

# Успешная самопрезентация



Многие слышали, но точно не знают значения понятия самопрезентация. Это слово возникло в результате смешения английского слова «презентация» и русского словосочетания «сам себя».

Самопрезентация личности как новоиспечённый термин представляет собой умение выгодно представить себя в обществе, во время знакомства с новыми людьми. То как вы выглядите и что собой

представляете в глазах окружающих полностью зависит от того насколько хорошо вы обладаете этим навыком.

## Виды самопрезентации

1. **Природная**- свойственна всем без исключения людям. Каждой личности ещё с рождения присуще умение каким - то образом себя представлять. Во время такого процесса всё случается естественно и не надумано, как говорится « без задних мыслей»
2. **Искусственная** – специально наработанные навыки презентации себя, со спланированным исходом. Её главной целью является завоевать лояльное отношение значимой группы людей.

Принципы успешной самопрезентации довольно просты. Здесь всё зависит от того какую стратегию самопредставления вы предпочитаете. Наибольшей популярностью пользуется стратегия привлекательности, поскольку она на практике самая действенная.

1. Выражение предрасположенности к собеседнику. Подберите деликатный комплимент таким образом чтобы тот не был похож на типичную лесть, которая, к примеру, проявляется в фразах « как прекрасно вы сегодня выглядите» и т.д. Не лишним будет похвалить собеседника. Попросите совет, тем самым вы продемонстрируете большую для вас значимость его мнения .
2. Элементы сходства. Что бы вы ни делали и что бы вы не говорили, на подсознательном уровне люди симпатизируют личностям, которые напоминают им их самих. Конечно же, это не значит, что для того чтобы презентовать себя вы должны передразнивать человека, но вот поискать схожие черты или привычки и подчеркнуть ваше кое в чём сходство необходимо. Завоевать симпатию к своей персоне можно приняв во время спора сторону вашего собеседника, якобы изменив своё мнение под давлением его доводов. Умный человек всегда знает, чем менее важным из области своих убеждений можно пожертвовать, ради достижения более глобальной цели. Работа над своей внешностью. Этот аспект очень важен для женщины. Исследования подтверждают, что привлекательная женщина оценивается окружающими как более умная и успешная. Сама лишь только физическая привлекательность не претендует на звание лучшего метода для самопредставления, но всё же является неоспоримым плюсом. Красивый человек всегда уверен в себе и это не может не притягивать окружающих.

Успешная самопрезентация гарантирует вам наличие большого количества сторонников. Уже после 10 минут разговора собеседник будет отзываться о вас как о положительном и разумном человеке, с которым приятно иметь дело.

Для успешного представления своей личности окружающим, можно также использовать и другую технологию самопрезентации.

1. **Самореклама.** К такому способу презентации себя следует прибегать в тех случаях, когда вам необходимо выглядеть знающей, компетентной и достойной уважения.
2. **Слабость.** Целью такого поведения может послужить желание вызвать жалость или сострадание. Все мы встречали людей, которые постоянно жалуется на жизнь и мы в связи с нашим менталитетом просто не могли пройти мимо и не помочь им.

Нужно помнить, что плохая или иными словами негативная самопрезентация будет производить эффект намного более разрушительный для вашего имиджа чем кажется на первый взгляд. Однажды плохо зарекомендовав себя в новом коллективе, вы можете надолго испортить первое впечатление о вашей персоне .

Источник: <http://womanadvice.ru/samoprezentaciya#ixzz2yr2B42sb>