

Presenteren: van lastig naar leuk

DEN HAAG - Wie heeft er wel eens moeite met presenteren? Wie ervaart het als lastig of juist als leuk? Maria José Sobral en Patrice Postuma van MP Communication Consultants zijn hier heel duidelijk in. "Iedereen kan het leren. Beleef plezier in het presenteren van je product, je bedrijf of jezelf", vertelt Sobral, zang- en stemcoach. "Laat zien waar je voor staat!" vult Postuma, bedrijfstrainer, aan. "Het kan een zakelijke of persoonlijke motivatie zijn om je presentatievaardigheden te ontwikkelen."

Presenteren is een belangrijk onderdeel van de management vaardigheden en worden dagelijks meer toegepast dan gedacht, weet Postuma als be-

drijfsadviseur. Denk maar aan overleg situaties, trainingen en uitleg van verkoopdoelstellingen. Tijdens deze training ziet echt iedereen zichzelf en de andere aanwezigen groeien en wordt men zich bewust van het positieve in zichzelf en anderen. De praktische workshops van Sobral geven antwoord op vragen als: hoe je stem te gebruiken, non verbale communicatie en houding waarbij je je eigen kracht gebruikt. Dit in een spontane sfeer waar stem en zangtechnieken worden toegepast. Deelnemers leren om een eigen geluid te gebruiken dat bij hen past. Stem en stemvolume bepalen vervolgens hoe er naar je geluisterd wordt. De basis van dit alles is je ademha-

ling die zeer bepalend is voor een ontspannen geheel. Voor meer

informatie kijk op www.mp2c.nl.



Presenteren kan leuk maar ook lastig zijn. *Postuma* FOTO: PR
30 sep '09