

Моя внешность в полном порядке
я могу смотреть в глаза моим слушателям
У меня правильная осанка, я свободен, могу
расслабиться

Выражение моего лица и мои жесты
выражают дружелюбие

Я хорошо знаю свою речь, я знаю что хочу
сказать

Я нравлюсь моим слушателям

Я знаю, что когда моя речь закончится, я буду
доволен проделанной работой

Лилиан Браун «Имидж – путь к успеху»