



# Det gode foredrag

Johnny Wøllekær  
Odense Stadsarkiv



**Hvad er et godt foredrag?  
Hvad gør et foredrag godt?**

(Summemøder)

# Det gode foredrag bør være:



 Velstruktureret

 Overraskende

 Relevant for mig

 Underholdende, engageret, levende

 Forståeligt

# Forberedelse 1



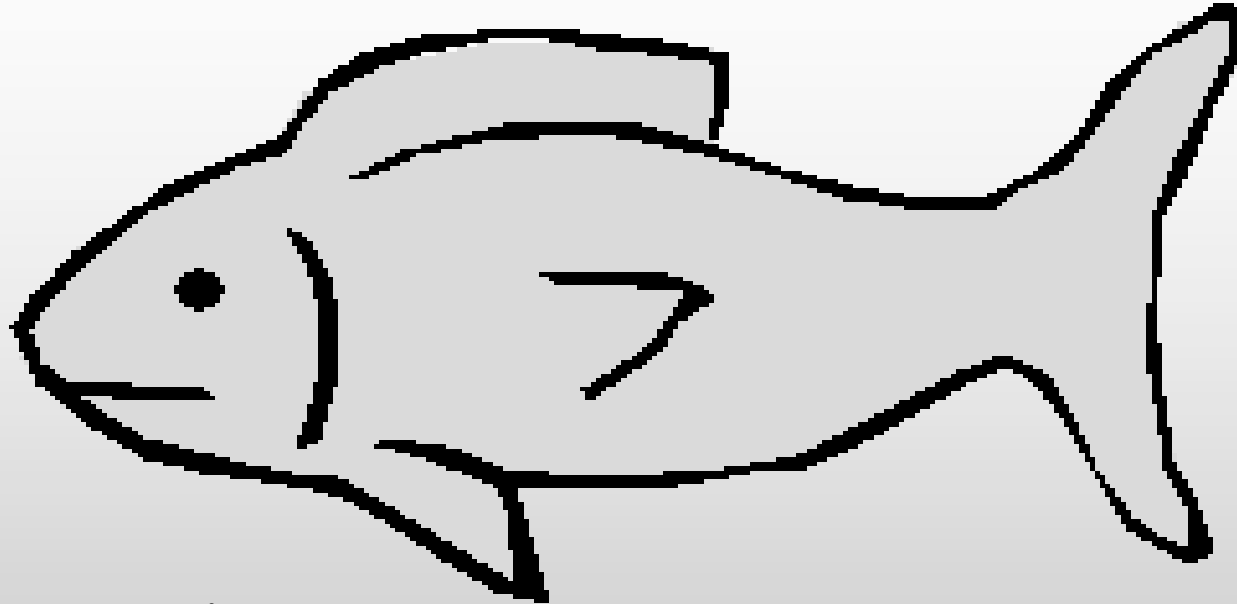
"Svifter man forberedelsen,  
forbereder man svigtet"

# Forberedelse 2

- Hvem er målgruppen? (har vi fælles hjemmel, uddannelse, sprog, grundviden m.m.)
- Hvordan vil jeg præsentere stoffet (bruge tekniske hjælpemidler?)
- Hvilken vinkel vil jeg anlæg på stoffet?



# Forberedelse 3



## Hoved

Indledning

Skab motivation

Disposition

Formål - mål

## Krop

Indhold

Skab forståelse

Fakta - teori

Visuel

## Hale

Afslutning

Skab lyst til handling

Resumé

Handlingsplan

# Om argumentation



At overbevise kræver sammenhængende argumentation



Alle dele af kommunikationen skal tilpasses målgruppen



Man skal tro på sin sag og vise det for at overbevise

# Hvad kan ødelægge et godt foredrag?



1. Bed tilhørerne om at afbryde dig
2. Spring indledningen over
3. Brug Power-Point som manuskript
4. Giv tilhørerne en masse informationer, de ikke har brug for
5. Fortæl alt hvad du ved
6. Tal bare videre, selv om du er begyndt på afslutning



# Selve foredraget



- Lære at elske publikum
- Træn og bliv tryk ved mundtlig formidling i flere genre
- Lær af andres formidling

# Kropssprog

## Hvordan virker vi? (små øvelser)



- Kort forberedelse
- Fremlæggelse (max. 3-5 min.)
- Tilhører observerer og lægger mærke til struktur, tempo, kontakt med publikum, stoffet og kropssprog
- Skriv 3 ting som er gode og 3 ting som er knap så gode

# Kropssprog 1



## Hvad virker ikke godt



slap artikulation



monoton stemmeføring



afvisende og slap attitude



belærende (ideologisk argumentation)

# Kropssprog 2



## Hvad virker godt

- 👍 levende, varieret stemmeføring
- 👍 intenst fastholdende blik
- 👍 energisk kropsholdning
- 👍 "præcisering"
- 👍 at "tage det sidste ord"

# Nervøsitet

Hvad kan man gøre ?  
(summemøder)



- Vær velforberedt til begyndelsen (så er man i gang)
  - Accepter nervøsiteten og brug den
- Afledningsstrategier (overhead, power point m.v.)
  - Få kontrol over åndedræt og stemmebrug
    - Evt. få publikum på banen
    - Visualisere "worst case"

# Nervøsitet



HUSK

Nervøsitet er sjældent synligt  
og kan afhjælpes på mange  
måder!



# Visuelle hjælpemidler

Hvornår og hvordan?





# AV-hjælpemidler

De har hver deres styrker og svagheder og skal bruges til det, de er gode til!



# HUSK 1



Din kropsholdning og placering i rummet har betydning for, hvordan du bliver opfattet



God stemmebrug aflaster og beroliger



Pauser er vores ven

# HUSK 2



Mundtlige fremstillinger skal forberedes mundtligt



Alt bliver lettere, når man holder af publikum



Begejstring smitter





**Mundtlig formidling kan kun  
læres ved at træne !**