

Говори не так, як тобі вигідно промовляти, а так, як слухачеві зручно сприймати

Скілеф



## Ірина Снітинська:

# «Не завжди мовчання – золото»



**Ж**иття – вельми-таки непередбачувана річ: ніколи не знаєш, що чекає тебе наступного дня. Відомо лише одне: все, що робиться, – на краще. Нині Ірина Снітинська – керівник і провідний тренер першої й унікальної на теренах Західної України Школи риторики й ораторства Ірини Снітинської АГРУС, ліцензований тренер з ораторської майстерності (сертифікація в «Університеті риторики и ораторского мастерства под руководством Сергея Шипунова», м. Москва), викладач Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, кандидат медичних наук, лікар-мамолог. Серед її клієнтів є відомі люди, бізнесмени, політики. Важко повірити, що донедавна вона сама боялася виступати перед аудиторією.

– Ірино, що було початком Вашої кар'єри оратора? Що спонукало записатися на курси ораторської майстерності?

– Приводом стали жахливі спогоди з минулого (*сміється*. – *Прим. авт.*). Я шалено боялася публічних виступів. Голос тремтів, серце вистрибувало, світ навколо плив... Мені завжди здавалося, що під час виступу я виглядаю неприродно і всі зверта-

ють на це увагу. Якимось мені у руки потрапила книга «Харизматичний оратор», прочитавши яку, я зрозуміла, що можна не лише не боятися публічного виступу, а навіть отримувати від цього задоволення.

– Планували бути тренером? Чи Вашій теперішній діяльності сприяла основна освіта?

– Не планувала. У школі я дуже добре писала твори. Тому й не дивно, що бачила себе журналістом. Коли при закінченні одинадцятого класу постало питання вибору, я звернулася за порадою до батьків. Оскільки мама була медиком, то вона радила обрати медицину, тато, перш ніж зважитися, рекомендував добре подумати. Так я отримала медичну освіту. Працювала і нині працюю викладачем кафедри акушерства та гінекології №2 нашого медичного університету, кандидат медичних наук, лікар-мамолог. На тренінг тренерів у Москві я поїхала з єдиною метою – навчитися правильно доносити свої слова. Хоча перед тим я повідомила друзям, що, мабуть, повернуся тренером. У Москві у нас

була група з десяти осіб (з України лише я), і всі ми були переконані, що такі будемо тренерами. Проте на даний момент серед тренерів лише троє – робота важка, хоч і надзвичайно цікава. Те, чого нас навчали, настільки мене захопило, що я вирішила створити власну школу ораторського мистецтва. Адже це дуже потрібно – дати людям можливість навчитися говорити так, аби їх чули. Тренерська діяльність, якою я займаюся тепер, безпосередньо пов'язана з моєю педагогічною роботою.

– Як створювалася Школа риторики й ораторства Ірини Снітинської АГРУС?

– Ідея створення Школи прийшла не відразу. Спочатку було розуміння того, що кожне сказане нами слово озвучується не просто так, а щоб викликати у слухача бажання виконати певну дію. І незалежно від того, чи ти керівник великого підприємства, чи мама двох дітей у декретній відпустці, чи студент, чи політик, ти говориш, аби тебе почули і пішли за тобою. Проте дуже часто буває, що



виголошено довгу промову, а результату жодного. Чому ж ми знаємо правильні слова, а нас не завжди чують і тим паче слухають?!

– **На що орієнтувалися при створенні Школи?**

– На власні побажання. Із самого початку я вирішила, що це обов'язково буде школа. Я буду формувати команду тренерів-однодумців, розвивати свою діяльність, але у жодному разі не ховатимуся по кутках зі своїм ораторством. Спершу було дуже важко, оскільки доводилося робити все самій. Я була і за адміністратора сайту, і за менеджера, і за тренера, і за керівника школи. Багатьох речей вчилася з нуля. Тепер набагато простіше, хоча і далі я щохвилини при ділі.

Також принциповим для мене було мовне питання – я твердо вирішила, що тренінги у моїй школі проводитимуться українською мовою. Як на мене, розповісти людям щось цікаве можна і українською, всупереч загальноприйнятому стереотипові. Спершу ми зосередилися лише на ораторському мистецтві. Згодом мої клієнти самі почали звертатися з проханнями організувати інші тренінги. Так ми поступово розширили поле діяльності, запрошуючи тренерів з іншою спеціалізацією: з'явилися швидкочитання та розвиток пам'яті, жіночі тренінги, тренінги систематизації інформації. Зараз ведемо переговори про НЛП, сприяння продажам.

– **Чому саме АГРУС?**

– Коли я вибирала назву, я хотіла, аби вона була оригінальною, такою, що швидко запам'ятовується. Зазвичай називають іменами великих ораторів, мислителів. Я хотіла відійти від цієї тенденції. На листочку виписувала слова, які мені подобалися, а потім із сестрою ми вибирали те єдине, яке б пасувало назві моєї школи найбільше. У мене слово *агрус* асоціюється з чимось позитивним, непересічним, дитячо-приємним (такою є метода викладення матеріалу – ми навчаємо складних речей просто), тому ми вибрали його. Щодо прізвища в назві, то усе зрозуміло і так, – я пишаюся своїм прізвищем.

– **Чи популярні нині курси ораторської майстерності?**

– Не можу сказати, що це надто поширено, особливо у Львові. Люди у нашому місті цікаві, але часом недовірливі. У нас є певні усталені

норми, за межі яких ми рідко виходимо. Коли я кажу, чому навчаю, то це сприймається як необхідність для того, хто виступає. Це хибна думка, адже виступ перед великою аудиторією і просте спілкування мають багато спільного. Наприклад, і в тому, і в іншому випадках ми говоримо з метою бути почутими. Навіть спілкування у сім'ї – ми хочемо, аби нас чули і розуміли. Тому важливо вміти донести до людей кожен свою думку, кожне слово. А часто буває, що говоримо, аби тільки щось сказати. Уміння правильно спілкуватися, уміння переконувати відкриває широкі можливості перед кожним як у бізнесі, так і в особистому житті.

– **Ірино, а чи можна визначити напрям Ваших тренінгів? Яких результатів можна досягнути після їх відвідання?**

– Тренінг спрямований на те, щоби в першу чергу опанувати надмірне хвилювання: щоби людина могла спокійно вийти перед слухачами і почати розмовляти практично на будь-яку тему, при цьому утримуючи увагу публіки, грамотно використовуючи жести, інтонації, контакт очима, мову тіла тощо. Я переконана, що у кожної людини є приховані здібності, які необхідно розвивати. На наших тренінгах ми вчимо розмовляти так, аби мова була яскравою, цікавою, живою. Ми працюємо для того, щоби підвищувати культуру спілкування у політиці та бізнесі, у медицині та спорті, у сім'ї та на роботі. Власне зараз ми розпочали проект «Ораторська майстерність у вузах».

– **Як проводяться тренінги?**

– Є різні варіанти тренінгів. Наприклад, є тренінги корпоративні, коли ми працюємо з певним колективом. У тренерській колекції дуже велика кількість вправ і, за бажанням замовників, можемо підкорегувати тренінг, проте є загальний кістяк, який ми не змінюємо. Є тренінги для широкого загалу. Коли у так звану відкриту групу записуються всі, кого зацікавила дана тема. На мою думку, це найцікавіший варіант роботи і навчання, оскільки є можливість повчитися у великої кількості дуже різних людей. Також популярними є індивідуальні тренінги. Такі заняття замовляють тоді, коли клієнт не хоче, аби про його навчання дізналися інші, або ж потребує особливої уваги до себе.

– **У чому Ваша особливість як тренера?**

– Тренінги я веду дуже приязно. Із перших хвилин роботи намагаюся допомогти переступити через минулі невдачі, я завжди повторюю, що спілкуватися дуже легко і просто. А якщо все сприймати просто, то й життя буде простішим.

До мене на тренінг часто приходять люди, які вважають, що краще промовчати, ніж сказати якусь дурницю. Я переконана у протилежному. Коли людина говорить, не боїться висловити свою думку, то їй легше пробитись у житті, легше досягти своєї мети, ця людина не боїться пробувати і помилятися. Якщо будеш мовчати, боїтися людського осуду, то так і залишишся сірою мишкою назавжди. Активних людей поважають, бо лише →





#### Плановані результати:

- Стан легкості, впевненості, комфорту, спокою при публічних виступах (при комунікації з клієнтами/покупцями).
- Чітке уявлення про те, як стояти, жестикулювати, як дивитися у зал, пересуватися по аудиторії, як запалити, надихнути слухачів, як аргументувати свою позицію, як ставити питання у зал, як відповідати на запитання залу, як працювати з важкою аудиторією.
- Відпрацювання основних наявних «мінусів»: слова-паразити, жести-паразити, монотонність, відсутність контакту зі слухачами і т.д.
- Використання навички «світської бесіди» для налагодження відносин як з аудиторією, так і з потенційними покупцями Ваших послуг (наприклад, при продажах).

людина, яка цінує себе, може не лише висловити власну думку, але й відстояти її перед загалом.

Є ще один момент, який стримує навіть перед виголошенням тосту в гостях, – це страх. На перший погляд, сказати тост легко, але якщо придивитися, то навіть у компанії, де всі знайомі, знайдеться людина, яка ніколи не говорить тости. Страх публічного виступу – це перша і значна перепона. А насправді його дуже легко здолати. На заняттях ми розглядаємо до двадцяти методів перетворення хвилювання на свого союзника. Іноді ми проводимо заняття на вулицях у центрі міста: читаємо вірші, розказуємо притчі, історії, анекдоти тощо. Коли на початку тренінгу я повідомляю, що, ймовірно, буде й таке заняття, то майже всі учасники відмовляються. Проте коли приходить час, всі із задоволенням виступають. Коли робимо нетипові для себе вчинки, то опановуємо свій страх, а тоді з'являється легкість і розуміння: Я МОЖУ ВСЕ.

– **Яких принципів дотримуетесь у роботі? Що для Вас основне?**

– Я працюю так, аби все, що я роблю, приносило користь. Іноді, приймаючи рішення, я ризикую. Завжди

випробовую щось нове та цікаве. Я покладаюся на інтуїцію з одного боку, яка говорить, що це варто спробувати, а ще у мене є уявлення, як щось зробити, аби воно працювало. Коли я читаю відгуки учасників, згадую задоволених клієнтів, я почуваю себе щасливою. Я знаю, що, можливо, нині мені вдалося змінити чиесь життя на краще. Іноді навіть маленька порада може призвести до важливих змін.

– **Користуетесь рекламою?**

– Найкраща реклама для нас – це рекомендації задоволених учасників. Можна рекламуватися у всіх ЗМІ та на кожному щиті у місті, але це не гарантує результату. А коли людина йде від тебе задоволена, і ти знаєш, що допоміг, то вона розповість про тренінг своїм друзям, рідним чи колегам і прийде сама наступного разу.

– **Ви щаслива людина?**

– Так, цілком. Я живу за принципом: «Якщо хочеш бути успішним, будь ним». Я знаю, що я – найкраща, що у мене найкраща школа ораторської майстерності, у мене найкращі родина, дитина, друзі. Я знаю, що моє щастя залежить лише від мене і прагну зробити щасливим не лише своє життя, а й життя людей, які є довкола мене.

Я працюю на своє сьогодні та завтра. А коли людина працює на себе, займається справою, яка їй дуже подобається, то вона всю себе вкладає в роботу, думає, як її покращити. Я дуже пізно лягаю і рано встаю, але у мене є мета, до якої я невпинно рухаюся.

– **Ірино, розкажіть про Ваші плани на майбутнє.**

– Я – Скорпіон за знаком зодіаку, а скорпіони, як відомо, рідко бачать перед собою перепони, вони завжди добиваються всього, чого хочуть. Я також живу за таким принципом і знаю, що найближчим часом моя школа буде відомою. Матиму велику і сильну команду. У нас буде власне приміщення у центрі міста.

– **Ваша порада читачам журналу «Власний бізнес»...**

– Однією з найкращих порад у галузі мистецтва спілкування є слова Генрі Форда: «Якщо тут і є якийсь секрет успіху, то він полягає в тому, аби вміти зрозуміти точку зору іншої людини й подивитися на речі її ж очима».

Я бажаю, щоби кожне Ваше слово було почутим!

Підготувала Наталія РИБАЧОК

• 55



Хто володіє словом,  
той володіє світом!

Ви мрієте про

**ВДАЛИЙ ВИСТУП**

**ЕФЕКТИВНІ ПЕРЕГОВОРИ**

**УСПІШНУ ПРЕЗЕНТАЦІЮ**

Школа риторики й ораторства Ірини Снітинської АГРУС допоможе Вам оволодіти навичками вмілого оратора!  
Ваш виступ буде яскравим, захоплюючим, результативним!

Детально за телефонами і на сайті школи:

(032) 290-27-27

(096) 254-10-72

[www.shkola-agrus.com](http://www.shkola-agrus.com)