудиторией докладчику следует располагаться таким образом, чтобы собой не загромождать изображение на экране. Проверьте это, быстро оглянувшись, прежде чем начать выступление.

Привлекать внимание слушателей к определенным графикам, фразам на слайде можно с помощью лазерной указки. Используйте указку таким образом, чтобы её свет не метался по экрану, а четко указывал на необходимый Вам фрагмент.

Соблюдая эти простые правила работы с аппаратурой, Вы сможете дополнительно продемонстрировать аудитории свой профессионализм.

Позитивный психологический настрой – обязательное условие успешной презентации. Если лектор не готов, боится и не уверен в себе, результат будет соответствующим. Перед аудиторией надо выступать так, чтобы каждый слушатель, затаив дыхание, внимал каждому Вашему слову. Для этого надо, в первую очередь, верить в свои собственные силы. Рецепты борьбы со страхом просты и доступны каждому:

- во-первых, надо тщательно готовиться и репетировать дома перед зеркалом, тогда Вы увидите, как выглядите со стороны и что следует исправить в жестах и мимике;
- во-вторых, оденьтесь так, чтобы произвести желаемое впечатление. Вы должны выглядеть элегантно, потому что это залог успеха, и такая одежда придаст Вам необходимую уверенность в себе. Синий цвет оптимален для любого выступления. Рубашка (для лекторов-мужчин) или блузка (для лекторов-женщин) белого цвета может быть прекрасным дополнением к деловому костюму, так как в нашей культуре белый цвет является олицетворением чистоты и надежности. Чистая обувь черного цвета завершит создание облика человека, которого следует уважать и к чьему мнению всегда полезно прислушаться;
- в-третьих, следует не бороться со страхом перед самим выступлением, а наблюдать его. Выпейте стакан воды мелкими глотками, сделайте несколько вдохов и выдохов, сделайте перед самым началом паузу на 10 секунд, наблюдая за аудиторией: кто как одет, как держит руки;
- в-четвертых, выберите в аудитории человека, на которого Вам приятно смотреть, чье лицо наиболее приветливо. Улыбнитесь ему! Ответная улыбка, поверьте, сразу придаст Вам сил, улучшит настроение и позволит уверенно начать доклад.

А самое главное, помните, что слушателей подкупают искренность и увлеченность докладчика. Сначала думайте только о том, что говорите, сами прочувствуйте музыку Ваших слов, а затем увидите и то, с каким интересом ловит буквально каждое Ваше слово аудитория. Ощущение того, что Вы нравитесь, интересны людям, придаст необходимый блеск Вашим глазам и обаяние Вашему выступлению.