

# Udnyt din stemmes potentiale

## - Sådan styrker du din mundtlige formidling

Har du stået i en situation, hvor folk ikke kunne høre, hvad du sagde? Hvor stemmen blev for svag, hvor du kom til at tale for hurtigt, eller hvor budskabet blev for mumlende? Så kan du få glæde af teknikker, der kan få stemmen til at nå til bageste række.

### Indhold i kurset

Stemmen er ikke kun et transportmiddel for ord fra talerens mund til tilhørernes ører. Den hjælper samtidig også tilhørerne med, hvordan ordene skal fortolkes. Derfor er det vigtigt at være opmærksom på, hvordan man lyder, hvis man ikke vil misforstås eller svække sin troværdighed. Målet med kurset er at kunne arbejde bevidst med stemmen og talens virkemidler, så de bliver kilde til personlig gennemslagskraft.

For at opnå en bedre teknik til at kontrollere stemmen og forebygge at stemmen bliver træt, arbejder vi praktisk med:

- åndedræt og kropsholdning
- støtte fra mavemusklerne
- stemmens klang
- artikulation og frasering
- pauser og tale tempo.

Dagen forløber som en blanding af teoretiske oplæg, praktiske øvelser og samarbejde i mindre grupper.

### Udbytte

- Du bliver bevidst om, hvordan du kan bruge stemmen til at indtage rummet
- Du får præsenteret redskaber til at bruge stemmens virkemidler til at fastholde publikums interesse
- Du lærer, hvordan stemmen og talen kan bruges som et værktøj til at styrke din autoritet og personlige troværdighed

### Deltagere

Alle, der har brug for at kunne kontrollere og udnytte stemmen bedre i krævende situationer.

### Varighed

1 kursusdag kl. 9-16

Læs mere om vores syn på læring på vores hjemmeside og ring eller mail for tilbud på kursus i jeres organisation.

[www.sallykommunikation.dk](http://www.sallykommunikation.dk)

