



Ud og lær KOMMU

Udgivet på *Ud og lær Vejle* (<https://oldudoglaer.vejle.dk>)

[Hjem](#) > Den personlige værktøjskasse

Den personlige værktøjskasse



Beskrivelse

- Kunne du tænke dig at blive bedre til at stå foran andre?
- Kunne du tænke dig at blive bedre til at argumentere?
- Kunne du tænke dig at blive bedre til at 'turde turde'?

I forløbet arbejder vi med forskellige måder at udtrykke sig på. Vi arbejder med både kropssproget og det skrevne sprog.

Aktiviteter

Vi arbejder med teknikker, der får dig til at føle dig sikker og rolig, når du skal stå foran andre. F.eks. til eksamen, ved fremlæggelser, til jobsamtalen – eller bare i hverdagen generelt.

I forløbet inddrages elementer fra coaching, retorik, teater, positiv psykologi, mindfulness mm. Forløbet har teoretiske elementer, men vi leger os igennem teknikkerne og prøver dem af i praksis.

DET SIGER DELTAGERNE

"Jeg tror, det er dét, Den Personlige Værktøjskasse gør for én; den giver folk modet til at blive den fantastiske person, de gerne vil være."

"Noget af det, jeg har lært, er, at turde stole på andre og vide, at det er okay at have en mening og udtrykke den".

Formål

Du kommer til at arbejde med forskellige former for taler, og hvordan de opbygges og afholdes.

Du lærer at argumentere selvsikkert og overbevisende, og du styrker selvværd og selvtillid.

Du lærer at 'turde turde'.

[Gem som PDF](#)

Praktisk information

Udbyder

[Musik- og Kulturskolen](#)

Forløbstype

Forløb med formidler

Målgruppe

6. - 10. klasse

Periode

Hele året

Varighed

4 lektioner

Pris

1000,- (Momsfrit)

Emneområde

Film, musik, teater og dans

Trivsel, fællesskab og mobning

Kontakt udbyder

Musik- og Kulturskolen
Ved Sønderåen 1, st.
7100 Vejle

Telefon 23623863 / 23623770

Kontakt udbyder

[Se udbyderens profil](#)

Send message to Musik- og Kulturskolen

Message form

Navn *

Angiv dit fulde navn

Email *

Angiv din email adresse

Besked *

Angiv din besked. Hvis du vil booke et forløb, så angiv venligst så mange informationer som muligt - f.eks. skole eller institution, klassetrin eller alder, antal børn, forslag til dato, dit tlf. nr. og andre informationer, der kan være gavnlige for udbyderen.

Indsend