**Задание 13 Контролирование нервозности**

1. Побеседуйте с одним-двумя людьми, которые часто произносят речи. Спросите, что повышает или уменьшает их нервозность, связанную с произнесением речи. Выясните, как они преодолевают свою нервозность. Какие их действия, на ваш взгляд, могут помочь вам.

**Это задание выполните только для себя. Присылать его не следует, так как это неэтично с моей стороны.**