

MENTHOR™

Presentasjonsteknikk

For bruk på store og små scener i nærings- og samfunnsliv



[mentor.no](https://www.mentor.no)

Thor Ivar Forsland



- 50 år
- Oppvokst på Nesodden
- Bor i Ålesund
- Gift, 4 barn

tommelkrig



Introvert/Ekstrovert



INTORVERT

ENCLOSED/
LESS ACCESSIBLE/
MORE PRIVATE/
SHELTERED



EXTROVERT

OPEN/
MORE ACCESSIBLE/
LESS PRIVATE/
EXPOSED

En skuespillers hemmeligheter



Jack Nicholson, The Shining, 1980

Foredrag IKA 28-05-2015

- Presentasjonsteknikk
- Fremtoning.
- Kroppsspråk.
- Nerver på scenen.
- Retorikk.
-



Kennedy - Nixon debat, 1960

Presentasjonsteknikk



Noen grunnleggende tips

- Bruk dine egne ord og historier.
- Tenk dynamikk.
- Bli glad i stemmen din.
- Ta deg tid og husk pausene.
- Møt blikkene.
- Bruk hendene bevisst.
- Prøv teknikken før start!



Fremtoning/Hvordan du blir oppfattet.



Kroppsspråk

- Kroppsholdning
- Ansikt
- Øyne
- Føtter
- Hender

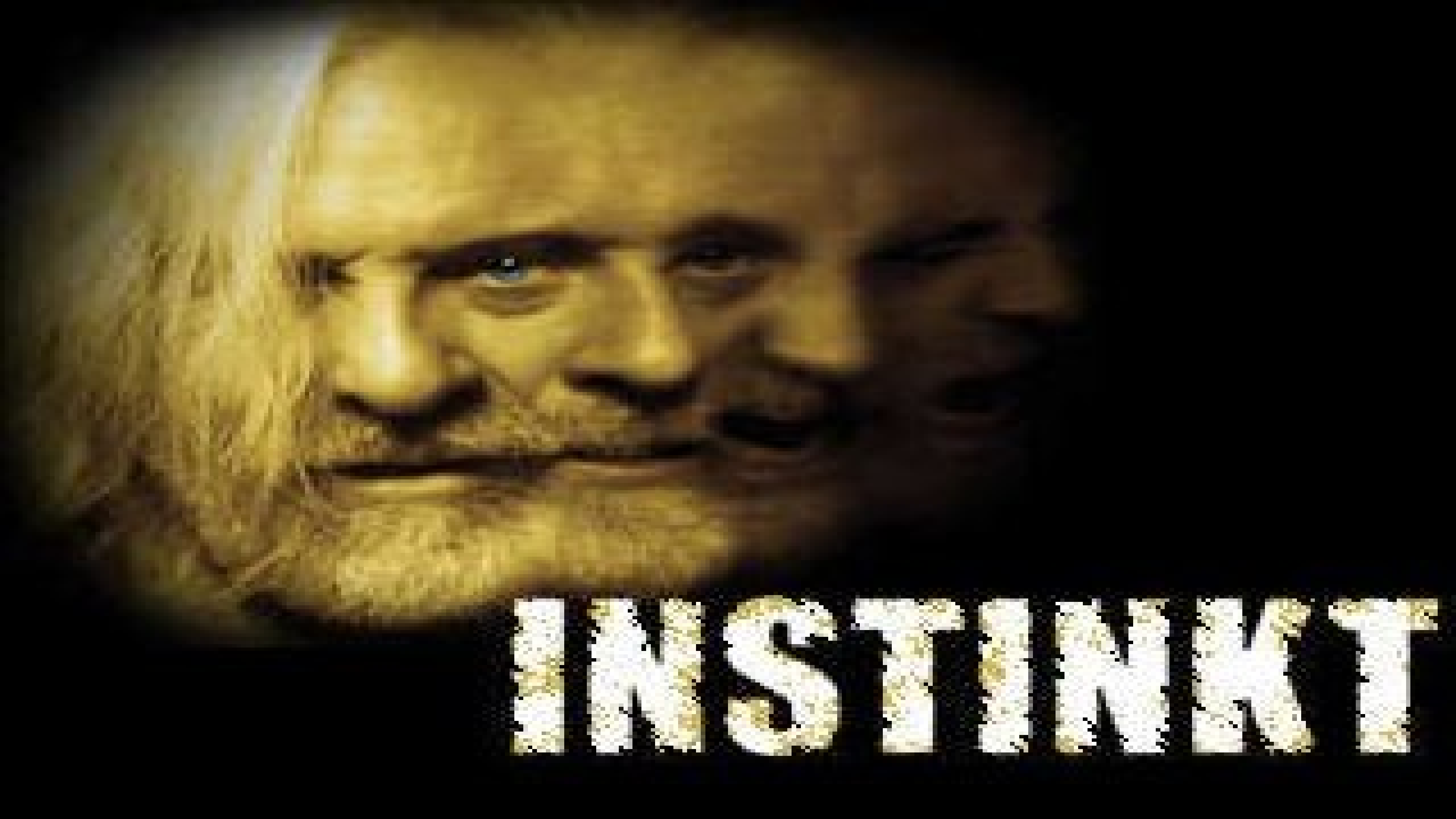


Status

Hva er status?

- Status handler om å ta plass i tid og Rom.
- **Hvordan hever du din status?**
- Ryggsøylen, blikket, hendene, stemmen.





INSTANT

Demosthenes (ca. 382 - 322 f.kr.)



Retorikk – kunsten å overbevise

- ETOS - moral –
Å skape tillit
- PATOS - følelser-
Å bevege
- LOGOS - fornuft
Å bevise
- KAIROS - ”timing”



Aristotle (384 - 322 f.kr.)

Retorikkens 6 arbeidsfaser

- Intellectio
- Inventio
- Dispositio
- Elocutio
- Memoria
- Actio



Nerver på scenen

Presentasjonsteknikk



Tommelkrig!!

Øvelse - Status 1

- Sjef / ansatt(Høystatus/Lavstatus)
- Den ansatte vil si opp jobben sin
- Sjefen vil ha han til å bli
- Formål: kjenne på betydningen av status.

Øvelse - Status 2

- 3 personer.
- Finn en ting to av dere skal gjøre.
- Eks: Skrive en rapport, arrangere en fest, skrive et referat.
- Den ene har høy status, den andre lav.
- En tredje person sier: «skift!» statusen skifter.

Historiefortelling



Dramaturgi

- Ola Olsson / Pelle Berglund
- Hovedrolle (Protagonisten)
- Hindring (Antagonisten)
- Helten
- Konflikten
- Anslaget
- Presentasjonen
- Fordypning
- ITV (Ingen vei tilbake)
- Konfliktopptrapping i tre bølger
- Konfliktoppløsning
- Avtoning

Presentasjon med filming

