



OPEN TRAINING

PRESENTATIETRaining

PRESENTEREN MET FLAIR EN PLEZIER

Wist je dat veel mensen het geven van een presentatie in de 'enge dingen top 5' zetten? Erger dan de tandarts, je schoonmoeder of het organiseren van een kinderfeestje met twaalf hyperactieve kleuters dus. Na onze training presenteren schrap je er in ieder geval eentje uit je top 5.



PRESENTEREN MET ZELFVERTROUWEN

Stel je voor: je geeft vol zelfvertrouwen een presentatie, niet gehinderd door interne gedachten en spanningen. Losjes, op je gemak en soepel reagerend op vragen, omdat er alle ruimte voor de inhoud is. Je hoeft je immers niet meer druk te maken over black-outs, waar je je handen laat en of je stem zal overslaan, want dat gebeurt allemaal niet. Dat wéét je. Je publiek hangt aan je lippen, is geïnteresseerd en gelooft je. Ze stellen actief vragen en gaan na afloop geïnspireerd weer weg. Net als jij.

Tijdens de training presentatietechnieken leer je dat presenteren niet spannend hoeft te zijn. Sterker nog, je bouwt zoveel zelfvertrouwen op, dat je met plezier je volgende presentatie geeft. Klinkt dat als een utopie? Doe twee dagen met ons mee en we bewijzen het tegendeel.

VOOR WIE?

Voor jou als je meer ontspannen je presentaties wil geven. Zodat je met persoonlijke flair je verhaal doet en je publiek ontspannen naar je luistert.



INTAKE

We inventariseren vooraf je motivatie, leerwensen en verwachtingen. Dat doen we schriftelijk. De trainer gebruikt deze input om focus in het programma aan te brengen.

Als we naar aanleiding van de intake vragen hebben, dan nemen we contact met je op.

Heb je zelf vooraf nog vragen? Bel of mail ons gerust.

INHOUD

- De basis van presenteren: o.a. doel, doelgroep, vorm, do's en don'ts.
- Ontspannen met lastige vragen omgaan.
- Rust en ruimte innemen in plaats van stress en 'muurbloempje'.
- Presenteren met zelfvertrouwen: een stevige, open houding, het effect van ademhaling, non-verbale communicatie (lichaamstaal en stemgebruik).
- Interactie met de zaal en omgaan met lastig gedrag (o.a. vragen).
- Een goed begin en een sterk einde.
- Creatieve presentatievormen.
- Dramatechnieken en theatersport.
- Veel individueel oefenen met persoonlijke leerdoelen.

TRAINEN VOLGENS ORAKI

Wij geloven er sterk in dat iedereen meer kan dan hij of zij zelf denkt. We helpen jou om veilig uit je comfortzone te stappen. Dat doen we praktisch, persoonlijk, resultaatgericht en met een hoog doe-gehalte. Je krijgt veel ruimte om jouw praktijksituaties in te brengen en je eigen keuzes te maken (eigenaarschap). Wij trainen volgens het leerprincipe 10-20-70. Onze programma's zijn veelzijdig en inspirerend. Want leren mag best leuk zijn. Toch?

AANPAK

Presenteren met flair leer je o.a. door een levendige, speelse en energieke training en door een persoonlijke benadering. Met oefeningen die op jouw situatie van toepassing zijn.

We gebruiken afwisselende en actieve werkvormen, zoals theater, improvisatie, (non-)verbale communicatie en specifieke communicatietechnieken. Je zult je geen moment vervelen.

Binnen het programma bepaal je zelf waar je focus ligt. Bij elke oefening of ervaring kies je je insteek die bij jouw leerdoel past. De trainer denkt daarin uiteraard met je mee.

Je gaat binnen de groep uitgebreid experimenteren. Je geeft daarbij meerdere korte presentaties voor de groep, waarbij we je uitdagen om de grenzen van je comfortzone op te zoeken.

Als groep kijken jullie goed naar elkaar. Na elke presentatie geef je de presentator op constructieve wijze tips en tops mee. Daarnaast krijg iedereen uiteraard ook feedback van de trainer.

In de praktijk- en oefenperiode tussen de beide trainingsdagen geef je een presentatie op je werk (in een veilige leeromgeving: onderwerp en leerdoel kies je zelf).

Tijdens dag 2 geeft iedereen een presentatie voor de groep. Die nemen we op en kijken we gezamenlijk terug. Uiteraard weer met feedback van de trainer en je collega-deelnemers. Daarna vieren we samen de successen die we ervaren en gezien hebben!

ORAKI

TRAININGSDUUR EN DEELNEMERS

De training bestaat uit twee trainingsdagen met een tussenliggende praktijkperiode, waarin je gericht kunt oefenen en experimenteren in je eigen praktijksituatie. In de tweede sessie kijken we op die ervaring terug en pakken we door.

Min. / max. aantal deelnemers: 4 - 10

NA DE TRAINING

- Weet je -en voel je- dat presenteren niet zo eng is als je dacht.
- Kun je je presentatie helder opbouwen.
- Kun je losjes en met flair (die past bij jou) een verhaal vertellen.
- Ben je effectief in interactie met je publiek, ook als het lastig wordt.
- Kan je publiek meer ontspannen naar jou luisteren, waardoor je boodschap beter binnenkomt en blijft hangen.
- Straal je uit dat je er lol in hebt.

EN HEB JE DEZE COMPETENTIES ONTWIKKELD

- Presenteren
- Communiceren
- Persoonlijke uitstraling
- Zelfvertrouwen

De presentatietraining is praktisch van opzet. In een veilige leeromgeving ga je zoveel mogelijk oefenen en experimenteren, met het doel om zoveel mogelijk positieve ervaringen op te doen. In een ontspannen sfeer dagen we je uit om je grenzen op te rekken. Met veel ruimte voor lol natuurlijk, want dat maakt het leren leuk. De trainer geeft het goede voorbeeld en zorgt voor een dynamische, speelse, persoonlijke en intensieve presentatietraining, die je veel energie zal geven.

INVESTERING

De training:	€900
Locatie en catering:	€140
TOTAAL (excl. btw):	€1.040

TRAININGSDATA

Zie <https://oraki.nl/presenteren>

LOCATIE

De training wordt gegeven in de regio Amersfoort.

De exacte locatie wordt ± 1 maand vóór de startdatum bepaald en met de deelnemers gecommuniceerd.

OPTIES BIJ DEZE TRAINING

- Coachingspakket (1-op-1 doorontwikkelen met je coach)
- Oefenlaboratorium (oefenen met trainingsacteur)

In-company maatwerk mogelijk.



ORAKI TRAINING & COACHING

Eemnesserweg 63A
3743 AE Baarn

035 - 626 74 84

info@oraki.nl

www.oraki.nl

