

# Snacka Snyggt

## Vi gör er bättre än tystnaden

Snacka Snyggt bildades 2010 av en av Sveriges mest anlitade retorikkonsulter – Elaine Bergqvist. Elaine har en fil kand i retorik och medverkar ofta som retorikexpert i tv-sofforna och i olika tidningar, bl a Sveriges största tidning Aftonbladet m fl.

**Snacka Snyggt är ett retorikutbildningsbolag** som garanterar retorikkonsulter med akademisk bakgrund men inte nödvändigtvis akademisk terminologi. Du behöver varken oroa dig för hobbyretoriker eller dammiga begrepp. Vi tar klassisk retorik från ethos, logos och pathos, och sätter den i ett modern sammanhang av idag. Vi garanterar inte bara retoriska insikter utan även framsteg! Våra utbildningar är 50% teori och 50% praktik. Målet är att upptäcka retoriska nackdelar och slipa bort dem. Men även att finna retoriska styrkor och förstärka dem. I grund och botten är det som retorikern Euripides från det antika Grekland sa: "Var tyst. Eller säg något som är bättre än tystnaden."

**Snacka Snyggt gör dig bättre än tystnaden.**

**Kontakta oss på:**

**Telefon:** 08-611 87 00

**För mer information om utbildningar:** jagvill@snackasnyggt.se

**Mer om Elaine samt föreläsningsbokning:** www.elainebergqvist.se



# Retorikträning

Behärska konsten att få folk att lyssna

**Utbildningen i retorikträning ger dig förmågan** att använda kroppsspråk, röstläge, klädsel och mimik strategiskt för att förstärka budskapen. Du får en ökad retorisk medvetenhet, förmåga att urskilja bra kommunikatörer från sämre, samt insikter i det subtila i kommunikation som gör vissa till bra och andra till dåliga kommunikatörer.

Ett av huvudsyftena med utbildningen är att få människor att verkligen lyssna till dig i alla lägen, oavsett om det är en löneförhandling eller kundmöte, konversationsteknik eller snygg konfliktshantering. Du får handfasta verktyg för effektiv kommunikation och du får tillämpa dem i praktiken i övningar där du får omedelbar feedback. Utbildningen är praktiskt orienterad och skraddarsys i enlighet med dina eller er verksamhets retoriska utmaningar för största möjliga nytta.

## **I utbildningen ingår bl a:**

- Tre minuters fördomar – så vänder du dem
- Kläder för att förstärka budskapet
- Rösten för att förstärka budskapet
  
- Kroppsspråket för att förstärka budskapet
- Så gör de som blir lyssnade till.
- Klassiska misstag man bör undvika
  
- Trovärdighetsskapande
- Framgångsrik konversationskonst
- Rapport – konsten att påverka det undermedvetna med kroppsspråket
  
- Så påverkar du det undermedvetna med strategiska färgval
- Retorik anpassad till mottagaren
- Konsten att hantera och bli av med nervositeten

**Retorikträningen kommer att göra dig bättre än tystnaden!**

**Referens:** SÖS, Södersjukhuset i Stockholm

# Presentationsteknik

Presentationer kunderna kan se fram emot

**En presentation kan höja den sämsta produkten och sänka den bästa.** På Snacka Snyggt slipar vi din presentationsteknik så det du presenterar aldrig kan sänkas.

Det här är kursen som hjälper dig att addera en wow-effekt till din presentation. Att ha bra produkter eller tjänster är halva arbetet. Men för att säkra att produkterna eller tjänsterna verkligen säljs och budskapen går fram så måste presentationen vara slipad. Det finns inga genvägar. Du får lära dig att använda, kläder, röst, kroppsspråk och rummet strategiskt för att förstärka ditt eller verksamhetens budskap. Vi lär er att använda sömnpillret Powerpoint mer effektivt, men visar även nya alternativ till Powerpoint. Utbildningen i presentationsteknik skraddarsys och du väljer mellan halv-, hel- eller tvådagarsutbildning. Vi har också något vi kallar för Presentationsgymmet.

**Mejla oss för mer information till:** jagvill@snackasnyggt.se

## **I utbildningen ingår bl a:**

- Tre minuters fördomar – så vänder du dem
- Kläder för att förstärka budskapet
- Rösten för att förstärka budskapet
- Kroppsspråket för att förstärka budskapet
- Budskap som landar och stannar
  
- Så påverkar du det undermedvetna med strategiska färgval
- Flashpresentationer/Powerpoint
- Härskarteknik – så hanterar du besvärliga typer snyggt
- Så vinner du lyssnaren – argumentationsteknik
- Nyckeln till välvilja, nyfikenhet och trovärdighet på tre minuter
- Improvisation – konsten att vara beredd när förberedd inte fungerade.

**Presentationsteknikutbildningen kommer att hjälpa dig addera en wow-effekt till din presentation!**

*”Jag har anlitat Elaine både på IKEA Communications och på Berghs School of Communication och kan varmt rekommendera Elaine till alla som vill utvecklas inom retorik och presentationsteknik.”*

**Robert Hedlund**, Senior Creative, IKEA Communications  
och Kursansvarig/Föreläsare på Berghs School of Communication.

# Härskarteknik

Gör motarbetare till medarbetare

**Flera studier visar att ju bättre medarbetarna mår desto bättre presterar de.** Det finns med andra ord ett ekonomiskt och konkret värde i att investera i humanism och lagspel på arbetsplatsen.

Härskarteknik är den fula vägen till makt där "härskarna" kan förtrycka sin omgivning medvetet, även om det oftast sker omedvetet. På den här utbildningen får du verktyg för att hantera besvärliga situationer och personer på ett snyggt sätt. Målet med utbildningen är att få till en bättre och starkare laganda på arbetsplatsen – där de anställda inte agerar motarbetare utan medarbetare.

## **I utbildningen ingår bl a:**

- Härskartekniker – den förlegade konsten för att klättra upp i hierarkin
- Stereotypmetoden
- Uteslutningsmetoden
- Komplimangmetoden
  
- Projiceringsmetoden
- Tidsmetoden
- Hierarkimetoden
- Självförvållad härskarteknik
  
- Professionell kritik
- Teambuildning – förvandla motarbetarna till medarbetare
- Social kompetens – den nya konsten att klättra upp i hierarkin och förtjäna det.

**Härskarteknikutbildningen kommer hjälpa dig hantera besvärliga människor och situationer!**

**Referens:** Eskilstuna kommun

# Medieretorik

Lär dig hantera media snyggt

**Elaine Bergqvist samarbetar med Paul Ronge i medieträningen.** De har varit kollegor sedan 2008 och skapar tillsammans Sveriges kanske mest slagkraftiga medieträning. Paul Ronge slipar det ni ska säga, och Elaine Bergqvist slipar hur.

Tillsammans har de medietränat företag i kriser, men även i förebyggande syfte. Oavsett om ni vill ha medieträning i förebyggande syfte eller kriser, så har Ronge och Bergqvist verktygen för att hantera media rätt.

**Medieretorikträningen kommer hjälpa dig hantera media rätt och snyggt!**

*”Medieretoriken med Elaine Bergqvist och Paul Ronge gav oss konkreta och effektiva verktyg för mediahantering. Jag kan varmt rekommendera deras kombination av Bergqvists moderna retorik och Ronges effektiva journalist och pr-tänk. Den ger ett försprång och säkerhet när journalisterna knackar på.”*

**Mariann Eriksson**, Kommunikationschef WWF

# Vill du få fram ditt budskap?

För mer information och bokning. Kontakta oss!

Snacka Snyggt AB  
Sjöviksvägen 37  
115 87 Stockholm

**Telefon:** 08-611 87 00

**För mer information om utbildningar:** [jagvill@snackasnyggt.se](mailto:jagvill@snackasnyggt.se)

**Mer om Elaine samt föreläsningbokning:** [www.elainebergqvist.se](http://www.elainebergqvist.se)