

SPREKEN MET IMPACT

- Groepstraining -

Ben je bang dat jouw stem verloren gaat in de massa? Krijg je klamme handen alleen al van de gedachte om een speech te geven of een vergadering te leiden? En hoe blijf je jezelf voor een publiek? Raak je je stem al eens kwijt en zorgt dat voor problemen?

De training *Spoken met impact* helpt je om je sprekersvaardigheden te ontwikkelen en te verfijnen zonder dat je je authenticiteit verliest. Tijdens deze training leer je over de kracht van je stem, over succesvol en zonder zenuwen spreken voor klein en groot publiek. Zodat je echt zichtbaar en hoorbaar wordt.



De enige manier om een geweldige spreker te worden is immers door kwalitatieve begeleiding en... veel te oefenen. Na dit traject voel je je een zelfzekere spreker en beschik je over de skills om impact te maken op je publiek.

- Overwin je spreekangst, hanteer je eigen spreekstijl, ga in verbinding met je publiek -

De training is opgebouwd rond deze pijlers:

- Comfortzone stretchen
- Interne criticus beteugelen
- Groei mindset



- Ademhaling en stem
- Sprekende lichaamstaal
- Je zenuwen de baas zijn

- Fundamenten van inspirerend spreken
- Oefenen met verschillende tools voor o.a. ademsteun, draagkracht pittige articulatie...
- Je persoonlijke actieplan
- Oefenen! - al dan niet voor de camera
- Jouw volgende presentatie in 6 concrete stappen

Je krijgt:

- Een **interactieve, 1- of 2-daagse groepstraining**, op maat opgebouwd rond de pijlers van het boek '*Spreeken met impact*'
- Online of op locatie
- Een **verkennd gesprek** waarbij we de doelen voor deze training helder formuleren
- Een interessante mix van **tips, inzichten en oefeningen**
- **Feedback** van Stefanie en je mede-deelnemers tijdens de oefenmomenten
- De grondige voorbereiding, nazorg en de uitgebreide afstemming zorgen voor een blijvend effect.
- Een handige **onepager** met de belangrijkste tips. Deze zullen dienen als leidraad voor de voorbereiding op je volgende spreekmoment. Hier kan je onmiddellijk mee aan de slag vol inspiratie en energie.
- Een **30-dagen-sprekers challenge** die dient om achteraf de oefeningen en tips vlot en makkelijker toe te passen.



Iets voor jou?

Deze training is er voor iedereen die:

- Een sprekersberoep heeft
- Zich onzeker voelt tijdens het spreken voor groot of klein publiek
- Wil weten waar zijn/haar sterktes en uitdagingen liggen als spreker
- Wil groeien als public speaker
- Wil weten hoe de kracht van je stem in te zetten

What's in it for you?



Na de opleiding:

- Kan je met minder zenuwen meer impact maken op je publiek
- Ken je jouw eigen sterktes en uitdagingen als spreker
- Heb je inzicht in jouw stem en hoe deze optimaal te gebruiken
- Kan je jouw stem en lichaamstaal correct inzetten
- Weet je hoe je open en authentiek kan spreken
- Kan je een publiek boeien met je verhaal

De training:

We vertrekken bij de opleiding vanuit jouw noden en vragen. Daarom helpt het als ik jullie vooraf al wat beter leer kennen. Dat gebeurt door een voorafgaand, verkennd gesprek. De theorie, tips en inzichten zijn praktisch en meteen toepasbaar. Je gaat vooral veel doen en oefenen, met oefenmateriaal dat je nadien ook mee naar huis krijgt. We werken met herkenbare situaties en maken de vertaalslag naar de dagelijkse praktijk.

