

МАЛЕНЬКАЯ КНИГА ДЛЯ БОЛЬШОГО УСПЕХА

Дейл Карнеги

**Как выработать
уверенность в себе
и научиться
убеждать других**

Быстрый курс, который поможет
стать душой компании и мастером
переговоров



Издательство
АСТ
Москва

УДК 159.9
ББК 88.50
К24

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Карнеги, Дейл.

К24 Как выработать уверенность в себе и научиться убеждать других. Быстрый курс, который поможет стать душой компании и мастером переговоров / Дейл Карнеги. — Москва : Издательство АСТ, 2026. — 128 с. — (Маленькая книга для большого успеха).

ISBN 978-5-17-184657-2

Перед вами — краткий курс одного из трех главных трудов Дейла Карнеги, который поможет четко формулировать мысли, удерживать внимание собеседника и убеждать легко и без конфликтов. Это практическое руководство, в котором теория превращена в четкие, готовые к применению алгоритмы. Все советы даны предельно лаконично, без длинных историй, только конкретные техники для запоминания и мгновенного применения.

Изучив этот курс, вы научитесь говорить ярко и эмоционально в любой ситуации: от деловых переговоров до дружеского тоста. Главное — вы запомните основные принципы Карнеги и начнете действовать, а не просто читать.

Говорите так, чтобы слушали, — и делайте это уже сегодня!

**УДК 159.9
ББК 88.5**

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава I.

Как стать храбрым
и уверенным в себе 11

Глава II.

Уверенность в себе
через подготовку 21

Глава III.

Как известные ораторы
готовятся к выступлениям 29

Глава IV.

Улучшение памяти 39

Глава V.

Как не усыпить слушателей 47

Глава VI.

Неотъемлемые элементы
успешной речи 53

Глава VII.

Секрет правильной
подачи речи 59

Глава VIII.

Сценическое обаяние
и личность оратора 65

Глава IX.

Как начинать речь 71

Глава X.

Как мгновенно покорить
аудиторию 79

Глава XI.

Как заканчивать речь 85

Глава XII.

Как сделать выступление
ясным 93

Глава XIII.

Как добиться выразительности
и убедительности 101

Глава XIV.

Как заинтересовать публику 107

Глава XV.

Побуждение к действию 113

Глава XVI.

Как улучшить свою
манеру речи 121

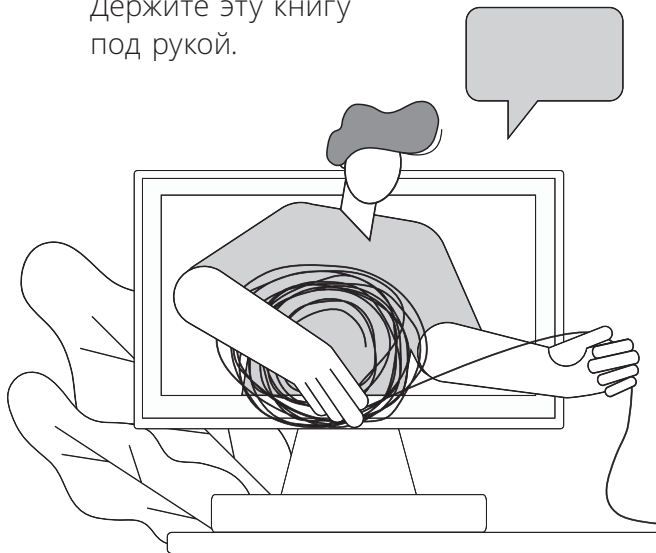


«В девяти случаях из десяти
основа успеха — вера в себя
и безоглядная преданность
делу».

*Томас Уилсон,
президент
Wilson and Company*

Это учебник по публичным выступлениям. Его нужно не просто читать, а активно использовать. Если вы не будете применять эти принципы, то очень быстро о них забудете.

Держите эту книгу под рукой.

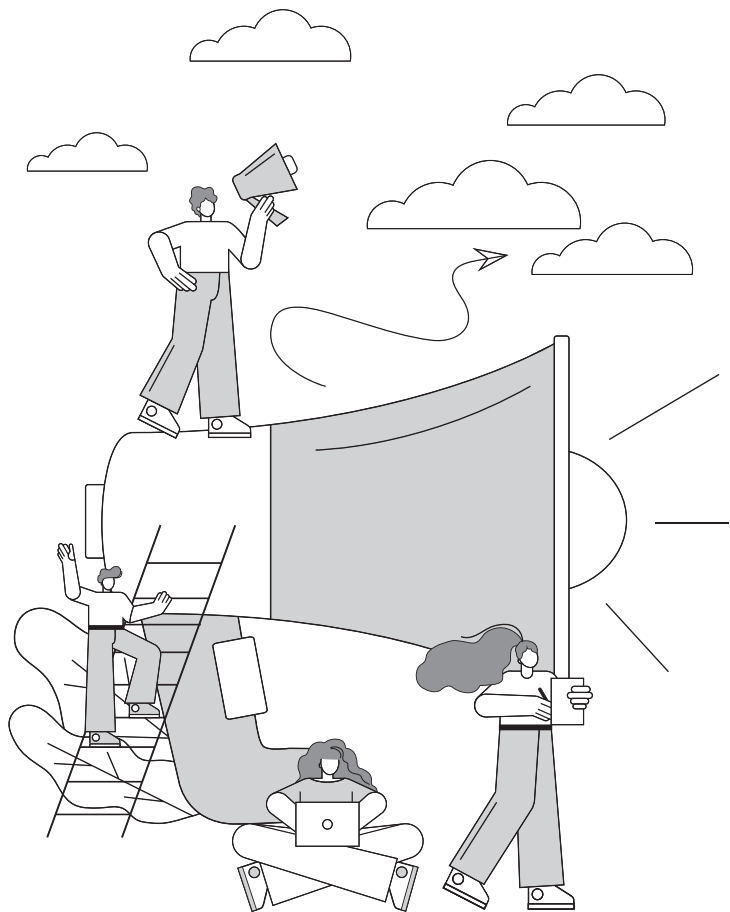


Читайте её перед важным выступлением.

Просматривайте, когда чувствуете, что страх сковывает вас.

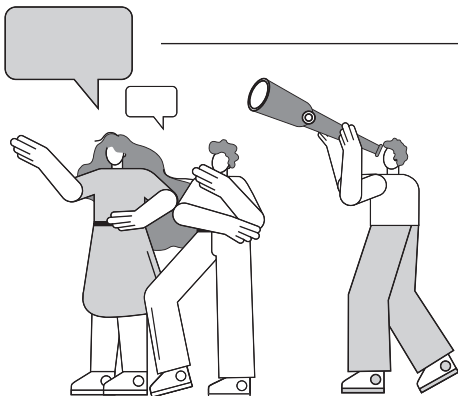
Заглядывайте в неё каждый раз, когда вам предстоит говорить перед людьми.





Глава I

**КАК СТАТЬ
ХРАБРЫМ
И УВЕРЕННЫМ
В СЕБЕ**



Большинство людей приходят на курсы ораторского мастерства с одним и тем же желанием: «Когда приходит моя очередь говорить, я теряюсь, меня сковывает страх, мысли путаются. Я хочу обрести хладнокровие и уверенность».

Вот история мистера Гента из Филадельфии. Он возглавлял собственную компанию, участвовал в церковной и гражданской жизни, но каждый раз, когда его просили выступить, отказывался. «Я так нервничаю, что мысли разбегаются», — признался он. Через три года он уже представлял публике премьер-министра Великобритании Ллойда Джорджа.

Доктор Кертис из Бруклина был страстным поклонником бейсбола и однаж-

ды оказался на банкете в честь команды. Внезапно ведущий попросил его сказать несколько слов о здоровье бейсболистов. Доктор встал и, не сказав ни слова, вышел. Ему было так стыдно, что он сразу записался на курсы. Через два месяца он уже выступал перед публикой, а затем его пригласили участвовать в политической агитации.

Многие уверены, что обрести храбрость и уверенность в себе практически невозможно. Это не так. Владение ораторским искусством не сложнее, чем умение играть в гольф.

Даже великие ораторы начинали с провалов. Уильям Дженнингс Брайан признавался, что поначалу у него так тряслись колени, что он едва держал-