

**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   |