

САША СНЕГИНА

ПРАКТИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ

Речевой ИМИДЖ.

Как управлять
впечатлением о
себе

Голос. Слова. Язык тела.
Четыре часа живой практики
с Сашей Снегиной.

22 НОЯБРЯ 2026

14:00 - 18:00 / РИГА



**ВЛАДЕЕШЬ ГОЛОСОМ —
ВЛАДЕЕШЬ СИТУАЦИЕЙ**

Hotel Relais le Chevalier · Kaļķu iela 20 · 6 этаж

Формула речевого имиджа

01 Приветствие и сонастройка с аудиторией

02 Основы речевого имиджа

Как производить эффект с первой встречи. Что стоит знать и с чего начать.

03 Паравербалика

Голос — современный инструмент продаж. На примере звучания разных голосов определяем важность голоса и то, как он влияет на продажи, личный бренд и имидж компании в целом. Практические идеи и задания для усиления паравербалики и уверенного звучания.

04 Невербалика

Важность жестов и мимики в общении. Практика по пополнению запаса жестов и секрет «иммунитета» к зрительному контакту.

05 Вербалика

Основные приёмы логики в речи.

06 Палинфразия

То, что делает нашу речь неуверенной, невыразительной и малоубедительной. Бонус-упражнение для борьбы с хезитациями и неловкими паузами.

КОФЕ-ПАУЗА · 20 МИНУТ

16:00–16:20

Время для общения и новых знакомств.

ЧАСТЬ 2 · 16:20–17:50

Самопрезентация

Сложный жанр публичного выступления

07 4 ошибки, которые могут всё разрушить

08 Виды самопрезентаций

Советы по созданию эффектной и эффективной самопрезентации и управлению впечатлением о себе. Правило «ТРЕХ БУКВ».

09 Приманки, слоганы и другие крючки внимания

Упражнение на развитие креативности, чтобы научиться презентовать что угодно и кому угодно.

СЕССИЯ «ВОПРОС — ОТВЕТ»

17:50–18:00