LUNDS UNIVERSITET

Våga tala

Känner du obehag, rädsla, skakar, darrar på rösten eller kanske oro långt i förväg när du ska tala inför grupper? Det kan vara när du ska hålla föredrag, redovisa grupparbeten eller vara aktiv vid seminarier som du upplever att du inte kan göra dig själv rättvisa. Du är inte ensam, så känner många studenter.

Kursen ”Våga tala” är till för dig som är student och vill komma till rätta med den här typen av problem. I ”Våga tala” arbetar vi med att du får lära dig vad talängslan är, träna dig på att möta obehaget samt få fler strategier och verktyg att hantera din talängslan med.

Teori och praktik varvas, det blir en hel del övningar inför gruppen. Det är ett krav att du är med vid så många av de sex tillfällena som möjligt eftersom övningarna i kursen innebär att ni är varandras publik och stöd. Gruppen består av max 16 deltagare. Varje kurstillfälle är 2,5 timme och vi träffas under sammanlagt sex tillfällen.

Datum: Tisdagar 25/9, 2/10, 9/10, 16/10, 23/10, 30/10

Tid: 13.30--16.00

Plats: Studenthälsan, Paradisgatan 5 B, Lund

Pris: 450 kr

Anmäl dig på Studenthälsans hemsida:

www.lu.se/studenthalsan

WWW.LU.SE/STUDENTHALSAN