Смотрим и не осуждаем

Рассказ о личных наблюдениях и опыте выступлений: как создать свой уникальный стиль и уверенность для успешного публичного выступления



текст
Полина Смородская,
директор департамента по связям с общественностью «Цифра брокер»

Идет конференции по финансовому рынку, пленарная сессия закончилась, кофе в кулуарах выпито, в президиуме на возвышении стоят четыре кресла — одно для ведущего, другие — для гостей. Привычно: только одна женщина на сцене. Осмотрелись со знакомой и прикинули, что женщин в зале примерно треть, разных возрастов. Так почему же в президиуме только одна женщина?

Стало даже немного обидно за финансовый рынок: ведь столько замечательных и умных женщин у нас работает. Вот в этом предложении, видимо, и кроется ответ: мы работаем и приходим на мероприятие узнавать новое для работы, а не выстраивать личный бренд.

За почти пятнадцатилетний опыт работы в журналистике я посетила тысячи мероприятий, насмотрелась на несколько тысяч спикеров — и мужчин, и женщин — и составила дресс-код для таких мероприятий в зависимости от того, что больше всего располагает к выступающему и что отталкивает от него. Надеюсь, эти мои заметки помогут вам.

История 1. Одежда

Говорим «да» юбкам, брюкам, блузкам, платьям и «нет» — костюму с юбкой. Даже брючный костюм будет хорош, но только не комплект с юбкой. Последний слишком часто вызывает ассоциации с модой женщин из нашего детства и, соответственно, прибавляет возраста и скрипучего голоса.

Если брючный костюм, то «нет» — носкам. Только на мужчинах носки смотрятся хорошо, и то исключительно длинные носки. Высокий подиум заставляет слушателей рассматривать спикеров с непривычного ракурса. Нужно быть готовой к тому, что увидят даже подошвы ваших туфель, как и второй подбородок (даже если его нет).





История 2. Обувь.

Всегда наиболее выигрышно смотрятся шпильки. Это наш козырь по сравнению с мужчинами. Даже комик Денис Дорохов, выступивший на концерте на шпильках, показался мне более симпатичным.

Если не туфли на шпильках, то на ногах должна быть обувь, которая не выделяется. С брючным костюмом возможны туфли на низком каблуке или вообще без него. Мокасины, к сожалению, пока нам недоступны, в отличие от мужчин. Но надеюсь, что со временем это правило изменится. Зимой и в межсезонье туфли для выступления лучше принести с собой и переодеть обувь уже в помещении. Всегда видно, когда обувь теплая, и это портит общую картинку. Почти на каждой конференции есть комната для спикеров, где можно переодеться и перевести дух.

Если вы будете выступать не по теме финансового рынка, то подход к дресс-коду будет более лояльным: где-то подойдут и джинсы со свитером. Но наш рынок более консервативен и еще плохо воспринимает отход от норм.



История 3. Как сидеть

Допустимы всего две позы — ноги вбок или нога на ногу для брюк и длинных юбок. Это, мне кажется, самая тяжелая часть, потому что необходимо достаточно долго держать спину и аккуратно менять позу.

История 4. Руки

За все время своей работы я только один раз увидела необычное движение руками. Молодой мужчина закинул руки за голову и начал раскачиваться в кресле. В моей голове вспыхнуло воспоминание о телевизионной передаче с Сергеем Мавроди, который сверкал подмышками. Как вы поняли, так делать не стоит, хотя у него есть свои фанаты.



История 5. Украшения

Брошки, кольца, серьги разглядывают все. Чем сложнее тема выступления, тем дольше разглядывают. Можно вспомнить, как меняла брошки Эльвира Набиуллина на пресс-конференциях по ключевой ставке. Об этом писали журналисты, аналитики делали предположение по ставке, мне даже подарили похожую брошку в виде неваляшки.

Немного осторожнее стоит надевать узнаваемые бренды, такие как Cartier. Гвозди, шурупы и витые трехцветные кольца слишком часто стали появляться на женщинах, стирая индивидуальность. А вот часы на руке остаются в моде.

История 6. Прическа

Укладка — базовый минимум. Можно забыть воспользоваться туалетной водой, запах все равно не дойдет до слушателей, но укладку надо сделать, а еще лучше сделать ее в салоне.



История 7. Макияж

На сцене из-за яркого освещения часто бывает жарко, да и нервы перед выступлением никто не отменял. Чтобы лицо не блестело, можно использовать пудру или специальные салфетки, которые убирают жирный блеск.

История 8. Неочевидная

Если мероприятие большое и на спикеров направляется яркий свет, то лучше проверить у стоматолога, из какого состава сделаны ваши виниры и коронки. При определенном освещении свои зубы светятся ярким светом, а некоторые коронки не светятся вообще. Издалека создается впечатление, что зубов нет. Такие ситуации, конечно, крайне редки, но случаются. Кстати, некоторая косметика начинает светиться при софитах. Но такое я видела только на party после конференций.

В конце пожелаю вам хороших слушателей, работающих микрофонов, заводного ведущего — и увидимся на конференциях!

Б.О