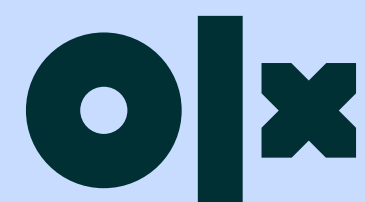




JAK SIĘ PRZEŁAMAĆ I NIE DAĆ SIĘ ZŁAMAĆ?

MAGDALENA SOBKOWIAK-CZARNECKA





ILE DZIENNIE ODBIERAMY KOMUNIKATÓW?

1986

34 z tradycyjnych gazet
7 GB
20 000 słów

2011

174 z tradycyjnych gazet
34 GB
100 000 słów

2023

74 GB
telefon, komputer, radio,
telewizja, billboardy, gazety



EFEKT ZŁOTEJ RYBKI



Złote rybki, gdy postuka się palcem w szybę ich akwarium, są w stanie podплыnąć do miejsca, z którego wydobywał się dźwięk. Jednak po upływie około 9 sekund odплыwają, straciwszy zainteresowanie.



Efekt złotej rybki

2000

12 sekund

2015


8 sekund

2023

???

CO TO OZNACZA?



A person is holding a smartphone, and the screen is filled with various social media icons such as hearts, thumbs up, and smiley faces. The background is a blurred image of a person's hands holding the phone. The text is overlaid on this background.

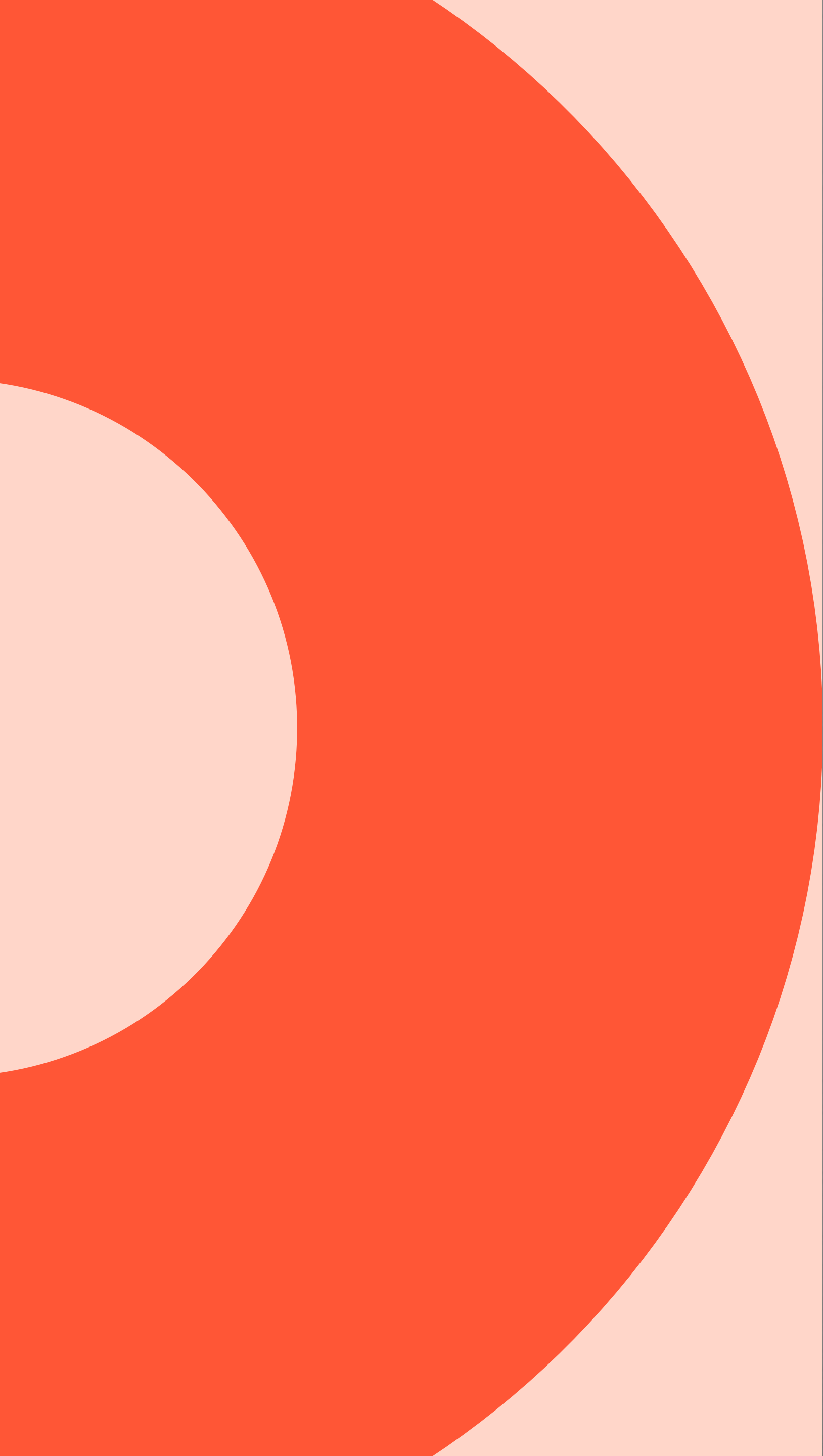
**TRUDNIEJ
FORMUŁOWAĆ
MYŚLI I TRUDNIEJ
DOTRZEĆ
Z PRZEKAZEM**



CO MUSI NASZ ODBIORCA?

NIC

o/x



**JEDNO
FUNDAMENTALNE
PYTANIE**

**JEŚLI JA NIE WIEM, O CO MI
CHODZI, TO SKĄD ODBIORCA
MA WIEDZIEĆ?**





PRZYGOTOWANIE:

- **Co chcę przekazać?**
- **Komu chcę to przekazać?**
- **Po co chcę to przekazać?**



NAJPROSTSZY SCHEMAT:

- **Powiedz, co za chwilę powiesz**
- **Powiedz to**
- **Powiedz, co właśnie powiedziałeś**

**KTO WIE, CO DOKŁADNIE
ZAPLANOWAŁEŚ/AŚ**

NIKT

o|x



ZŁOTE ZASADY

- **Nie ucz się na pamięć**
- **Jeśli Ty nie rozumiesz to kto zrozumie**
- **Zapamiętaj 3-5 wątków**
- **Użyj liczb**
- **Wskaż przykłady**
- **Sprawdź język**



**DLACZEGO TAK
TRUDNO MÓWIĆ
O SOBIE?**



DLACZEGO JA?:

- **Brak pewności siebie**
- **Lęk przed oceną**
- **Poczucie, że to, co chcę przekazać, jest nieistotne**



SPRÓBUJ:

- **Zrób listę swoich sukcesów**
- **Wypisz sobie dobre i złe cechy**
- **Znajdź przykłady Twojego działania**
- **Ćwicz przed lustrem**
- **Szukaj inspiracji**
- **Skoncentruj się na celu**

A TERAZ...





**ZAWALCZ
O SWOJE**



Q&A

**DZIĘKUJĘ
ZA UWAGĘ**

o/x