

PREZENTÁCIÓS TECHNIKÁK, ELŐADÓI HATÁSGYAKORLÁS

Ternovszky Csilla

2025.02.21



MITŐL FÉLNEK LEGJOBBAN AZ
AMERIKAIÁK (2017)?



MITŐL FÉLNEK LEGJOBBAN AZ AMERIKAIÁK?

10

KUTYA

9

EGYEDÜLLÉT

8

REPÜLÉS

7

HALÁL

6

BETEGSÉG

5

MÉLYVÍZ

4

PÉNZÜGYI
PROBLÉMÁK

3

ROVAROK,
KÍGYÓK

2

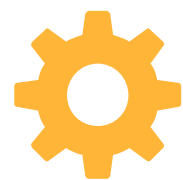
MAGASSÁG

MITŐL FÉLNEK LEGJOBBAN AZ AMERIKAIÁK?

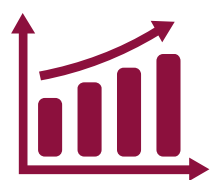
1 CSOPORT ELŐTT BESZÉLNI



A TRÉNING MINT MÓDSZER



KOMFORT
ZÓNA



PÁNIK
ZÓNA



TANULÁSI
ZÓNA

LEGFŐBB SIKERKRITÉRIUM: RÉSZTVEVŐI AKTIVITÁS

ÉN ÉS A PREZENTÁCIÓ...



Milyen hatást gyakoroltál?

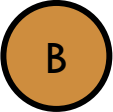
SZIMPATIKUS (megnyerő)

HITELES (kompetens)

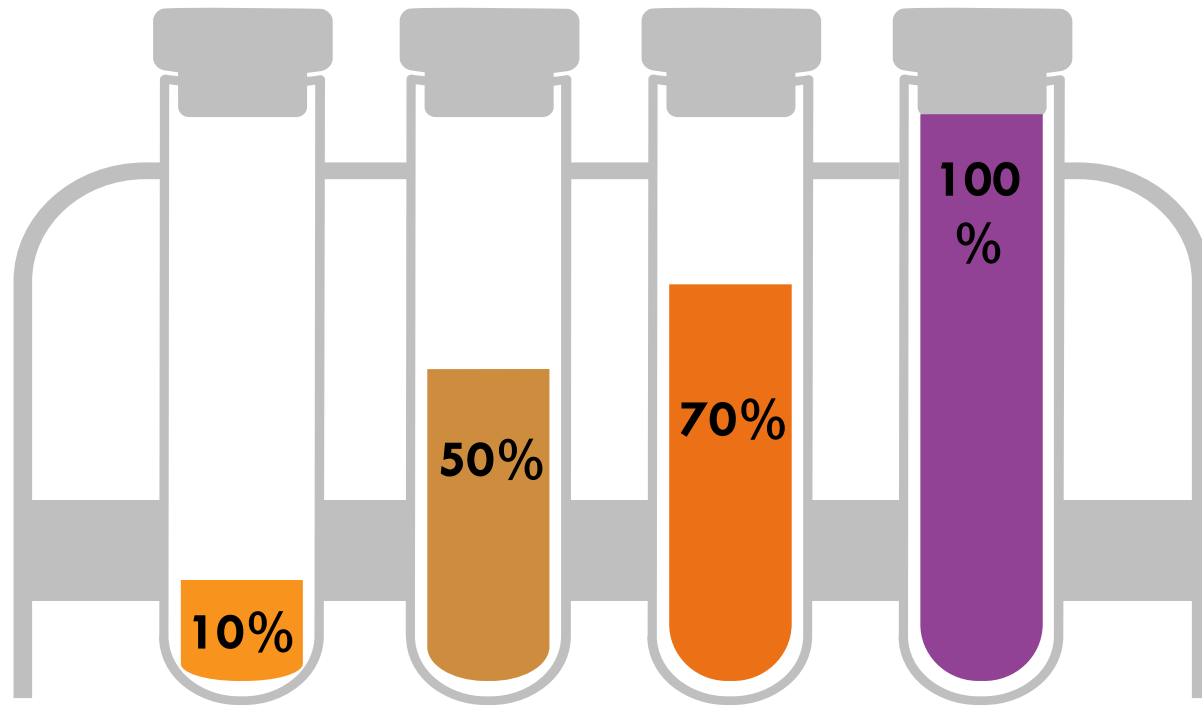
LELKESÍTŐ (energizáló)



AZ ELŐADÁS TÍPUSAI

-  TUDÁSÁTADÁS
-  MEGGYŐZÉS
-  MOTIVÁLÁS, LELKESÍTÉS
-  SZÓRAKOZTATÁS

RETORIKAI MÉRLEG – ÉRZELMEK ARÁNYA AZ ELŐADÁSBAN

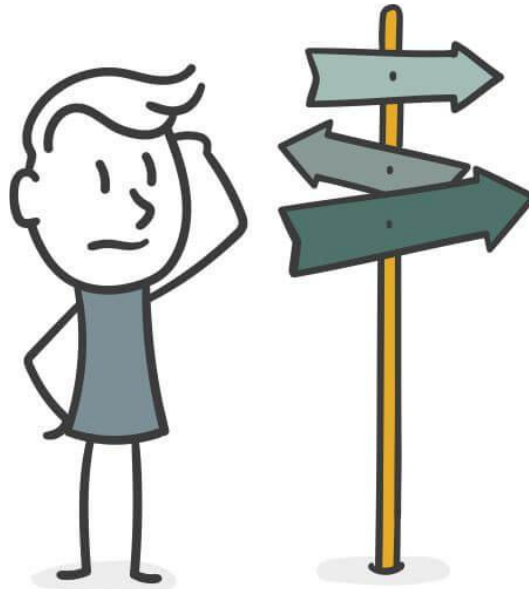


- A** TUDÁSÁTADÁS
- B** MEGGYŐZÉS
- C** MOTIVÁLÁS, LELKESÍTÉS
- D** SZÓRAKOZTATÁS

„Ha a hallgatóságot nem pusztán belátásra, hanem cselekvésre akarjuk bírni, akkor a számok, statisztikák és egyéb értelemre ható érvek felsorakoztatása nem elég, szükség van érzelmek mozgósítására is.

A döntések nem az adatokat feldolgozó bal, hanem az érzelmekért felelős jobb agyféltekében születnek.”

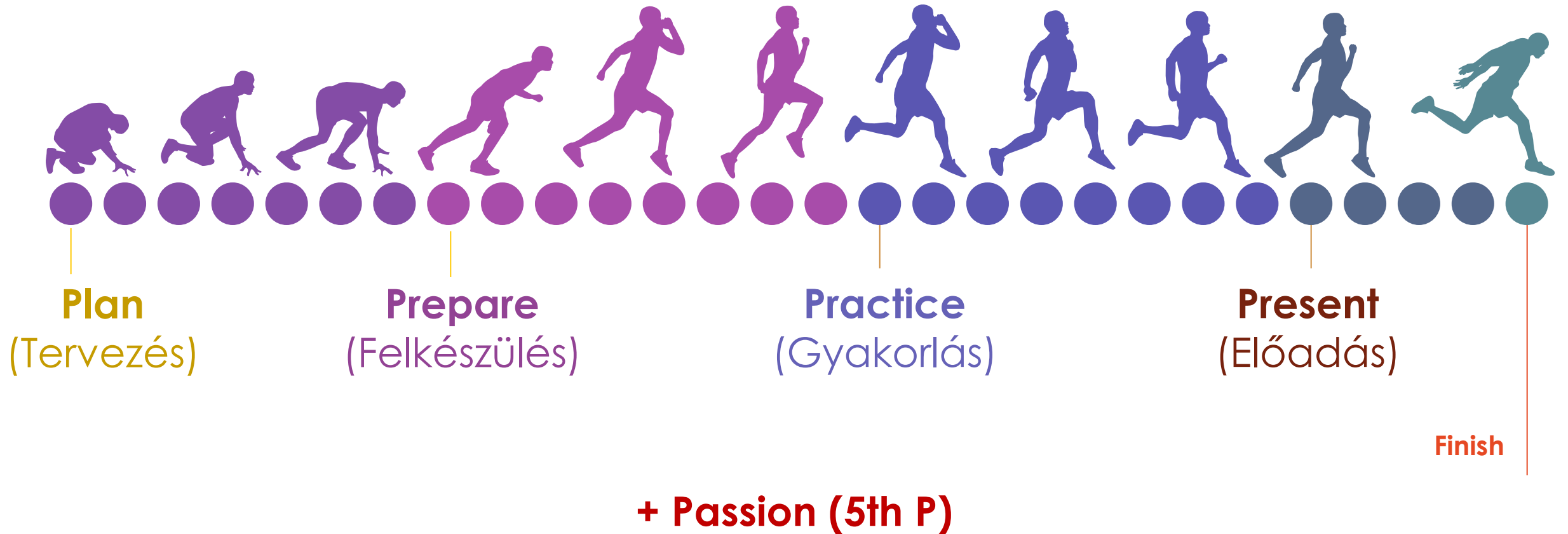
(Györfy Kinga)

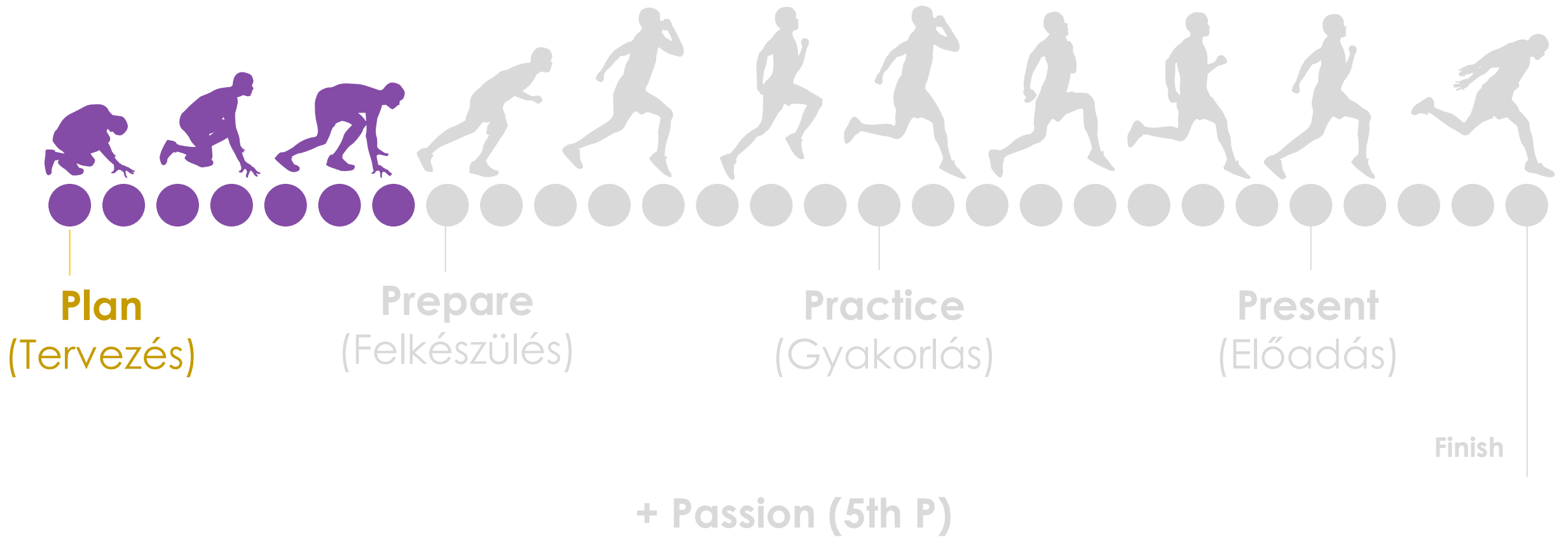


A large, irregular yellow watercolor splash serves as the background for the text. The splash has a textured, painterly appearance with various shades of yellow and some darker spots. The text is centered within the splash.

A PREZENTÁCIÓ 4P MODELLJE

I. A PREZENTÁCIÓ 4P MODELLJE





SAROKKÖVEK



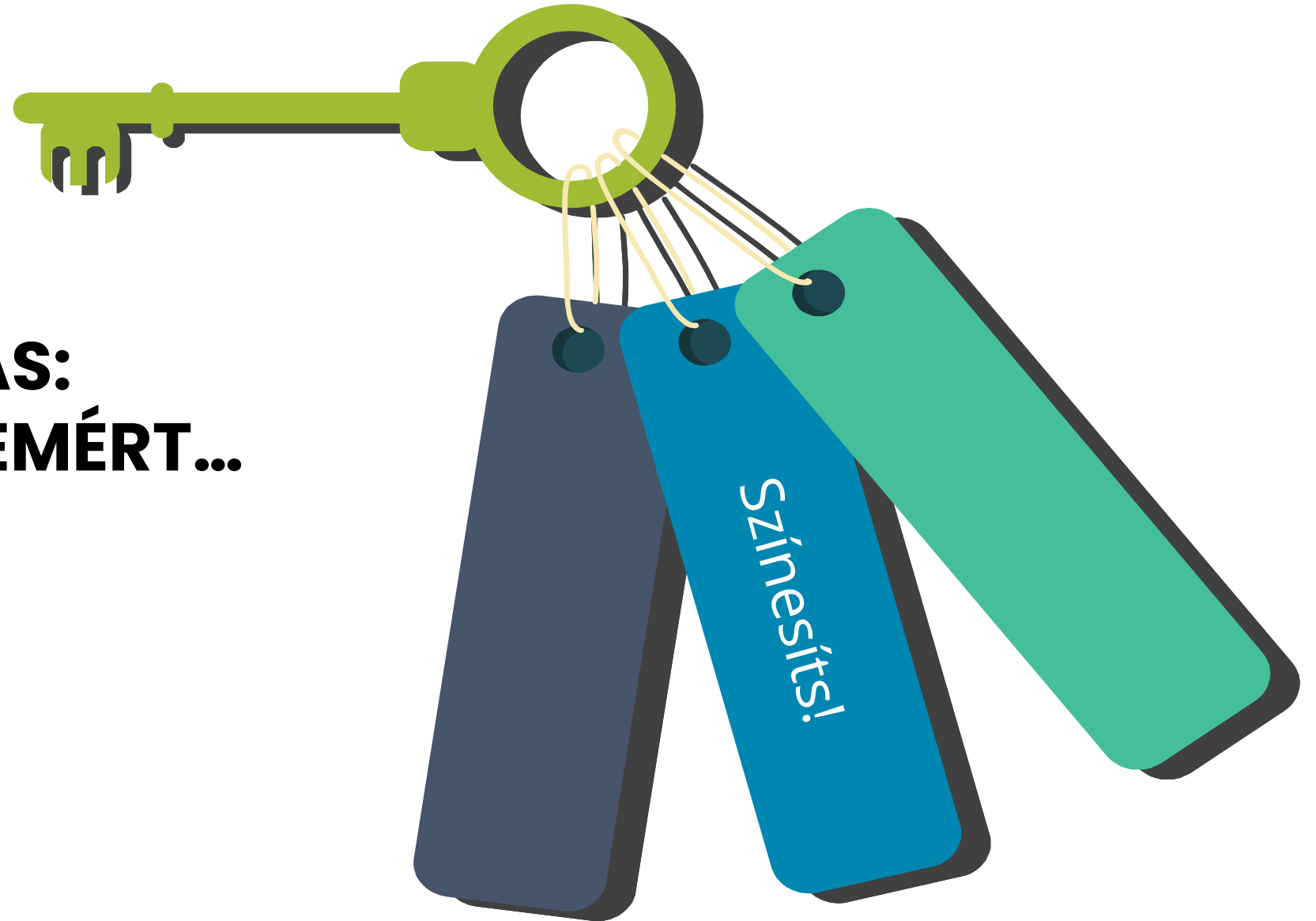


CÉL

A tréning végére a résztvevők érezzék, hogy konkrét, alkalmazható eszközökkel gyarapodtak a hatásos előadások megtartásához.

KULCSÜZENET

**AZ ELŐADÁS:
HARC A FIGYELEMÉRT...**



Oh
yeah!

A TARTALOM KIALAKÍTÁSA

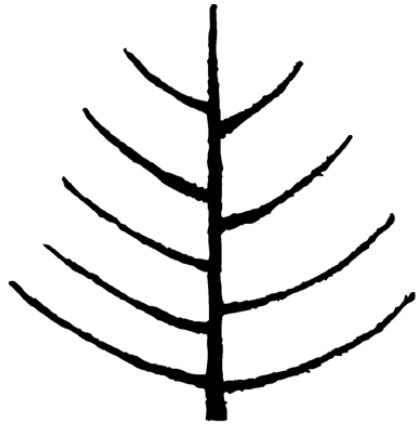


A TARTALOM KIALAKÍTÁSA

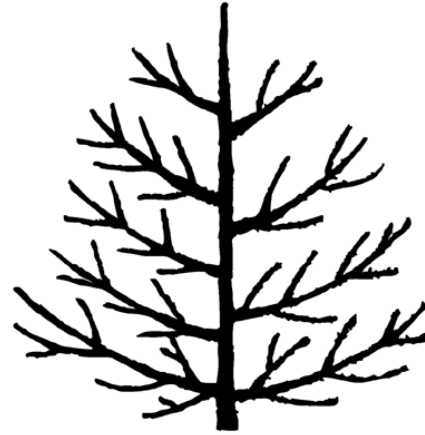
A „fenyőfa technika”



Az alaptéma



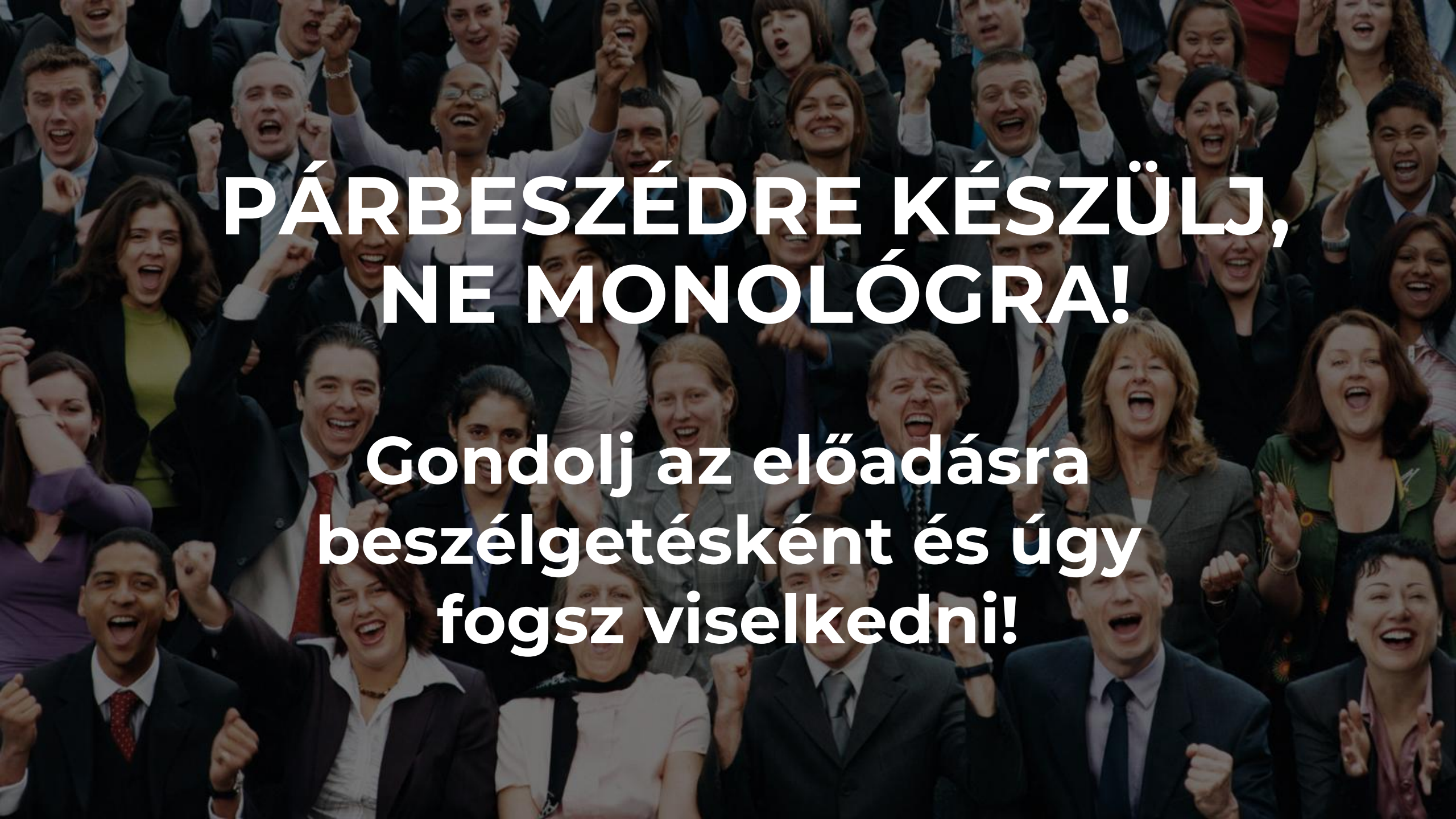
Az érintett területek (altémák)



Az egyes altémák főbb pontjai



Tények, adatok, információk



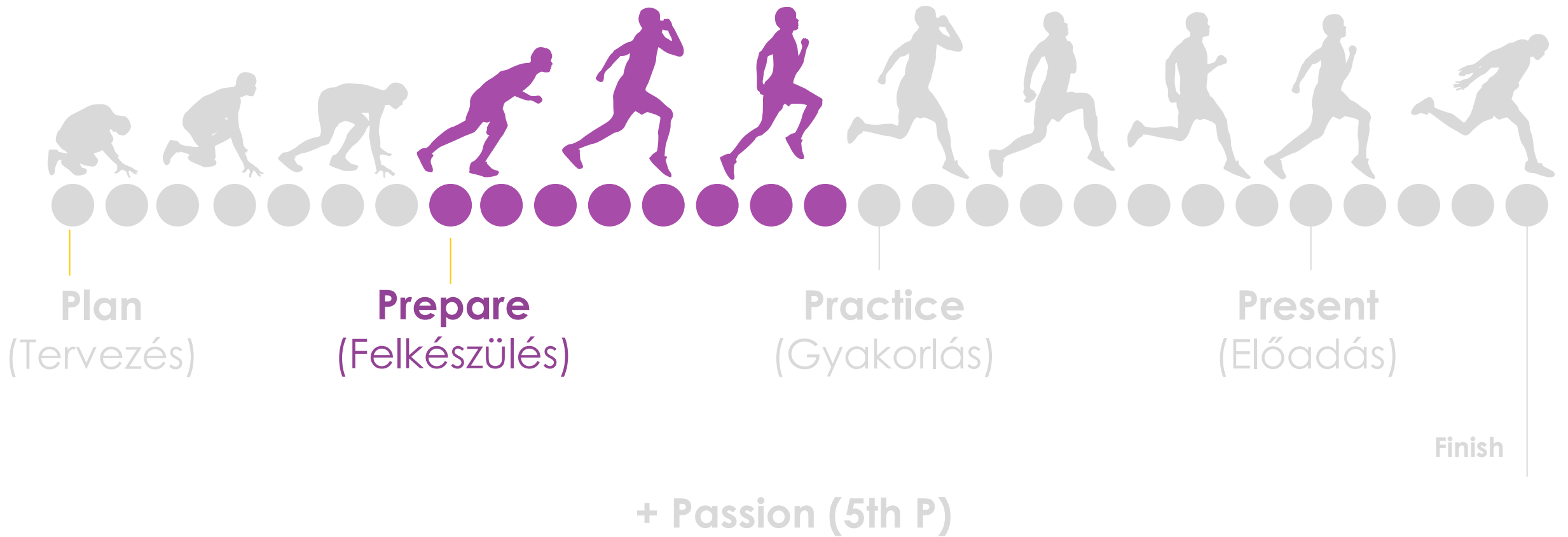
**PÁRBESZÉDRE KÉSZÜLJ,
NE MONOLÓGRA!**

**Gondolj az előadásra
beszélgetésként és úgy
fogsz viselkedni!**

The background features a series of concentric circles in shades of light gray and white. A prominent, thick, wavy line in a reddish-pink color curves across the right side of the image, partially overlapping the circles.

**A PREZENTÁCIÓ AZ
NEM A POWERPOINT,
TE MAGAD VAGY A
PREZENTÁCIÓ**





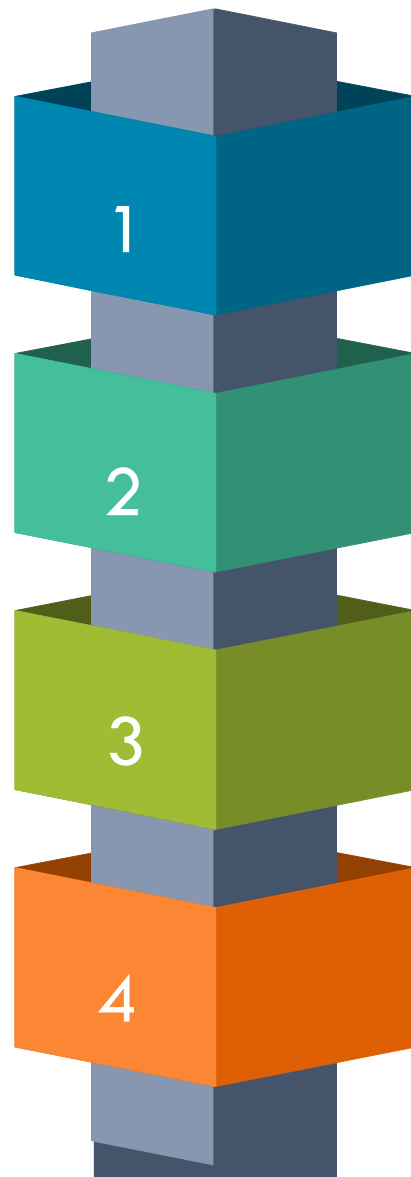
FELKÉSZÜLÉS

HELYSZÍNI ADOTTSÁGOK

(TEREMMÉRET, ÜLTETÉS,
MEGVILÁGÍTÁS, HŐMÉRSÉKLET,
ZAVARÓ TÉNYEZŐK)

SZÍNPADI FELTÉTELEK

(TÉR, PÓDIUM, ASZTAL, AKUSZTIKA)



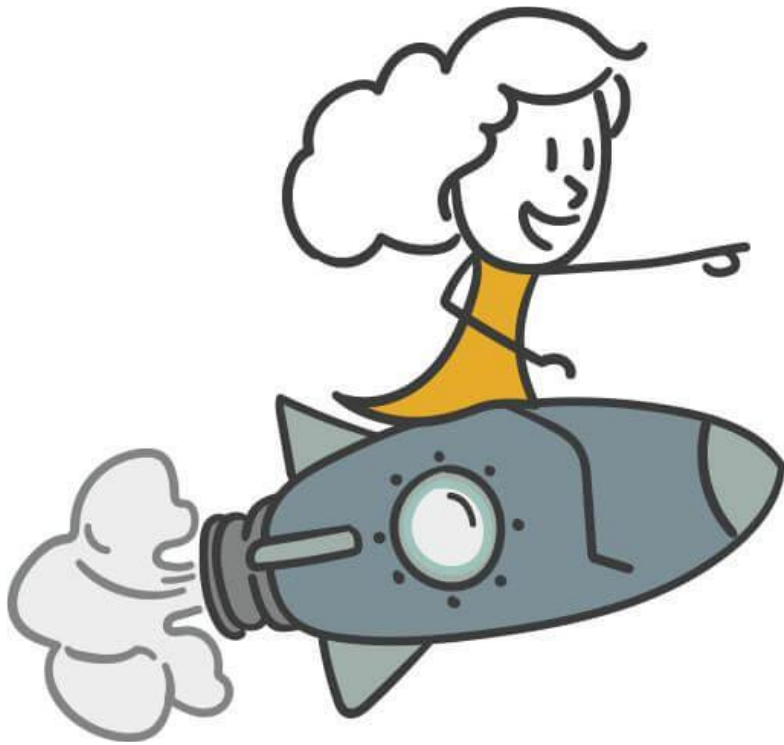
TECHNIKAI FELTÉTELEK

(MIKROFON, PROJEKTOR,
FLIPCHART)

SAJÁT ÁLLAPOTOD

(ÖLTÖZET, HANG,
MAGABIZTOSSÁG)

AZ ELŐADÓ BARÁTAI



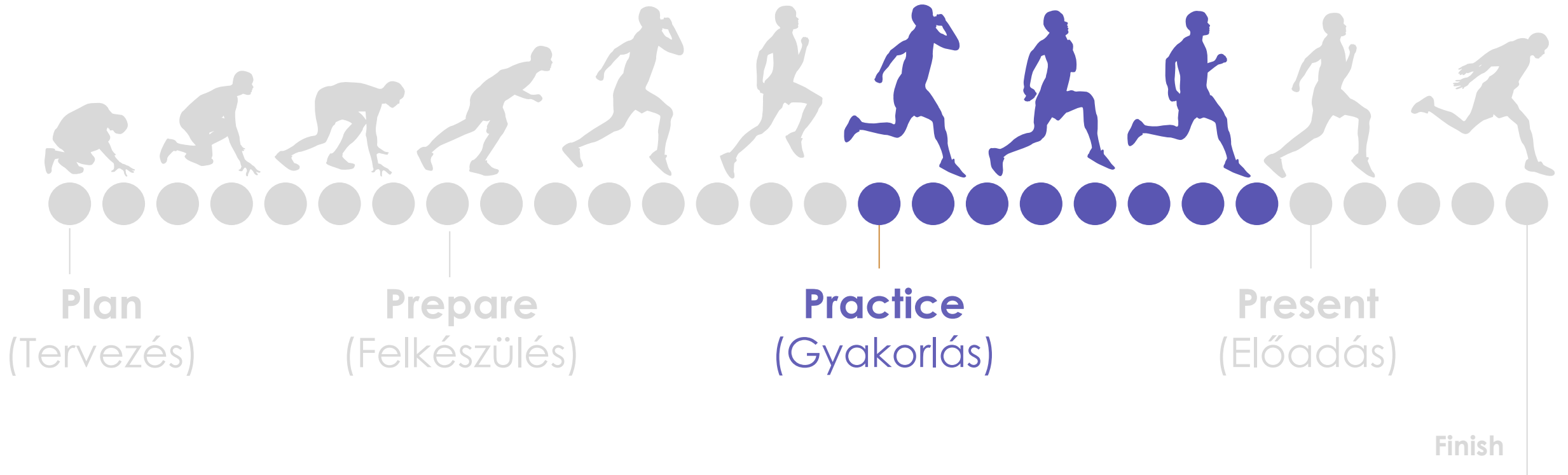
SZEMÉLYES JEGYZET



ESZKÖZÖK, FLIPCHART, PPT



KÖZÖNSÉG



PREZENTÁCIÓS ARANYSZABÁLY

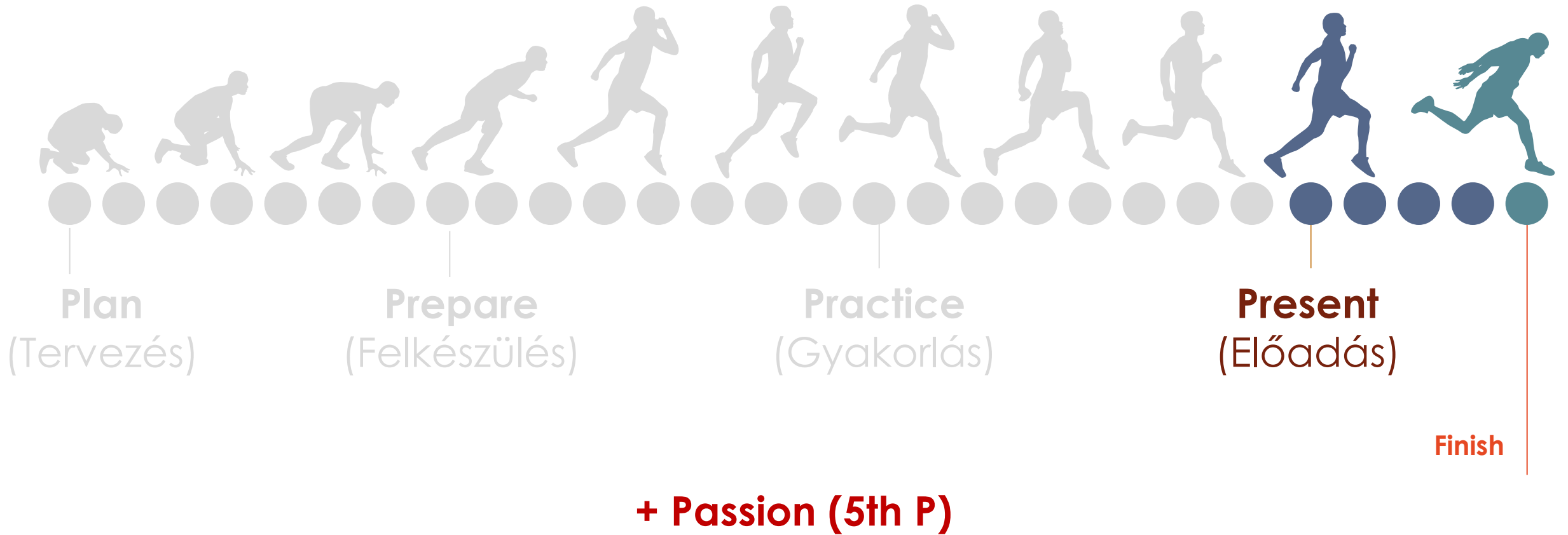
„A jó beszéd hasonlít ahhoz, ahogy a hétköznapiakban is kommunikálunk, tehát sokkal természetesebb nyelven van tálalva mint egy írott anyag.”



GYAKOROLJ!

- TEREM
- MOZGÁS
- TECHNOLÓGIA
- ELKÉPZELT KÉRDÉSEK
- TESZTKÖZÖNSÉG





A man in a dark suit and white shirt is speaking at a podium. He is gesturing with his hands, which are clasped together. The background is a light-colored wall with large, bold text. The text reads: "If you are Excited about what You Say". The word "Excited" is in a larger font and has a slight shadow. The word "about" is in a smaller font and is colored orange. The words "If you are" and "You Say" are in a large, bold, black font.

If you are **Excited**
about what
You Say

HA IZGALOMBA HOZ,
AMIRŐL BESZÉLSZ



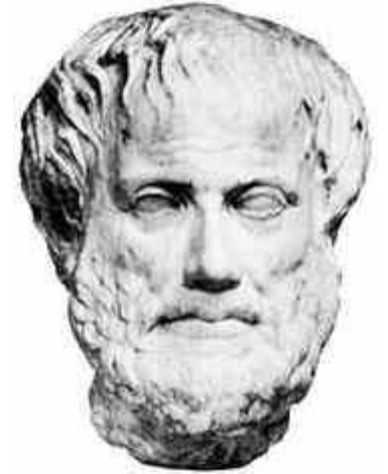
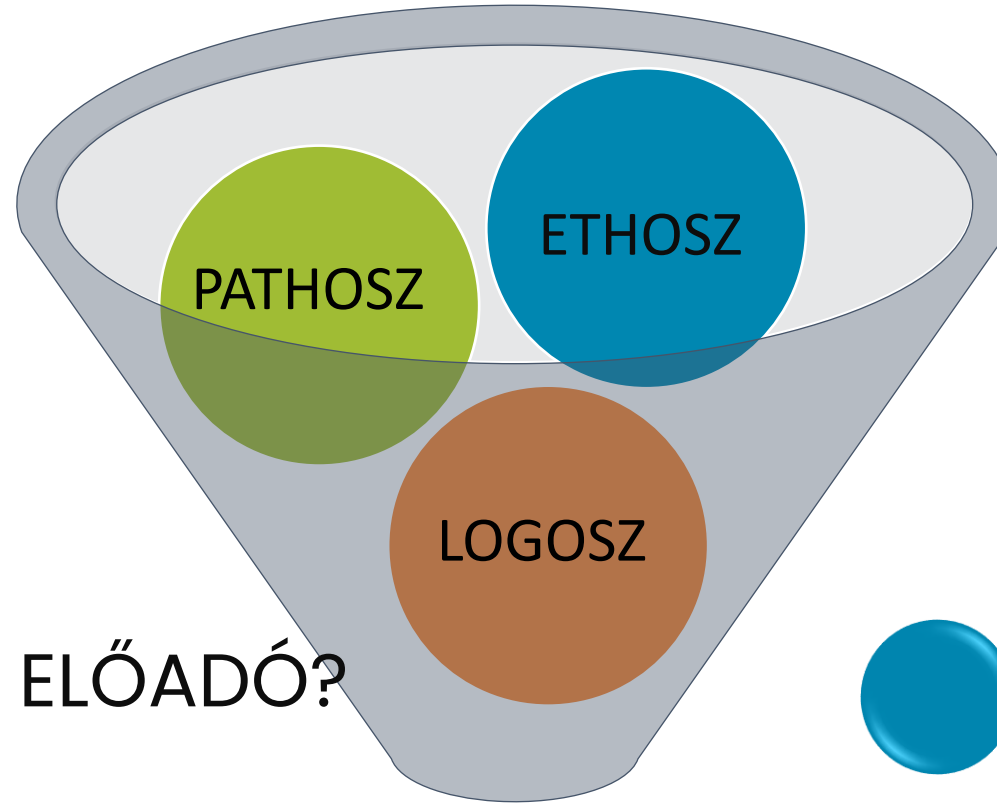
Your Audience
Will Too.

A KÖZÖNSÉGRE IS
ÁTRAGAD

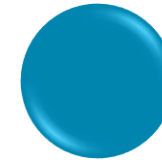
Szófoszlányok...

var	gi	szó	kri	cu	ne
be	tré	sá	bú	pa	pre
nyu	trö	sze	bu	dö	lek
ki	tár	lé	kra	éNZ	me
ala	szer	uni	biz	ve	ku
ir	na	ká	ta	kor	szol
ga	rú	for	vi	ti	tö
orsz	sé	ul	ev	pri	ak
átl	kör	fra	sí	nya	áró
sik	mé	érd	zsa	al	prí
bik	zi	bor	ont	ség	kül
prá	sár	ző	fe	üle	bet

A SIKERES BESZÉD 3 FŐ ÖSSZETEVŐJE



ÉRDEKES-E AZ ELŐADÓ?



MIÉRT Ő?



MIÉRT JÓ NEKEM?

A CORNETTO MODELL



Forrás: Szűcs in Benkő et al., Előadok, tehát vagyok, 48.

AZ ELŐADÁS SZAKASZAI



A FIGYELEM FELKELTÉSE **1**

3 MEGERŐSÍTÉS ÉS LEZÁRÁS

2 A TARTALOM ÁTADÁSA

A KEZDÉS

7



A BEVEZETÉS CÉLJA (30-90 SEC)

- FIGYELEM FELKELTÉSE
- MEGNYERNI A HALLGATÓSÁG
JÓINDULATÁT
- ELŐKÉSZÍTENI A TÉMÁT



DRÁMA



[Jamie Oliver](#)

BEVEZETÉS: BIZALOM KIÉPÍTÉSE, TÉMÁRA VALÓ RÁHANGOLÓDÁS

kérdés

történet

sejtetés

dráma

videó

provokatív
tény

idézet.

szöveg
pont

érdekesség

NE SABLONOSAN KEZD!!!

rejtvény

aktualitás

személyes
élmény

egyszerűen
elkezdeni...

...

AHOGY ELKEZDHETSZ EGY ELŐADÁST - 10 TIPP

- #1 Személyes történet (saját/ügyfél...)
- #2 A közönség bevonása (állítás, kérdés)
- #3 Érzelemtöltetű tény/számadat (provokatív tény)
- #4 Önirónia
- #5 Vizuális szemléltetés (videó, kép, tárgy)
- #6 Idézet
- #7 Metafora, analógia (hasonlat)
- #8 Az ellenség, a harc megjelenítése
- #9 Az elképzelt jövő
- #10 Improvizáció

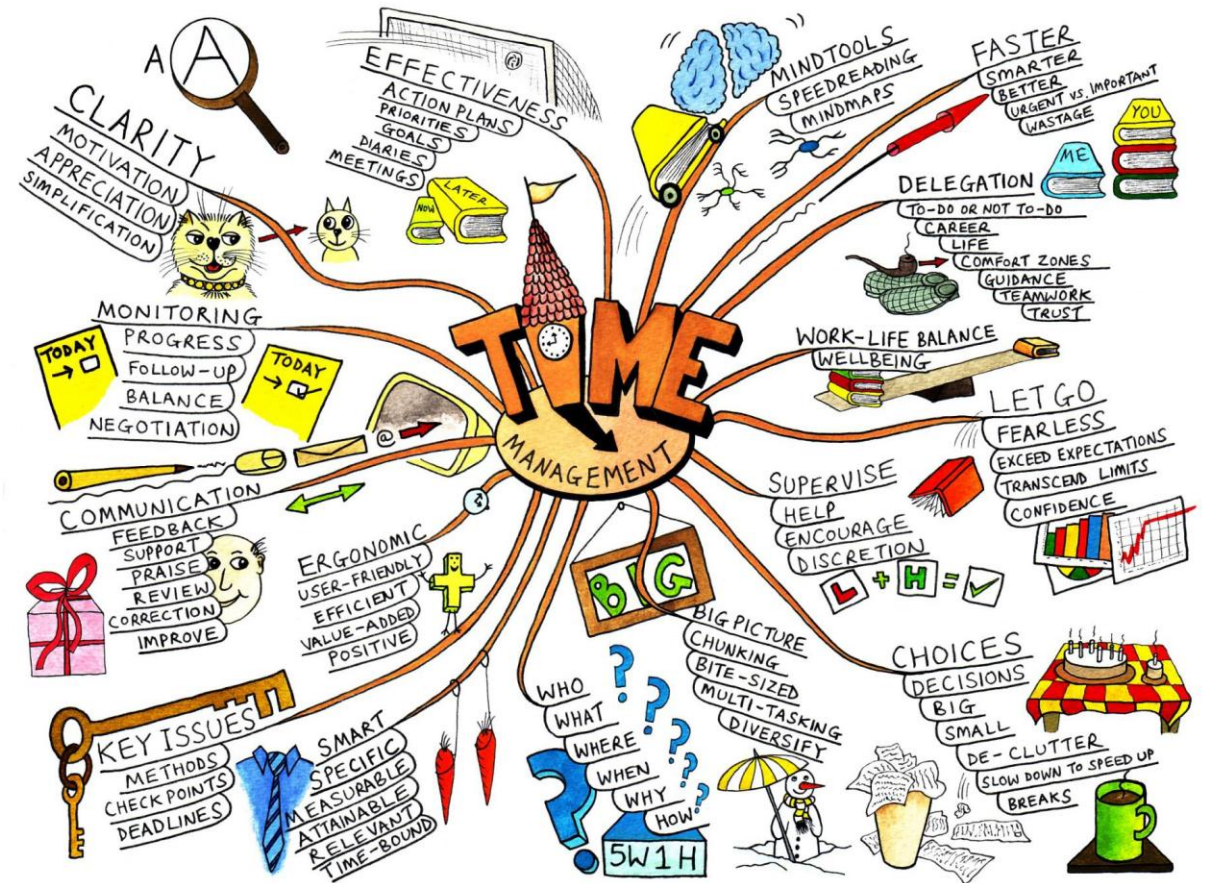
A PREZENTÁCIÓ KÖZEPE

TARTALMI MONDANIVALÓ,
TÉMAKIFEJTÉS



8 9 6 1 5 2 6 1 9 5 6

Ha logikai minta van az
információk között
akkor sokkal
könnyebben és
tartósabban jegyezzük
meg őket



MIK LEHETNEK A PREZENTÁCIÓ VÉGÉN?

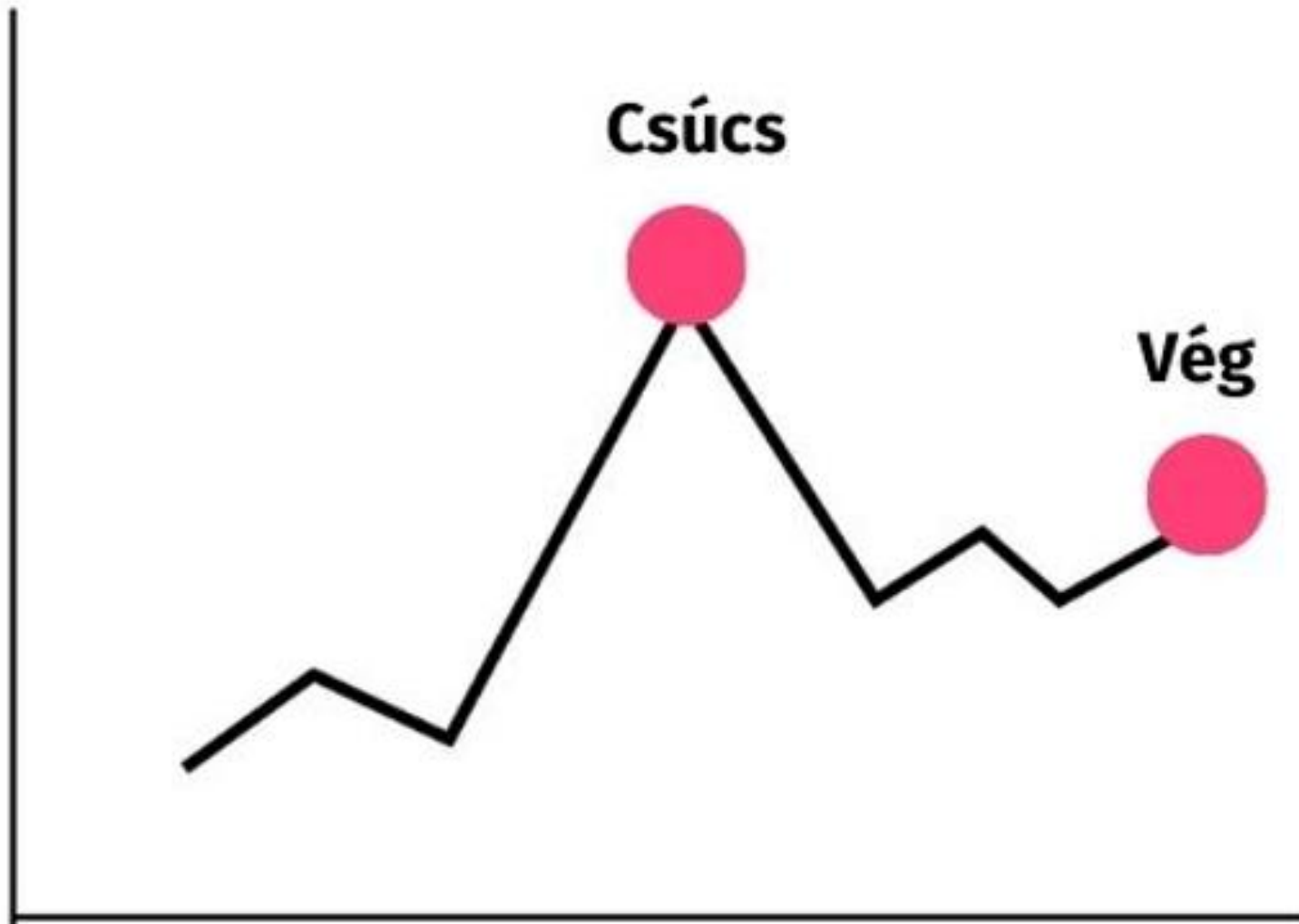
„Az utolsó pillanat nyújtotta
élménynek óriási jelentősége
van...”

(Daniel Kahneman)



The End

CSÚCS –VÉG SZABÁLY (PEAK-END RULE)



**ÉRZELMEKRE HATÁS,
CSATTANÓ**

AHOGY LEZÁRHATSZEGY ELŐADÁST - 10 TIPP

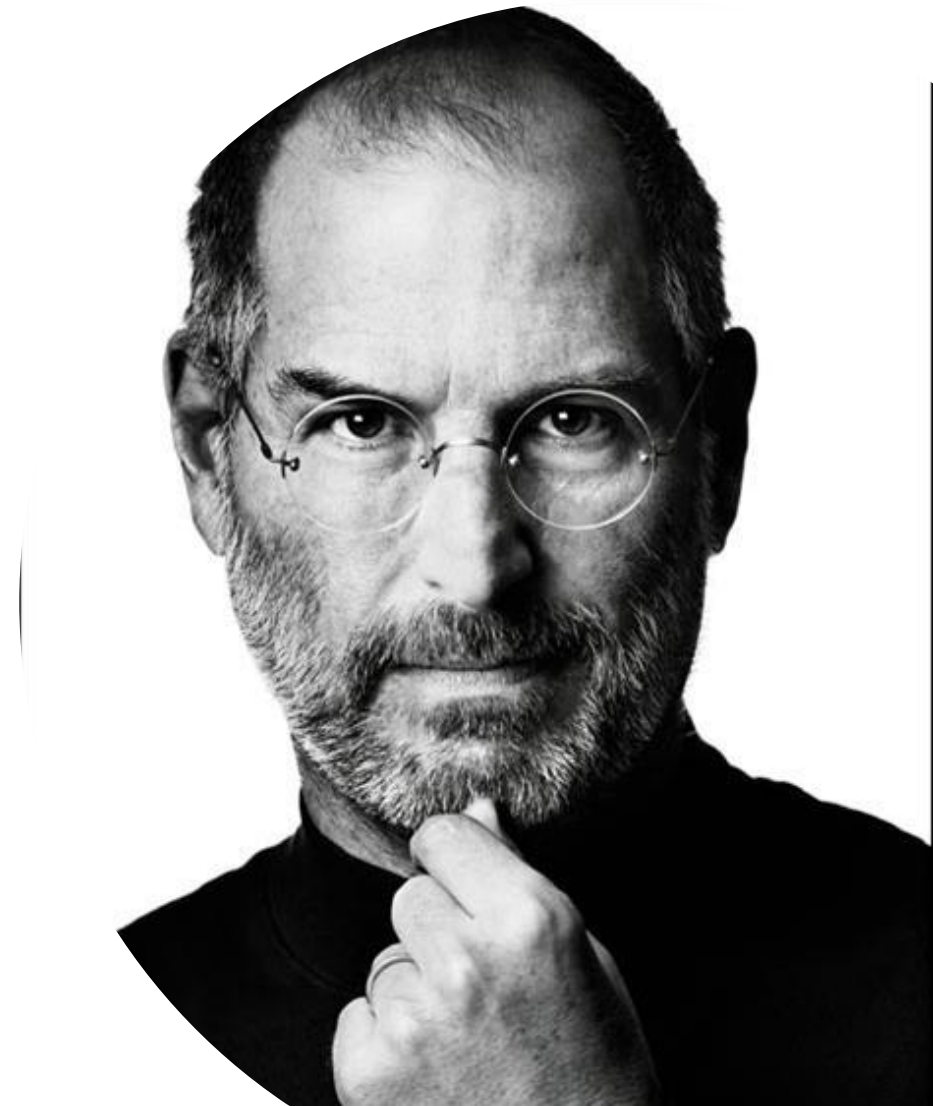
- #1 Összegzés, fő üzenet megerősítése
- #2 Inspiráló idézet / fennkölt gondolat / erős záró mondat
- #3 Cselekvésre ösztönzés (Call to Action)
- #4 Retorikai kérdés
- #5 Pozitív jövőkép bemutatása
- #6 Egy erős vizuális elem
- #7 Megnyugvás, feloldás, megoldás
- #8 Nagy csavar, meglepetés
- #9 Csokorba fonás
- #10 Elején lévő momentum visszahozása (keretes szerkezet)



**YOU NEED TO FINISH WITH
A
BANG...!!!**



„Ja, még egy dolog...”





9 SEC

7,2 SEC

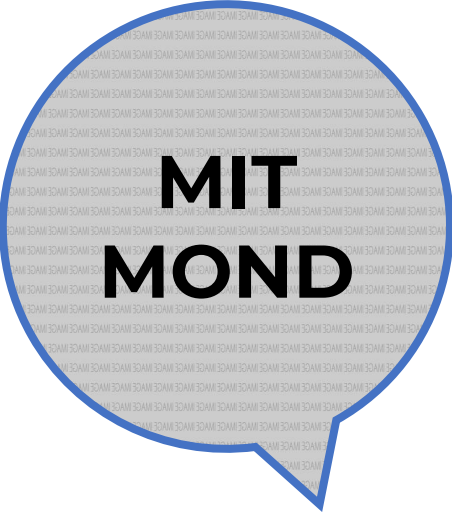
A large, irregular yellow watercolor splash serves as the background for the text. The splash is centered and has a textured, painterly appearance with some darker yellow and brownish tones at the edges. The text is centered within the splash.

A FIGYELEM FENNTARTÁSA, A HALLGATÓSÁG BEVONÁSA



<https://www.youtube.com/watch?v=8S0FDjFBj8o>

AZ ELŐADÁS KÉT ASPEKTUSA



**MIT
MOND**

nyelvi, retorikai eszközök
TARTALOM

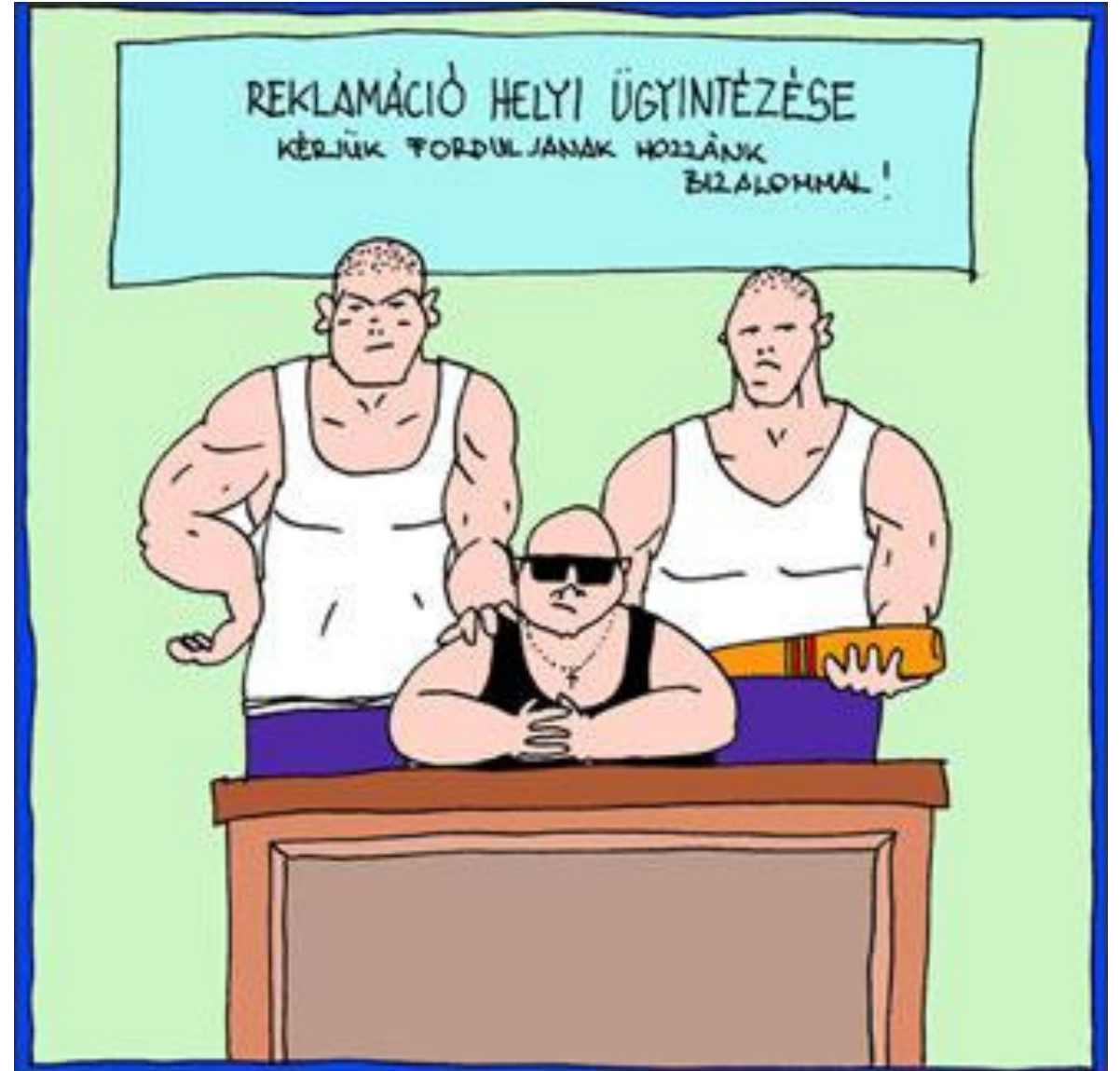


**HOGY
MONDJA**

vokális eszközök, testbeszéd,
technikai eszközök
FORMA



„Nem én voltam...”



AZ ELŐADÓI NON-VERBÁLIS KOMMUNIKÁCIÓ ESZKÖZEI

MIMIKA, TEKINTET

GESZTUSOK

TESTTARTÁS

TÉRKÖZ



MOZGÁS

RUHÁZAT, HAJVISELET

SZIMBÓLUMOK

TESTBESZÉD



„Testünk megváltoztatja az elmeállapotunkat s az pedig a viselkedésünket. A viselkedésünk pedig a dolgok kimenetelét változtatja meg.”

Amy Cuddy



A black and white illustration of a speaker addressing a seated audience in an amphitheater. The speaker, a man in a long robe, stands on the left, gesturing with his right hand. The audience, consisting of men and women in classical attire, is seated in tiered rows on the right. The scene is set in an outdoor amphitheater with a stone wall in the background.

BESZÉDTECHNIKA

A classical painting depicting a large assembly of men in white togas seated in a semi-circular forum. In the foreground, a man in a white toga stands and addresses the assembly, gesturing with his right hand. The background features a large column and a wall with a mural. The text is overlaid in the center of the image.

**„A KÖLTŐ SZÜLETIK, A
SZÓNOK AZZÁ LESZ”
(CICERO)**



A HANG BEFOLYÁSOLÓ EREJE

- ESZKÖZÖK -



LÉGZÉSTECHNIKA,
HANGKÉPZÉS

ARTIKULÁCIÓ,
PONTOSSÁG

HANGSÚLYOZÁS, SZÜNETEK

HANGMAGASSÁG,
BESZÉDDALLAM, HANGSZÍN

HANGERŐ,
TEMPÓ, TEMPÓVÁLTÁS

SZÓHASZNÁLAT

fogszakorvos és szájsebész
fasiszta focista
Zaporozsecsluszkulcs
cserszömörccés sör
barackcukrozásos módszer
a mauzóleum lelinóleumozása
piros csíkos cinkcsésze
spontán Psota show
bedezodoroztad magad
Mercédészsluszkulcs
Jamaika a jamaikaiaké



LÉGZÉSTECHNIKA,
HANGKÉPZÉS

ARTIKULÁCIÓ,
PONTOSSÁG

HANGSÚLYOZÁS, SZÜNETEK

HANGMAGASSÁG,
BESZÉDDALLAM, HANGSZÍN

HANGERŐ,
TEMPÓ, TEMPÓVÁLTÁS

SZÓHASZNÁLAT

....Jó reggelt kívánok mindenkinek!
Ma... a hatásos beszédek megtartásának legfőbb
ismérveit szeretném... Önökkel megosztani.
Elsőként..., hadd hangsúlyozzam... a beszéd részletes
átgondolásának..., megtervezésének... fontosságát!

Kedves Kollégák, jó estét mindenkinek!

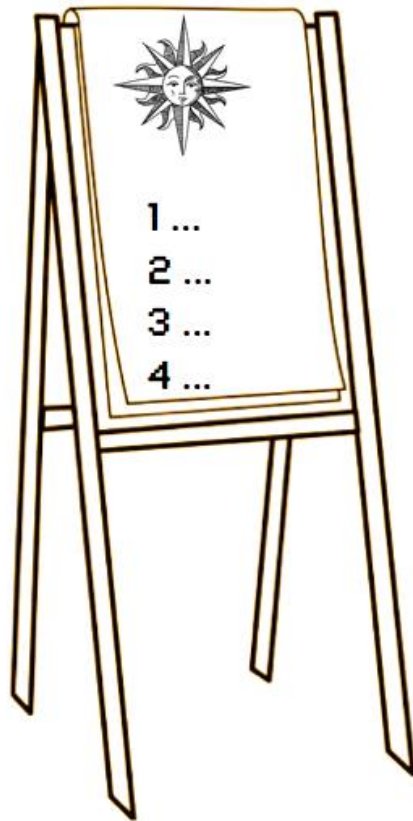
Boldog vagyok, hogy ennyien el tudtatok jönni.

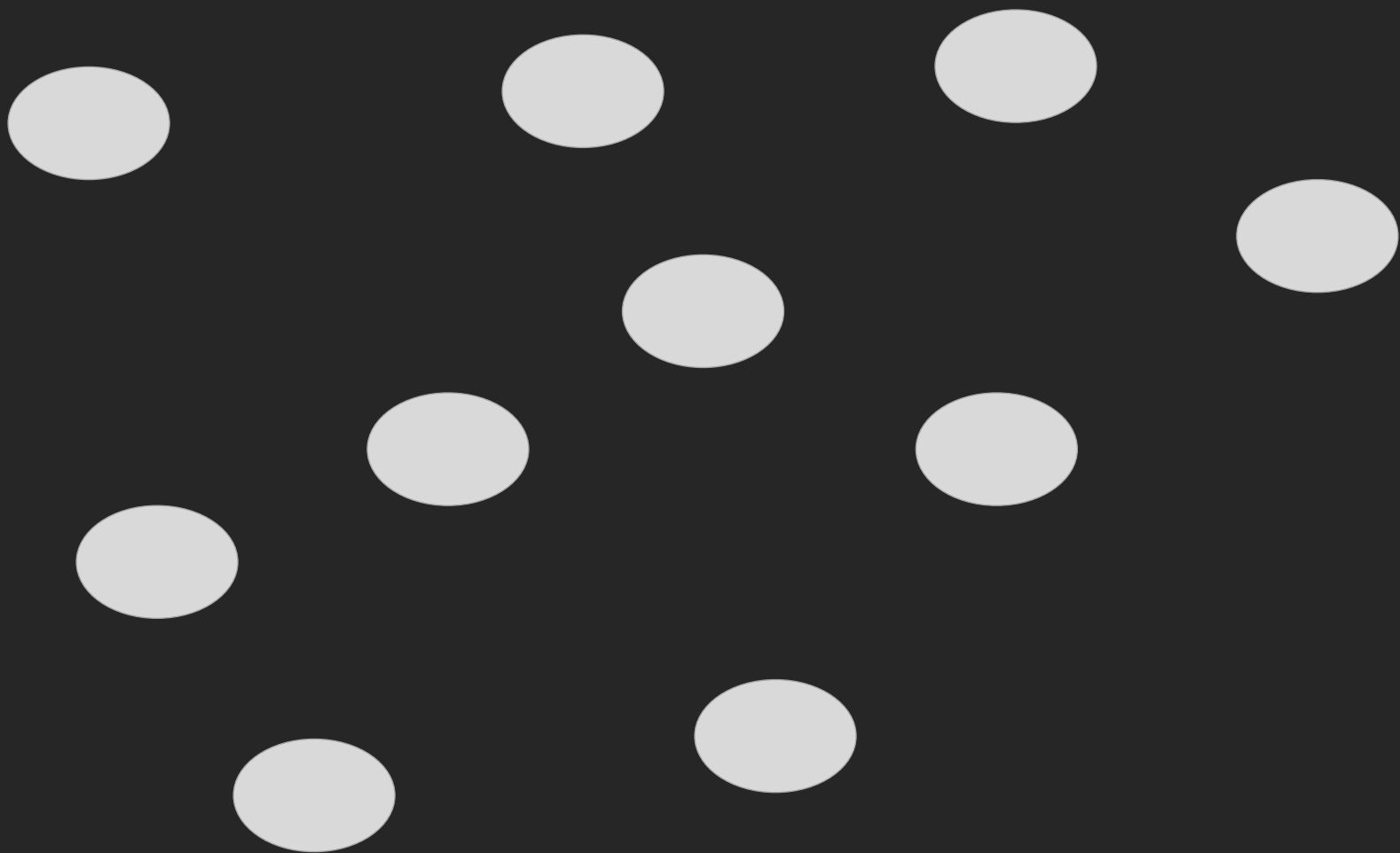
A 2022-es év nagyon nehéz volt. Nagyon nehéz volt. De ez most nem az értékelés, vagy a tervezés ideje, hanem a pihenésé. Szórakozzunk ma este, éljünk a lehetőséggel! Érezzétek jól magatokat!

Köszönöm a figyelmet! Kellemes karácsonyi ünnepeket és Boldog Új Évet! Kezdődjön a buli!

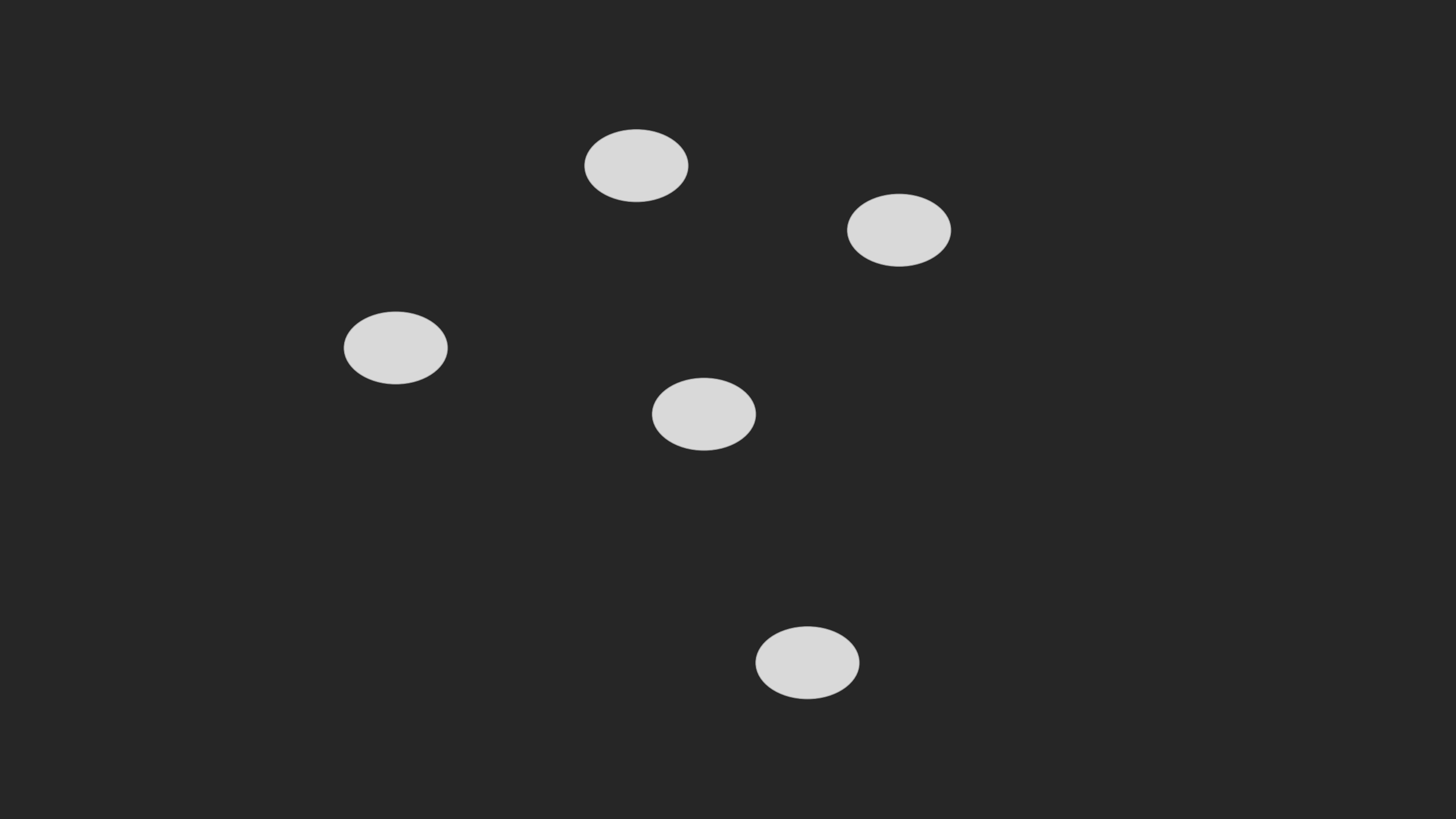
FIGYELEMFENNTARTÁS TECHNIKAI ESZKÖZEI

CSATORNAVÁLTÁS









The background features a series of concentric circles in shades of light gray and white. A prominent, thick, wavy line in a reddish-pink color curves across the right side of the image, partially overlapping the circles.

**A PREZENTÁCIÓ AZ
NEM A POWERPOINT,
TE MAGAD VAGY A
PREZENTÁCIÓ**

The background features a series of concentric circles in shades of light gray and white. A prominent, thick, wavy line in a reddish-pink color curves across the right side of the image, partially overlapping the circles.

A KULCS: KEVESEBB SZÖVEG TÖBB MONDANIVALÓ

<https://www.garreynolds.com/tips>

A FIGYELEMFENNTARTÁS – AZ ELŐADÁS SZÍNESÍTÉSÉNEK TECHNIKÁI, ESZKÖZEI

INTERAKTIVITÁS
- KÉRDÉSEK, BEVONÁS

PÉLDÁK, ÖTLETEK

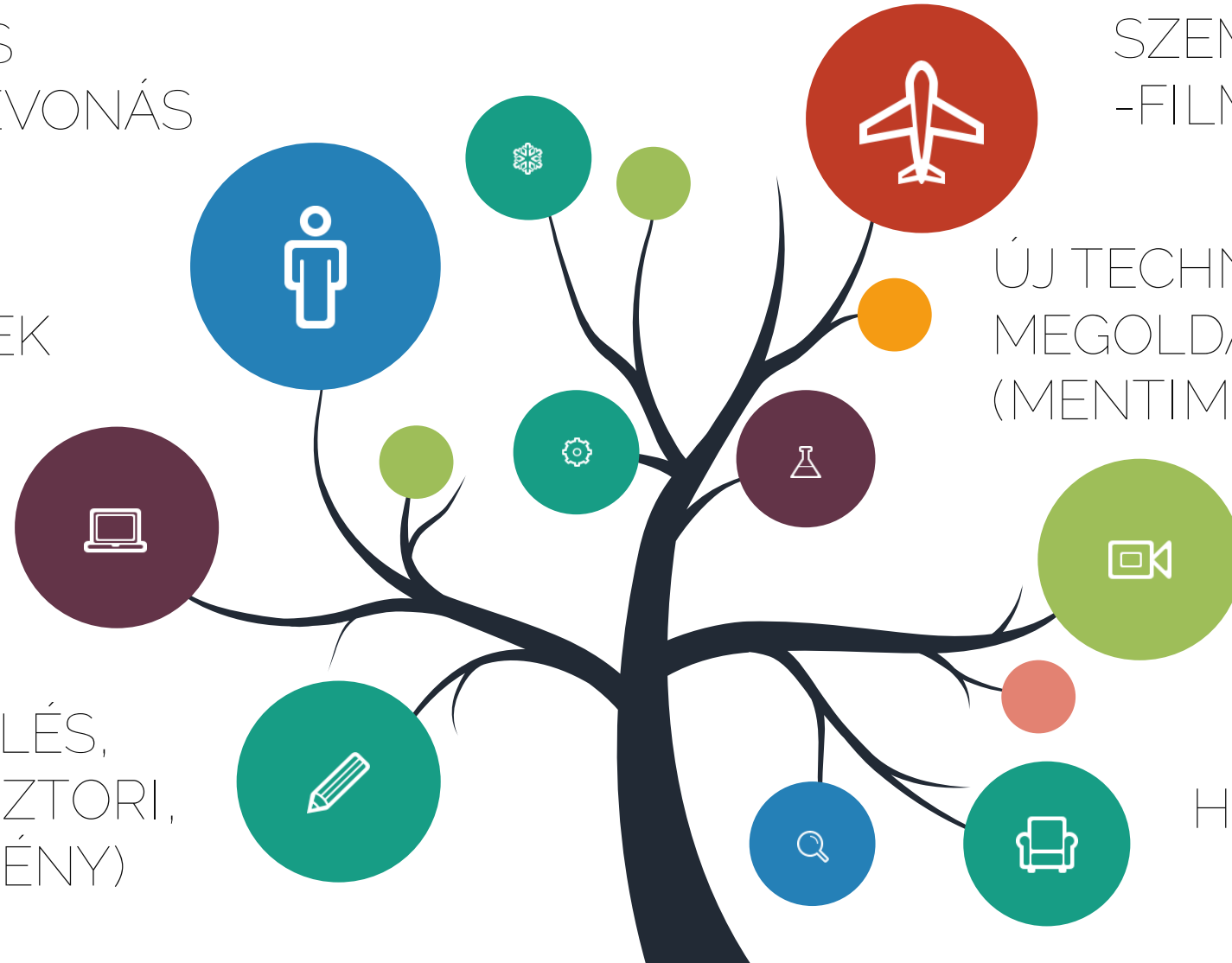
TÖRTÉNETMESÉLÉS,
(KAPCSOLÓDÓ SZTORI,
SZEMÉLYES ÉLMÉNY)

SZEMLÉLTÉSEK
-FILM, KELLÉKEK

ÚJ TECHNIKAI
MEGOLDÁSOK
(MENTIMETER, KAHOOT...)

VERSENYEK,
AJÁNDÉKOK

HUMOR



„FENYŐFÁBÓL KARÁCSONYFA”



CSATORNAVÁLTÁS – SZÍNESÍTÉS
ÉRZELEMKELTÉS

STORYTELLING – TÖRTÉNETMESÉLÉS

Nézd meg a következő beszédet:

<https://www.youtube.com/watch?v=CXB3dzVnTvs>

- METAFORA
- HUMOR
- ÉRZELMEK
- IDÉZET
- KÉRDÉSEK
- KELLÉK



KELLÉK – STAR MOMENTUM

SOMETHING
THAT
ALWAYS
REMEMBER



Mitől jó egy történet?

S	SIMPLE- EGYSZERŰ
U	UNEXPECTED – VÁRATLAN/DRÁMAI
C	CONCRETE - KONKRÉT
C	CREDIBLE - HIHETŐ
E	EMOTION – ÉRZELMEKRE HATÓ
S	STORY - STRUKTURÁLT



A large, irregular yellow watercolor splash serves as the background for the text. The splash has a textured, painterly appearance with various shades of yellow and some darker, more saturated areas. It is surrounded by smaller, lighter yellow droplets and splatters, giving it a dynamic and artistic feel.

FESZÜELTSÉGOLDÁS, LÁMPALÁZ LEKÜZDÉSE

félelem

*„Kétféle ember van: akik félnek, és akik
hazudnak.”*

Mark Twain





„A lámpalázon úgy
tudunk a
legkönnyebben úrrá
lenni, ha a szereplést
beszélgetésnek
képzjük el, és akként
is valósítjuk meg.

Beszélgetésként, ahol
az adni akarás vágya
hajt bennünket.”

(Györffy K.)

HOGYAN SZELIDÍTSD MEG A LÁMPALÁZAD? A FELKÉSZÜLÉS SZAKASZA



KÉPZELD EL A SIKERT!



MEMORIZÁLD A PREZENTÁCIÓD ELSŐ
NÉHÁNY MONDATÁT!

Az első mondataid nagyon sokszor próbáld el!



LÉGY FELKÉSZÜLT, LÉGY KÉSZEN!

Legyen ellenőrző listád és gyakorolj,
gyakorolj, gyakorolj!



ÉRKEZZ KORÁN!

Kerüld el, hogy a rohanás miatt érezd
magad stresszesnek!



PÖRGESD FEL A SZERENCSEDET!

Babonás vagy? Viseld a szerencsét hozó
cipődet, nyakláncodat, órádat, stb.

HOGYAN SZELIDÍTSD MEG A LÁMPALÁZAD? ÉRKEZÉSKOR...



BARÁTKOZZ AZ IZGALMADDAL!

Az adrenalin löket az nem feltétlenül félelem.



ISMÉTELJ VALAMI MANTRÁT!

Akadályozd meg a negatív gondolatok spirálját!



SZURKOLÓTÁBOR!

Feltételezd, hogy a közönség a barátod és szövetségese!



LÉGY BARÁTSÁGOS!

Képzeld el, hogy vendég vagy a házukban!



**NYÚJTÓZZ, HASZNÁLJ STRESSZKEZELÉSI
TECHNIKÁKAT!**

Villám relaxáció, légzés technika

HOGYAN SZELIDÍTSD MEG A LÁMPALÁZAD? PREZENTÁCIÓ ALATT...



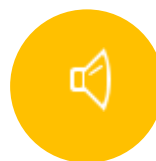
VEGYÉL MÉLY LEVEGŐT!

Lelassítja a tested stressz reakcióit. Induláskor mindenképpen, de akár közben is többször.



HÚZD KI MAGAD!

Ez jeleket küld az agyadnak, hogy készen állsz.



TARTS SZEMKONTAKTUST!

Keress a csillogó szempárokat és hozzájuk beszélj!



TALÁLJ ISMERŐST!

Keress egy ismerős arcot és kapcsolódj hozzá!



MOZOGJ!

Használd a tested!

Villámrelaxáció

- 1. Állj fel, vedyél mély levegőt!*
- 2. Szorítsd erősen ökölbe a kezéd, szorítsd össze az ujjaidat!*
- 3. Hajlítsd be a könyököd, feszítsd meg a bicepszedet és alkarodat, szorítsd szorosán a mellkasodhoz!*
- 4. Feszítsd meg végig a lábizmaidat, a talpadat, lábujjaidat is, szorítsd össze a farizmaidat is!*
- 5. Húzd ki a gerincedet, nyakadat, fejed búbját told felfelé!*
- 6. Sóhajtsd ki a levegőt, lassan lazítsd el az izmaidat és a végén az ujjaidat is!*
- 7. Picit zongorázz az ujjaiddal!*
- 8. Ül le!*

A large, irregular yellow watercolor splash or ink blot serves as the background for the text. The splash has a textured, painterly appearance with various shades of yellow and some darker, brownish-yellow areas at the edges. It is centered on a plain white background.

HATÁSGYAKORLÁS

A photograph of several sprinters in various colored uniforms (blue, green, black) starting a race on a reddish-brown track. They are captured in mid-stride, leaning forward, with their feet on the starting blocks. The track has white lane markings. The image is slightly blurred to convey motion.

Kezdj erősen, zárj hatásosan!



MOZOGJ!

**FIGYELJ A
GESZTUSÁIDRA!**

CONNECT WITH



EYE CONTACT

Teremts
kapcsolatot,
vond be a
közönséget!





Légy magabiztos!

Egyik kulcs: Légy önmagad-
avagy a saját előadói
stílusod megtalálása



Mutasd ki a szenvedélyed!



SZÍNESÍTÉS!

WOW....

AVAGY AZ „AHA” - ÉLMÉNY

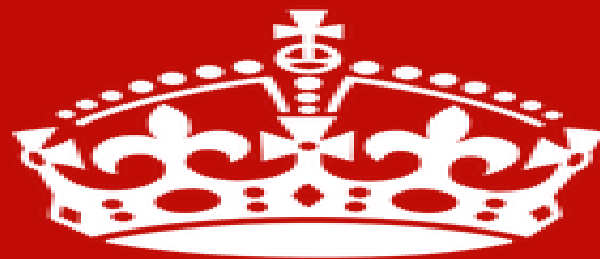


Szeresd a résztvevőket!





Mosolyogj!



**GOOD
LUCK**

on

your

presentation



Tréningek
mosolyra
hangolva

ternovszkytrainings.hu