

**Retorik och presentationsteknik - våga föra din talan, online**

Kursinnehåll:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Del 1 Förståelse** | **Del 2 Kroppen, Rösten, Språket** | **Del 3 Förberedelser** |
| Balans och kontroll  Upplevda situationer  Logik och känslor  Fysiska förutsättningar och reaktioner  Ta kontroll  Övningar  Struktur  Sammanfattning | **Kroppen**  Balans, Kontroll, Trygghet  Övning - Nuläge  Exempel och filmer  Kroppsspråk, träning  Talarpositioner, träning  Mentalisering, övningar  Sammanfattning   **Rösten**  Talarsituationer  Röstgrund och Röstläge  Andning och tekniker  Övningar  Röstträning olika röster  Övningar  Sammanfattning   **Språket**  Språk är makt  Retorik  Centrala ord och uttryck  Taltempo  Träningsuppgifter  Förmågan att lyssna  Sammanfattning | Trygghet - Balans, Kontroll, Tanke, Känsla  Praktiska förberedelser  Tänk om…  Träning: lär dig tala inför andra och faktiskt tycka om det  Manus och dess delar  Medvetna pauser  Memorering  Metoder och tekniker, träning  I och ur fokus  Koncentration  Viktigt vid tekniska problem  Fysiska symtom  Övning Efteranalys  Avslut |