

# Spis treści

{1} Dla kogo jest ta książka?	7
{2} Zanim zaczniesz, czyli o autoprezentacji	11
{3} D(O)pracuj temat i przekaz, czyli dokąd zmierzasz?	25
{4} Zbuduj wystąpienie, czyli jak ułożyć treść?	37
{5} Zadbaj o formę językową, czyli jak mówić, żeby trafić w sedno?	69
{6} Przyciągnij uwagę, czyli jak zadbać o komfort odbiorcy?	85
{7} Przećwicz na głos, czyli jak mówić, żeby chcieli słuchać?	103
{8} Przećwicz z ciałem, czyli jak się poruszać, żeby skupiać uwagę?	117
{9} Opanuj stres, czyli co zrobić, żeby nie zwariować przed występem lub w jego trakcie?	139
{10} Slajdy, slajdy, audio-wideo i Ty, czyli jak prezentować, żeby sobie pomóc?	155



{11} Jeszcze bliżej życia: toast, przemowa pogrzebowa, mowa pochwalna, mowa okolicznościowa, keynote, opowiadanie dowcipów i inne	163
{11.1} Wystąpienia online, czyli o webinarach	173
{11.2} Wystąpienia popularyzujące naukę, idee	180
{12} Zakończenie	189
Podziękowania	191
Bibliografia	193
Checklista	197