



ЛАЙФХАКИ ЭФФЕКТИВНОЙ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ

*Пинаева Алевтина Сергеевна
Центр «Планирование
карьеры» город Томск*



CPC.TOMSK.RU

НАМ 25 ЛЕТ!

**ДОСТОЙНАЯ ИСТОРИЯ,
ЯРКИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ!**

ЦЕНТР «ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ»



10 ШАГОВ К СОЗДАНИЮ ВИДЕО

- *1. Определитесь с типом контента*
- *-Самопрезентация как мультфильм*
- *-Человек вне кадра*
- *-Вопрос-ответ*
- *-Театрализованное представление*

- *2. Напишите план*
- *3. Найдите эксперта*
- *4. Напишите сценарий*



- *5. Найдите наилучшее место для записи ролика*
- *6. Выберите камеру и линзы*
- *7. Займитесь освещением*
- *8. Не забывайте о звуке*



- *9. Создайте правильную энергетику*
- *10. Редактируйте отснятый материал не забывая про регламент*



CPC.TOMSK.RU

НАМ 25 ЛЕТ!

**ДОСТОЙНАЯ ИСТОРИЯ,
ЯРКИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ!**

ЦЕНТР «ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ»

8 ОШИБОК САМОПРЕЗЕНТАЦИИ

-
- *1. Избегание зрительного контакта.*



- *2. Обезличенная презентация.*



- 5. *Использование закрытых поз.*
- 6. *Излишняя жестикуляция и суетливость.*





- *7. Слабое представление цели презентации или ее отсутствие.*
- *8. Переигрывание.*

7 СПОСОБОВ КАК МОЖНО РАСПОЛОЖИТЬ ЧЕРЕЗ ЭКРАН

- 1. Рассказывайте личные истории*
- 2. Показывайте отзывы ваших обучающихся и коллег*
- 3. Покажите ценный прошлый опыт*
- 4. Проведите интервью с гостями вашей организации*
- 5. Возьмите зрителя «за кулисы»*
- 6. Придумайте историю для серии видео*
- 7. Используйте юмор*





СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ

*Пинаева Алевтина Сергеевна
Центр «Планирование
карьеры» город Томск*