

Våga tala



Budskapet skall anpassas till deltagarna

- Vem är det som lyssnar
- Vad är de intresserade av att få veta
- Vad vill du förmedla
- Har du klara budskap

Inledning är mycket viktig

- Öppna på ett sådant sätt att du fångar uppmärksamheten
- Samla in gruppen innan du börjar tala (paus/ögonkontakt)
- De första orden är väsentliga för hur du upplevs (skriv gärna ner nyckelorden i förväg)
- Tala om vad du kommer att ta upp i punktform
- Skapa kontakt tidigt

Ditt sätt att tala är viktigt

- Tempo
- Variation av takt och röstvolym
- Pausering för att betona
- Använd "bakluft"

Ditt sätt att agera är viktigt

- Se till att du ser alla dina åhörare
- Se till att alla ser dig
- Fånga in åhörarna då och då
- Engagera med frågeställningar då och då
- Tala **med**, inte till lyssnarna
- Använd hjälpmedel för att förstärka, förklara och skapa omväxling
- Växla mellan projektorn, blädderblock och andra åskådningshjälpmedel – även detta för omväxling och bättre komihåg för dina åhörare

Avslutning är mycket viktig

- Kort sammanfattning
- Skriv ner avslutet så du har de viktigaste punkterna, dina åhörare skall ha med sig något "hem" av vad du vill förmedla

Tips innan du går upp i centrum

- Kolla utrustningen
- Ha koll på din klädsel
- Ha koll på ditt utseende
- Lukta gott
- Drick vatten eller bit dig "lätt" i tungan
- Andas lugnt och med magen
- Tänk positivt, det här blir bättre än vad jag har tänkt mig och har tränat på

Lycka till!!