



www.taghadosi.com

دستورالعمل جلسه چهاردهم دوره سخنوری و مذاکره پولساز

- ۱- یک ویدیو کاملا بدون کلام بگیرید و برای ما ارسال کنید
- ۲- جلوی آینه یک متن ثابت رو بارها تکرار کنید
- ۳- بازی پانتومیم رو انجام بدید
- ۴- دابسمش درست کنید
- ۵- فیلم‌های خودتون رو نگاه کنید و زبان بدن تون رو تحلیل کنید
- ۶- فیلم رو روی حالت تند قرار بدید و دوباره نگاه کنید
- ۷- فیلم خودتون رو بدون صدا نگاه کنید
- ۸- فیلم‌های چارلی چاپلین رو بارها ببینید
- ۹- با استفاده از چهارچوب در تمرین صاف ایستادن را انجام بدهید
- ۱۰- یک فیلم بدون صدا ببینید
- ۱۱- به زبان بدن دیگران و بازیگرها موقع صحبت کردن دقت کنید

www.taghadosi.com