Obsah

PROČ TATO KNIHA? 9

1. ŘEČ 11
- Český jazyk 12
- Spisovná čeština 13
- Nespisovná čeština 16
- Slovní zásoba 18
- Slovní paraziti 21
- Zásady užívání cizích slov a cizích jmen 22
- Oslovení 25

2. RÉTORICKÁ ROZCVIČKA 27
- Energie 28
- Dech 28
- Panty 29
- Rty 30
- Jazyk 30
- Tváře 30
- Rozeznění 31
- Artikulace 31
- Jazykolamy 32

3. KOMUNIKACE 34
- Komunikační trychtýř 36
- První dojem 38

4. NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE 41
- Chůze 43
- Postoj a sezení 44
- Ruce 50

- Gesta 52
- Oči 54
- Oční kontakt 54
- Mimika 57
- Úsměv 57
- Doteky 59
- Osobní prostor 60
- Oblečení 61
- Doplňky image 64
- Rušivé momenty 64
- Co ničí profesionalitu 66

5. VERBÁLNÍ KOMUNIKACE 70
- Hlas 70
- Hlasivky 73
- Zásady hlasové hygieny 74
- Poruchy hlasu 75
- Zásady mluvení na mikrofon 77
- Zásady mluvení na kameru 79
- Modulace řeči (dynamika, melodie, tempo, pauza, intonace, akcent) 82

6. TRÉMA 90
- Trapas 92
- Výsměch a nepřijetí publikem 93
- Okno (blackout) 94
- Pochyby 96
- Jak na trému 98
- Klepání a třes 102
- Tréma zdravá a nezdravá 104

7. ASERTIVITA 106
- Sebevědomí 107
- Temperament. 108

8. PŘÍPRAVA A USPOŘÁDÁNÍ VEŘEJNÉ PROMLUVY 112
- Námět/téma 117
- Kompozice 118
- Interpretace 119
- Uspořádání řeči (úvod, stať, závěr) 120

9. TECHNIKY OŽIVENÍ MLUVENÉHO PROJEVU 127
- Řečnické okrasy. 127
- Řečnické otázky. 129
- Řečnické figury 130

10. DRUHY SOUČASNÝCH MLUVNÍCH PROJEVŮ. 135
- Podle místa. 135
- Podle délky. 135
- Podle autorského vkladu 136
- Podle žánru 136
- Podle dosahu 136
- Podle formy 137
- Podle interpretace 137
- Podle způsobu podání 137
- Podle obsahu 138
- Dlouhé a krátké formáty. 139
- Projev popisný versus hodnotící 142
- Prezentace. 146

• Vyprávění 147
• Reference 149
• Projev společenský 152
• Rozhovor 156
• Techniky vedení rozhovoru 158
• Když jsme v roli hosta 159

11. VEŘEJNÉ VYSTOUPENÍ SÓLOVÉ A PARTNERSKÉ 162
• Vystoupení sólové 163
• Vystoupení párové 163

12. RÉTORICKÁ SEBEREFLEXE 166
• Jak na sebereflexi 166
• Analýza projevu 167

ZÁVĚR 169

KLÍČ KE CVIČENÍM 171

POUŽITÁ LITERATURA 174