

5. Trema – obawa przed wystąpieniem	121
Czego dokładnie boją się ludzie w sytuacji prezentacji publicznej?	122
Jak odczuwana jest trema?	123
Praktyczne wskazówki	124
6. Mówca – co trzeba mieć, by być dobrym prezenterem?	131
Etos – wiarygodność mówcy	131
Empatia – wejście w świat słuchaczy	139
Logos – siła argumentów	142
7. Komunikacja niewerbalna – o sile bezgłosnego mówienia	144
Czym jest mowa ciała?	145
Do czego mówcy wykorzystują <i>body language</i> podczas wystąpień na forum?	146
Postawa ciała – prosto ale nie sztywno	148
Twarz – centralny punkt twojego ciała	149
Wzrok – o technice „na latarnię”	151
Gestykulacja – sposób na wzmocnienie przekazu	152
Ubiór – nie skóra zdobi człowieka tylko... dobra skóra	154
8. Jak rozwijać swoje umiejętności retoryczne?	158
Poziom pierwszy – ogólne prawidła dotyczące uczenia się	158
Poziom drugi – co robić, by być lepszym mówcą?	160
Zakończenie	164
Projekt „CYCERO” – jak być skutecznym mówcą?	166
Galeria gości	167
Bibliografia	181