

et værktøj til at stå frem

Teater - et værktøj til at stå frem

Teater

- et værktøj til at stå frem

- et værktøj til at stå frem

Teater
Teater
Teater

Stå frem og bliv hørt

Kurset handler om at formidle, og om hvordan man imødegår sin nervøsitet og signalerer sikkerhed med både sit kropssprog og sin stemme.

Mange har prøvet at skulle holde et oplæg, gå til eksamen eller tale til en større eller mindre forsamling. Og mange har mærket hvordan visheden om at skulle være på, kan påvirke krop og stemme.

For hvem?

Kurset henvender sig til alle uddannelsesområder hvor der afholdes eksaminer, holdes oplæg eller på anden måde fremlægges mundtligt.

At kommunikere

Når vi kommunikerer udgør det talte ord kun 8 % af alt det vi rent faktisk fortæller. Kropssprog, stemmeføring og det som siges mellem linierne udgør de resterende 92%, hvilket er ganske tankevækkende når man tænker på hvor meget vi tillægger det talte ord.

At blive opmærksom på hvad det er man selv sender og andre modtager, når vi kommunikerer, er en fantastisk måde at opnå en større selvtillid og forståelse af sig selv og andre. Hvordan virker jeg på andre, hvordan virker de på mig?

- et værktøj til at stå frem

- et værktøj til at stå frem

Teater

- et værktøj til at stå frem

Ofte er det helt anderledes end man forestillede sig. Man kan blive bedre til at samarbejde og se tingene i andre perspektiver, når man har forståelse for vores måde at kommunikere på.

Kursusindhold

Øvelser og erfaringer fra teatrets verden kan på en god og effektiv måde få taget hul på de problemstillinger, blokeringer og den nervøsitet man kan møde i sådanne situationer. Samtidig er det en metode, der gennem humor og tillid åbner op for, at alle får lyst til at bidrage. Der tages altid udgangspunkt i deltagernes behov, ståsted og egne oplevelser. Vi involverer eleverne, giver ideer og hjælpemidler til at overvinde deres nervøsitet og generthed, samt sætter fokus på det vi alle sammen har – udstråling, positiv som negativ.

Øvelser indenfor

- Kropssprog
- Præsentationsteknik
- Improvisation
- Tonation
- Gestik



