

# Personlig gennemslagskraft

## Ta' ordet, tal så du bliver forstået, og få folk til at ville høre mere

Find og finpuds dit potentiale som kommunikator.

**Kender du fornemmelsen af, at det var en anden, der fik taletiden, men din pointe egentlig var mindst lige så god, og måske også bedre? Personlig gennemslagskraft er ikke nødvendigvis noget, du har fra fødslen – men det er noget, du kan træne.**

### Dit udbytte

Kurset giver værktøj og træningstid både til at styrke det fokuserede indhold, og finde den form, der giver dig opmærksomheden. Kurset giver mulighed for at træne, hvordan et klarere fokus og velvalgte eksempler skaber forståelse hos dine tilhørere og styrker din gennemslagskraft. Hvordan kan du bedre fange og fastholde energien i en konstruktiv dialog på tomandshånd? Hvordan trænger du igennem i en debat, og hvordan får du mod til at tage ordet i små eller store forsamlinger – både forberedt og improviseret?

Du finder således ud af, hvor netop dine personlige styrker ligger, når du taler. Hvordan bliver du den bedste version af dig selv med balance og udstråling?

Ubehag, nervøsitet og angst for at 'træde ind på scenen' foran mange mennesker er kendte fænomener – dem er der også værktøjer til at komme på den anden side af.

### Indhold

Vi arbejder med strukturering af et indlæg, så du i udgangspunktet er på sikker grund, og så træner vi, hvordan du kommer ud over rampen og kommunikerer med nærvær. Vi ser b.l.a. på:

- Samtale-, debat og kommunikationstræning
- Forberedelse og levering
- Nærvær og opmærksomhedstræning
- Spørgeteknik og den gode lytning
- Kommunikationen ud over det der ligger i ordenen – stemme, krop, blik, stemning
- Storytelling og dramaturgien i dit indlæg
- Konstruktiv feedback
- Troen på dig selv
- Personlig handlingsplan



## Praktisk information

### Pris

Medlemmer: kr. 19.675,- / Andre: kr. 21.850,-  
Prisen inkluderer ophold, forplejning og materialer, men er ekskl. moms.

### Varighed

3 dage i internat.  
Fra første dag kl. 10.00 til sidste dag kl. 16.00.

### Dato

Find datoer for afholdelser på  
[www.cfl.dk/gennemslagskraft](http://www.cfl.dk/gennemslagskraft)

### Det siger kursisterne

4,5 ud af 5 mulige ved en vurdering af kurset som helhed.

### Se også

Præsentationsteknik  
Kommunikation og personlig udvikling 1  
Respektfuld og ligeværdig kommunikation

## Hvordan foregår det?

Kurset er et 3-dages internatkursus med meget høj intensitet. Undervisningen og aktiviteterne gennemføres til hen på aftenen. Kurset veksler mellem aktiviteter, hvor den enkelte er i fokus med feedback, debatter, forumspil, dialogspil, erfaringsudveksling, holdundervisning og opgaver. Kurset er praktisk orienteret, med teori input og en høj grad af deltagerinvolvering

Du vil modtage personlig vejledning om dine stærke sider og svage sider, og om hvordan du med fordel kan udvikle din personlige stil.

## Deltagere

Kurset er for dig, der vil øge din personlige udstråling og selvtillid og ønsker at styrke din personlige gennemslagskraft i kommunikation med andre. Kurset er også for dig, som er træt af at sidde tilbage med de rigtige meninger og væsentlige bidrag til debatterne og ikke har kunnet komme igennem, mens tid var.



Center for Ledelse

Folke Bernadottes Allé 45 DK-2100 København Ø  
Marselisborg Havnevej 22, 2. sal DK-8000 Aarhus C  
Tlf.: 7023 0022 E-mail: [info@cfl.dk](mailto:info@cfl.dk)  
[www.cfl.dk](http://www.cfl.dk)

**Tilmeld dig her: [www.cfl.dk/gennemslagskraft](http://www.cfl.dk/gennemslagskraft)**

Find flere kurser på [www.cfl.dk/kursusoversigt](http://www.cfl.dk/kursusoversigt)



Har du ikke allerede en QR scanner på din mobiltelefon, kan du få en ved at sende en SMS til 1241 med teksten "scan".