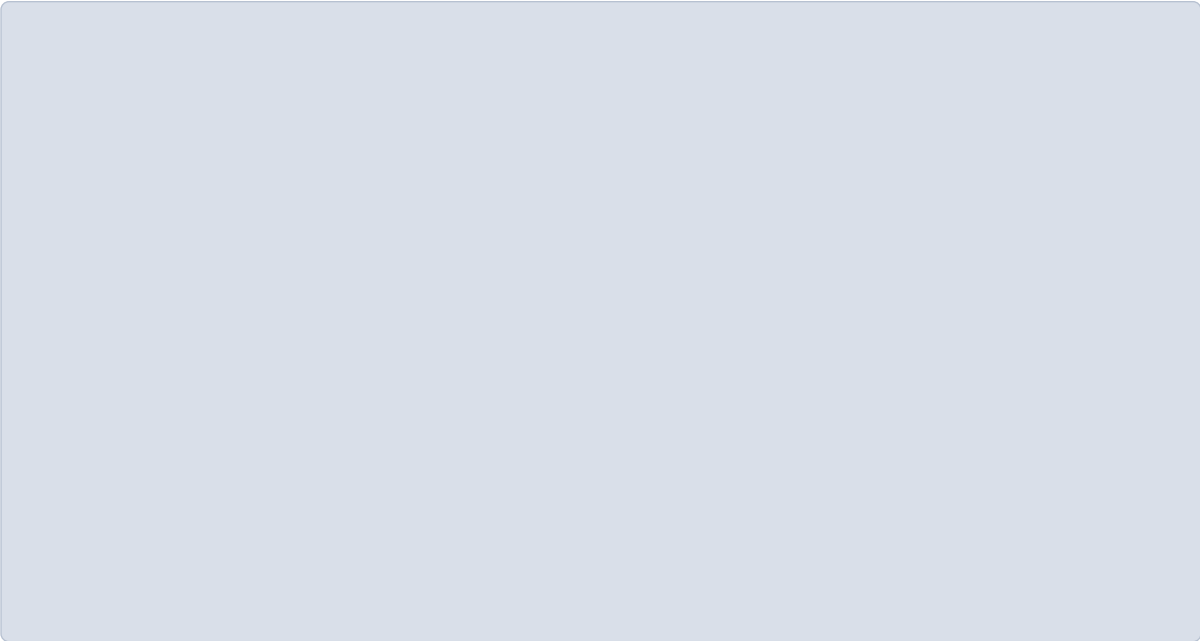




2012-04-25 09:39 CEST

Unga får KBT-behandling mot talrädsla i ny serie

– När jag ska prata inför folk känns det som om jag ska svimma eller dö – eller både och, säger Iris, en av deltagarna i UR:s nya tv-serie Helt blackout. En miljon svenskar har någon form av social fobi och den vanligaste formen är talrädsla. Helt blackout skildrar fyra unga personer som har bestämt sig för att försöka komma över sin talrädsla. Under en månads tid får de KBT-behandling mot rädslan. För att bota ångesten måste alla fyra utmana sig själva och utsätta sig för det som de är allra mest rädda för. Helt blackout visas på SVT1 med start 7 maj.



Vad hamnar överst på din ångesttrappa? För **Iris, Frida, Sanel** och **Nelly** är svaret enkelt: att tala inför andra. De lider av talrädsla, en rädsla som vuxit sig så stor att den blivit ett hinder. I **Helt blackout** får tittarna följa med när de under en månads tid får hjälp av KBT-psykologen **Anna Bennich-Karlstedt**.

I första avsnittet får deltagarna skatta sin ångest. Vad är det värsta de kan tänka sig? Och vad är mindre obehagligt? Anna ger var och en av deltagarna individuellt anpassade utmaningar. Nu är det dags för deltagarna att gå ut och bemästra rädslan. Varje vecka klättrar de högre och högre på ångesttrappan – och antar allt tuffare utmaningar.

Iris är 22 år och drömmer om en karriär som radiojournalist, men kan inte – vågar inte – formulera alla de idéer hon har i huvudet. Hon blir stum. Under seriens gång får hon bland annat gå på anställningsintervju och träna en grupp före detta kriminella ungdomar i thaiboxning.

Sanel är 25 år och vill bli varuhuschef, en position som kräver att han kan hålla presentationer och tala inför många anställda. Men Sanel vågar inte prata på möten, han blir nervös, darrar på händerna, darrar på rösten. Istället hittar han på mängder med ursäkter för att slippa. I serien får Sanel testa att vara DJ och hålla i ett morgonmöte på jobbet.

Frida, 26 år, driver egen vintagebutik på nätet och vill inspirera andra unga att starta eget. Men Frida grejar varken framträdanden eller mingel – hon får hjärtklappning, svårt att andas och efteråt minns hon mycket lite. Hon får

blackout. Fridas första utmaning blir att mingla med personer inom branschen.

Nelly är en 26-årig undersköterska som brinner för biståndsfrågor. Han har kunnat tala inför grupper tidigare, men nu blir han så nervös att han varken kan utveckla sina idéer eller presentera dem. Nelly vill ha tillbaka den person han var förr. Bland Nellys utmaningar finns att gå på casting för en roll i en tv-serie och göra ett stå-upp-framträdande.

Helt blackout består av fem 30-minutersavsnitt. För intervjuer med Anna Bennich-Karlstedt och de medverkande kontakta pressansvarig. Fler och större pressbilder finns i UR:s pressrum: <http://www.ur.se/Webbar/Om-UR/Pressrum>

UR satsar på retorik under 2012

Att bli lyssnad på är en demokratisk rättighet. Att alla kan, vågar och vill tala och lyssna – oavsett bakgrund och social tillhörighet – är en självklar grund i ett demokratiskt och öppet samhälle. UR gör därför under 2012 en bred satsning inom ämnet retorik. Kärnan i UR:s retoriksatsning är att få den tysta eleven att våga prata och den pratiga eleven att börja lyssna. Att stärka alla elevers självkänsla med hjälp av retorik. I radioserien **Retorikmatchen** möts sjätteklassare från 8 klasser runt om i landet i en tävling där elevernas retoriska förmågor sätts på prov. I **Tungan rätt i mun** får fem barn arbeta ihop med retorikcoachen Elaine Eksvärd. Tv-serien **Helt blackout** följer fyra ungdomar med talångest som med hjälp av skraddarsydda KBT-uppgifter utmanar sin rädsla och gör det som de är allra mest rädda för – för att våga förverkliga sina drömmar. I **Pedagogens retorik** får fyra lärare en utbildning i pedagogisk retorik av **Tina Kindeberg** – Sveriges enda docent i både retorik och pedagogik. I tv-serien **Tala ut!** ger retorikexperten **Barbro Fällman** stå-upparen **Simon Garshasebi** retoriska utmaningar – med inbyggda hinder. Dessutom sänder UR flera inköpta dokumentärer på temat retorik, bland annat **Kate – så skapas en ikon**, en film om supermodellen **Kate Moss**. På UR:s Retorikwebb finns material som kan ge stöd och stärka pedagoger i deras undervisning: <http://www.ur.se/Tema/Ratt-att-tala-vett-att-lyssna>

OM UR

UR är ett fristående public servicebolag som driver Kunskapskanalen tillsammans med SVT samt sänder i SR:s och SVT:s kanaler. UR:s uppgift är att

bredda, förstärka och komplettera andras utbildningsinsatser.
www.ur.se

Kontaktpersoner



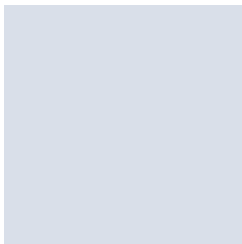
Karoline Malitzki

Presskontakt

Pressansvarig

karoline.malitzki@ur.se

08-784 42 72



Inhouse

Presskontakt

Stillbilder

inhouse@ur.se

08-784 40 00