



## Kolegium Doskonalenia Zawodowego PT TEPIS

zaprasza

na warsztaty online z Alicją Kopertyńską

### Wystąpienia publiczne i emisja głosu

termin: 2.10.2020 godzina: 9.00-15.30

**„Głos narzędziem pracy, czyli jak mówić aby nas słuchano”**

---

„Chodzi o to, aby język giętki powiedział wszystko to, co pomyśli głowa”

*Juliusz Słowacki.*

#### **Cel warsztatów**

---

Celem szkolenia jest:

- Opanowanie umiejętności minimalizowania tremy
- Zwrócenie uwagi na świadome wykorzystanie mowy swojego ciała
- Nawiązanie dobrego kontaktu z publicznością
- Wykorzystanie tembru głosu do zainteresowania audytorium
- Nauka poprawnej interpretacji tekstu - scenariusza
- Zwrócenie uwagi na dykcję, akcent a także na pauzę w zdaniu

#### **Program warsztatów**

---

##### **MODUŁ I (GŁOS)**

###### 1. Głos

- Tempo mówienia, czyli jak mówić by nie zanudzać
- Natężenie i wysokość głosu
- Poprawna artykulacja
- Płynność mówienia

###### 2. Pauza

- Wymowne milczenie, czyli kilka słów o pauzowaniu
- WYROBIE NIE UMIEJĘTNOŚCI SYNCHRONIZOWANIA PAUZ ODDECHOWYCH Z TREŚCIĄ WYPOWIEDZI
- Ćwiczenia z pauzami

###### 3. Higiena głosu

## MODUŁ II (MOWA CIAŁA)

1. Techniki utrzymywania napięcia
  - Kontakt wzrokowy
2. Manipulacja rytmem i tonacją głosu
3. Kontrola samego siebie, praca nad postawą i odpowiednią gestykulacją
4. Spójność – zgodność tego, co mówimy z tym jak mówimy
5. Techniki zachowania się „na scenie”
6. Najczęściej popełnianie błędy – jak ich uniknąć?
7. Umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach:
  - zaschnięte gardło
  - trzęsące się ręce i nogi
  - drgający głos
  - co zrobić z rękoma
8. Co nieco o tremie:
  - Jak wykorzystać stres podczas prezentacji?
  - Skuteczne sposoby radzenia sobie z tremą

### Alicja Kopertyńska

---

#### Certyfikowany Trener Biznesu, Trener Wystąpień Publicznych, Logopeda, Wykładowca.

Prowadzi autorskie wykłady z wystąpień publicznych i prezentacji biznesowych, jak i również zajęcia ze sztuki mówienia dla słuchaczy studiów podyplomowych w Wyższej Szkole Bankowej, a także zajęcia na kierunku Logopedia.

Wykształcenie logopedyczne umożliwia jej pracę z ludźmi, którzy zmagają się z wadą wymowy i paraliżującym stresem przed prezentacjami. Realizuje zajęcia indywidualne dla osób, które chcą w profesjonalny sposób przeprowadzać swoje prezentacje biznesowe i podnieść jakość swojej wypowiedzi.

Swoją pasję i zaangażowanie realizuje poprzez pracę. Prowadzi konsulting indywidualny i grupowy.

Wiedza teatralna i obycie sceniczne pozwalają jej dostrzec elementy w prezentacjach, często pomijane przez innych trenerów.

Wieczna optymistka, która bierze z życia wszystko to, co najlepsze.

Łącząc wiedzę teoretyczną z doświadczeniem praktycznym przygotowała i przeprowadziła szereg programów szkoleniowych m.in dla takich firm jak: **DeLaval, Viessmann Sp. z o.o., WAGO ELWAG, Zakłady Mięsne Henryk Kania, Artefakt, KGHM Miedź Polska, TRW Automotive Gliwice, Lean Enterprise Institute Polska, Projekt Polisa sp. z o.o., Euler Hermes Collections Sp. z o.o., Santander Consumer Bank, BZWBK, Politechnika Wrocławska Instytut Robotyki i Automatyki, Politechnika Wrocławska Instytut Techniki Ciepłej i Mechaniki Płynów, Wyższa Szkoła Bankowa we Wrocławiu, Learn Power Group Sp. z o.o., Zespół Aktywności Społecznej w Sobieszowie, Panek S.A., Fundacja 2065 im. Lesława A. Pagi, P.P.U.H. SOR-DREW RAJMUND SOROWSKI, KHS Medicare Sp z o.o., NORMA Polska Sp. z o.o.,**

**225 zł** dla członków innych stowarzyszeń i słuchaczy studiów podyplomowych  
**295 zł** dla osób niezrzeszonych

**Zgłoszenia** prosimy kierować na adres [tepis@tepis.org.pl](mailto:tepis@tepis.org.pl) do dnia **21 września 2020 r.**

**Wpłaty** prosimy przekazywać na konto PT TEPIS:

**43 1020 1026 0000 1802 0214 2495, PKO BP II O/Warszawa**

**Liczba miejsc jest ograniczona. O udziale w szkoleniu decyduje data wpłaty wpisowego.**

**Prawa autorskie autora tekstów i materiałów: Organizatorzy zastrzegają sobie prawa autorskie do udostępnianych tekstów i innych materiałów, uczestnicy zobowiązują się nie publikować ich ani nie udostępniać osobom trzecim.**

Webinarium zorganizowane na zasadach non profit

Serdecznie zapraszamy!