



**kitokie  
projektai**  
tikresniam gyvenimui

## **KITOKIA KALBA ATVIRI MOKYMAI**

**2024 rugsėjo 26**



# Kodėl mokytis viešojo kalbėjimo?

**Viešasis kalbėjimas – ne tik pranešėjų ar vadovų įgūdis**, bet ir esminis gebėjimas, **galintis praturtinti kiekvieno žmogaus gyvenimą**. Nors daugelis darbuotojų mano, kad jiems nereikia viešai kalbėti, **lavinant šią kompetenciją galima atverti naujas galimybes ir įgyti pasitikėjimo savimi**.

Mūsų mokymai skirti **visiems, norintiems efektyviai perteikti savo mintis ir idėjas**. Viešasis kalbėjimas padeda išsiskirti ir būti išgirstam. Kaip ir sporte, praktika lemia gerus rezultatus, todėl **paruošėme jums treniruočių programą, kurioje gausite įrankius, padedančius valdyti stresą, aiškiai struktūruoti kalbą ir įtaigiai perteikti idėjas**.

**Remsimės jūsų autentiškumu**, ir pamatysite, kaip stipriai **galite paveikti kitus būdami tikri**. Atrasite naujas savo asmenybės puses ir potencialą. Kviečiame susipažinti kitų dalyvių atsiliepimais mūsų „YouTube“ kanale, kur rasite jų patirtis ir įspūdžius po mokymų.



## Ką jūs gausite?

### Auditorijos poreikiai

- Ko iš kalbėtojo tikisi auditorija? Kokie yra giluminiai jos poreikiai?
- Kaip atliepti šiuos poreikius?

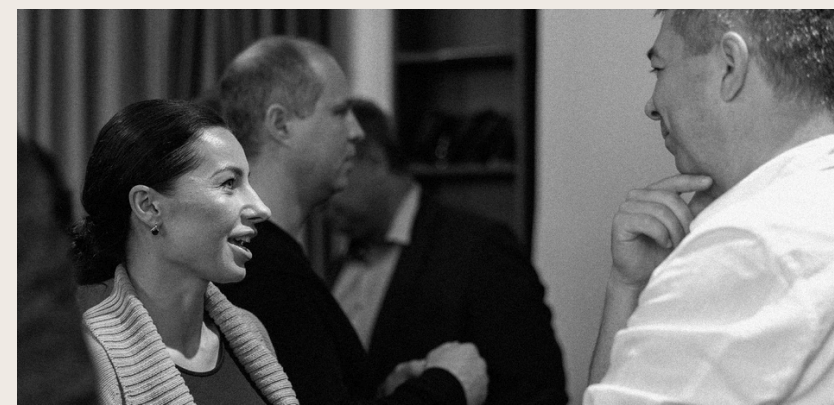
### Įtaigos kalbos struktūra

- Įtaigos kalbos konstravimo principus.
- Efektyvias priemones esminei kalbos žinutei perteikti.
- Istorijos pasakojimo įgūdžių lavinimas

### Vidinės parengties stiprinimo įrankiai

- Įgyvendinamą individualią viešojo kalbėjimo tobulinimo programą.
- Asmeninės kalbos analizės principus

## Kas jūsų laukia?



Drauge kuriama saugi erdvė



Daug kalbėjimo viešai



Savęs patyrimas viešajame kalbėjime per muziką, balsą ir improvizaciją



Refleksija ir analizė

## 1 dalis. Kalbėtojo ir klausytojo poreikiai.

Ko nori klausytojas ir kaip jam tai duoti?

### Poreikiai

**Susipažinimas ir diagnostika.**

Kokie iššūkiai man kyla?

**Mano tobulėjimas**

Asmeninė tobulėjimo kryptis

**Baziniai klausytojo poreikiai.**

Su kokiais poreikiais ateina klausytojas?

### Įtaigi žinutė

**Geros kalbos suvokimas**

Kas padaro kalbą įtaigią?

**Kalbos esmė.**

Esmės gryninimo praktika.

**Įžanga, dėstymas, pabaiga.**

Praktikumai, padedantys stiprinti pagrindinę žinutę visuose kalbos etapuose.

## 2 dalis. Viešojo kalbėtojo dirbtuvės

Koks mano, kaip kalbančiojo, personažas ir kaip kurti įtraukias istorijas?

### Koks aš personažas?

#### Vidiniai procesai kalbant

##### Personažo kūrimas:

Kaip skambėčiau aš - viešas kalbėtojas? Koks mano ritmas, tempas, dinamika? Kaip laikytis struktūros, būti spontanišku?

##### Refleksijos principai:

Kaip mokytis iš kiekvienos kalbos ir ugdyti vidinę parengtį?

### Įtrauki istorija

#### Kaip įtraukti klausytoją?

Kokie elementai reikalingi gerai istorijai?

Istorijos kūrimo dirbtuvės

#### Kaip pasakoti istorijas tikslingai?

Į ką atkreipti dėmesį pasakojant istorijas auditorijai?

## Kodėl šios temos?

Suprasdami klausytojų poreikius ir gebėdami formuluoti įtaigią žinutę, galime sukurti tvirtą ryšį su auditorija. Kalbos struktūros – įžangos, dėstymo ir pabaigos – įvaldymas užtikrina sklandų ir nuoseklų pranešimą, o asmeninė refleksija padeda nuolat tobulėti. Personažo kūrimas ir istorijų pasakojimas padeda pateikti informaciją autentiškai ir įdomiai, kas yra kritiškai svarbu siekiant įtraukti ir įkvėpti klausytojus

## Kodėl mokome patirtiniu būdu?

Mūsų patirtis rodo, kad teorinių žinių ir praktinių įgūdžių apie viešąjį kalbėjimą nepakanka. Be **vidinės parengties**, kuri yra reikalinga norint pritaikyti savo **kompetencijas** reikiamu momentu, proveržis neįvyksta.

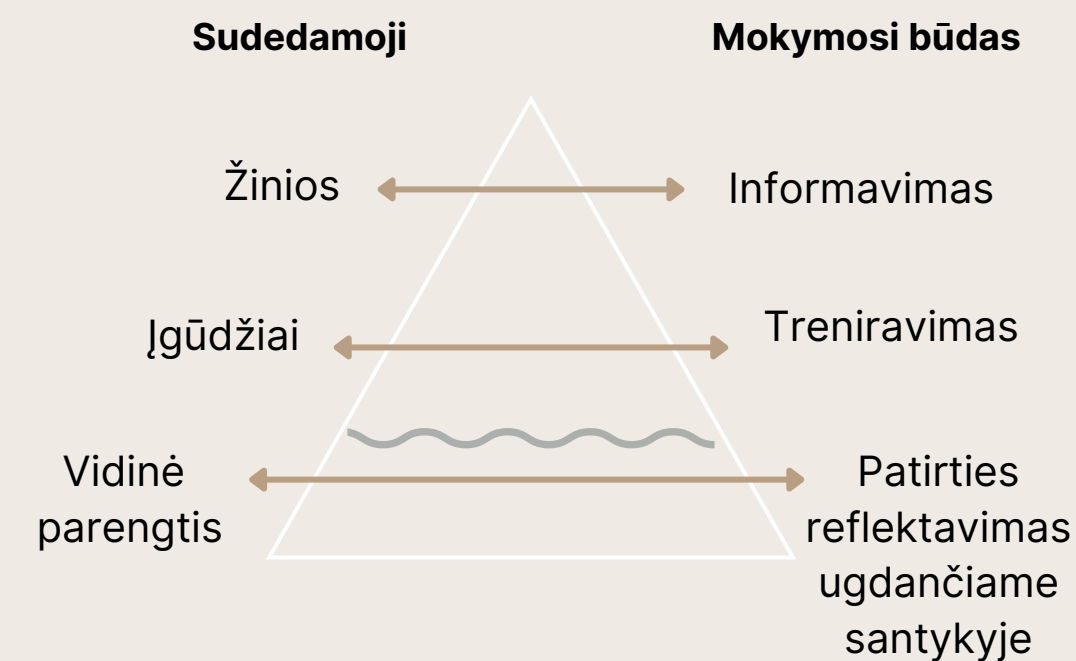
**Vidinę parengtį** apibrėžiame kaip gebėjimą išreikšti savo vidinį potencialą konkrečiu laiku ir konkrečioje erdvėje, čia ir dabar. Ji yra trūkstama grandis tarp potencialo ir veiksmingo jo realizavimo.

Norime, kad ne tik žinotumėte kaip kalbėti, bei mokėtumėte kalbėti, bet ir **kalbėtumėte!**

Todėl mokymuose be žinių ir įgūdžių lavinimo, mes skirsime ypatingą dėmesį jūsų **vidinei parengčiai**, kad viešasis kalbėjimas taptų jums ne iššūkiu, o galimybe.

### Pasiruošimas:

Kviečiame dalyvius atvykti **pasiruošusius** **3-5 min. trukmės kalbą**. Rekomenduojame, kad tai būtų kalba, kurią **planuojama pristatyti artimiausiu metu**.



## Preliminari programa

9:00 Renkamės, bendraujam prie kavos ar arbatos  
Susipažinimas, dienos pristatymas ir balso apšilimas  
Auditorijos poreikiai ir įtrauki kalba  
Geros istorijos struktūra ir elementa  
Kuriamos kalbos  
Grupės darbas su kalba ir aptarimas  
Kalbų analizė pagal istorijos elementus

13:00 - 14:00 Pietūs

Darbas su kalbomis per teatro improvizacijos pratimus  
Vidinės parengties stiprinimo įrankiai  
Pristatomos kalbos. Grįžtamasis ryšys  
Refleksija mažose grupėse  
Refleksija bendram rate  
17:00 Pabaiga. Atsisveikinimo ritualas

*Programa yra preliminari, tiek rytinėje, tiek popietinėje dalyje bus pertraukėlės.  
Nusiteikite praktinėms užduotims, aktyviam dalyvavimui ir atvirai diskusijai.*



## Praktinė informacija

**Data:** 2024 09 26 (Ketvirtadienis)

**Laikas:** 09:00-17:00

**Dalyvių skaičius:** 10 - 16

**Vieta:** Pylimo 31-3, Vilnius

**Kontaktai:** [lukas@kitokieprojektai.net](mailto:lukas@kitokieprojektai.net) +37061822212

**Investicija:** 170 Eur.\*

\*Į investiciją įskaičiuota patalpos, kava ir užkandis prie kavos, lektorių darbas, priemonės darbui. Į investiciją neįskaičiuota dalyvių maisto kaštai.

REGISTRACIJĄ Į MOKYMUS RASITE **ČIA**

Jeigu nuoroda neveikia, galite įvesti šį adresą:

<https://forms.gle/Pgh3UXU7DnKsFznY8>





# Lukas Kulikausas

Komunikacijos treneris, lektorius ir komisijos „Įtaigos indeksas“ narys.

Stiprindamas komunikacijos įgūdžius, padedu vadovams efektyviau vadovauti ir dirbti su komanda, o smulkiojo verslo savininkams – drąsiai kalbėti apie savo idėjas. Parodau darbuotojams, kad viešasis kalbėjimas naudingas visiems. Taip pat didinu įmonės efektyvumą, mažindamas nesusišnekėjimą ir konfliktus komandoje bei tarp skyrių, per gilesnį tarpasmeninės komunikacijos supratimą ir praktinius įrankius.

Andragogikos, patyriminio mokymo ir grupės dinamikos mokiausi MRU universitete. Nuo 2011 m., baigęs Bendradarbiavimu grįstos komunikacijos (angl. Nonviolent Communication) mokymus Olandijoje pas Yoram Mosenzon, vedu mokymų grupes konfliktų valdymo ir tarpasmeninės komunikacijos srityje. Nuo 2015 m. esu viešojo kalbėjimo mokytojas.

## **Mokymų sritys:**

Konfliktų valdymas ir tarpasmeninė komunikacija

Viešasis kalbėjimas

Komandų formavimas

Grupės dinamika ir kartų skirtumai

Autentiškumas ir pasitikėjimo savimi ugdymas





# Gintautas Katulis

Psichologas, viešojo kalbėjimo lektorius, MRU dėstytojas, grupės santykių ekspertas.

Nuo 2013 metų vedu patirtiniu ugdymu paremtus mokymus.

Esu tarptautinio patirtinio ugdymo ekspertų tinklo „Via Experientia“ narys, dirbu su patirtinio ugdymo mokymais, kurių metu grupės ir komandos mokosi iš savo patirties, geriau supranta save ir savo komandą, gali pradėti inicijuoti pokytį.

Į viešąjį kalbėjimą žiūriu kaip į santykį tarp žmonių ir pastebiu, kad tie patys jausmai, kuriuos žmogus jaučia grupėje, paaštrėja kalbant viešai. Todėl su įvairiomis baimėmis ir nerimu susijusiu su viešuoju kalbėjimu dirbu per santykio su grupe analizę.

## **Mokymo sritys:**

Viešasis kalbėjimas ir jo psichologija

Darbas su grupėmis

Komandų formavimas ir valdymas

Stresas ir streso valdymas

Improvizacijos taikymas darbinėje aplinkoje





kitokie  
projektai  
tikresniam gyvenimui

Kilus klausimams, pasikalbėkime!

Lukas Kulikauskas

+37061 822 212

[lukas@kitokieprojektai.net](mailto:lukas@kitokieprojektai.net)

