

11 правил красивой речи

Правило 1. При разговоре необходимо придать телу удобную и свободную позу.

Правило 2. Во время речи следует держаться естественно, желательно смотреть на собеседника.

Правило 3. Перед началом речи сделайте вдох (при вдохе не поднимайте плечи) и сразу же начинайте говорить на плавном выдохе, не торопясь, слитно.

Правило 4. Четко артикулируйте, произносите гласные протяжно, делайте на них голосовую опору.

Правило 5. Согласные произносите легко, свободно, без напряжения.

Правило 6. Длинные предложения делите на смысловые отрезки и короткие предложения.

Правило 7. Избегайте монотонности. Говорите выразительно.

Правило 8. Выдерживайте ровный темп и ритм речи. Говорите уверенно и спокойно.

Правило 9. Не спешите с ответом. Сначала обдумайте высказывание.

Правило 10. При неудачах остановитесь, успокойтесь и продолжайте говорить более медленно, пока не почувствуете уверенность в речи.

Правило 11. Постоянно контролируйте себя: не делайте лишних движений руками, ногами, головой, туловищем.

Помните, что эффективность общения зависит не только от умения говорить, но и от умения слушать.