

## Wystąpienia publiczne i prezentacja

### Szkolenie w Systemie „Skutecznego Treningu Prezentera”

#### WARSZTATY Z KAMERĄ

#### Cel szkolenia

Nie ma człowieka, który nie odczuwa tremy przed wystąpieniem publicznym. Niestety badania pokazują, że sygnały stresu obniżają wiarygodność prezentera w oczach publiczności. Sztuka polega na tym, aby przekuć słabość w atut – w czynnik motywujący do działania oraz na tym, aby ukryć te sygnały przed oczami publiczności. Podczas szkolenia trener pokaże jak to zrobić. Sprawdzi i poprawi umiejętność przemawiania. Uczestnicy dzięki nagraniu wystąpienia będą mogli sami ocenić swoje błędy. Pan Maurycy Seweryn pokaże jak je wyeliminować. Każdy uczestnik otrzyma informację zwrotną na temat swojego systemu komunikacji i indywidualny zestaw ćwiczeń.

Po tym szkoleniu uczestnicy stwierdzą, że wystąpienia nie są trudne, niezależnie od tego, czy jest to posiedzenie zarządu, spotkanie z mieszkańcami, konferencja, kongres partii, gala i wręczenie nagród, bankiet, targi, czy narada ze współpracownikami. Wystarczy zastosować się do konkretnych zasad i stosować ćwiczenia, które będą podstawą szkolenia.



#### O szkoleniu



Proponowane szkolenie jest 1-dniowe. Program został dopasowany do 12-osobowej grupy. Szkolenie jest „szyte na miarę”. Przed szkoleniem trener poświęca od 3 do 4 godzin na analizę dostępnych w sieci materiałów, nagrań z konferencji i wystąpień publicznych. Dzięki temu już przed przyjazdem do Klienta dopiero wstępnie optymalne ćwiczenia. Plan ten koryguje delikatnie na początku szkolenia po wykonaniu nagrań testowych. Podczas warsztatów każdy z uczestników otrzymuje indywidualny zestaw ćwiczeń, który poprawi zdolności

komunikacyjne w ciągu miesiąca samodzielnych ćwiczeń.

Najlepszą rękojmą jakości są opinie Klientów. Można znaleźć je na:

[Seweryn Szkolenia – Wystąpienia publiczne, mowa ciała, szkolenia z prezentacji.](#)

#### Informacje organizacyjne

**Uczestnicy**

grupa maksymalnie 12 -osobowa

**Lokalizacja**

komfortowa i sprawdzona sala w centrum konferencyjnym

**Cena:**

950 zł netto

Przy zgłoszeniu 2 osób cena jednostkowa to 850 zł netto

Przy zgłoszeniu 3 osób cena jednostkowa to 750 zł netto

## Trener



### MAURYCY SEWERYN

- Jest zaliczany do 3 najlepszych specjalistów ds. wystąpień publicznych w Polsce.
- Wykładowca MBA w Administracji na Uczelni Łazarskiego oraz w 2 innych uczelniach na studiach podyplomowych.
- Zrealizował ponad 2400 szkoleń.
- Zanim 12 lat temu zaczął szkolić, wykonał ponad 6000 wystąpień publicznych
- Stworzył System „Skutecznego Treningu Prezentera”.
- Jest autorem podręcznika nt. werbalnych technik

przemawiania pt. „Wystąpienia publiczne”

- W latach 2012-2014 przeprowadził badania na temat postrzegania sygnałów komunikacji niewerbalnej przez Polaków. Dzięki temu jego system ćwiczeń jest bardzo skuteczny i dopasowany do polskich odbiorców. W 2017 roku wznowił badania.

#### Doświadczenie zawodowe

- **FIRMY** Pracę zaczął 30 lat temu, jeszcze przed studiami, na niskich stanowiskach – sprzedawcy, asystenta, potem specjalisty. Po studiach został kierownikiem projektu. Potem pracował jako dyrektor ds. sprzedaży, kierownik ds. kluczowych klientów, dyrektor ds. komunikacji społecznej a od 12 lat prowadzi firmę szkoleniową.
- **ADMINISTRACJA** Przeszedł drogę od stanowiska podreferenta w Centrum Informacyjnym Rządu, przez starszego specjalistę w Sekretariacie MSWiA do wiceburmistrza w Warszawie.
- **SAMORZĄD.** Rozumie samorządowców - sam 3 razy wygrał wybory na radnego w Warszawie.
- **RZECZNIK.** Był rzecznikiem byłego Marszałka Sejmu – Pana Marka Borowskiego. Był rzecznikiem prasowym Polskiego Związku Działkowców oraz PR managerem RAGE RACE 2010 i w SEKA S.A.
- Jest absolwentem Wydziału Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego i stypendystą Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu Humboldta w Berlinie. Był doktorantem w Katedrze Zarządzania WSPiZ im. Leona Koźmińskiego.

## PROGRAM SZKOLENIA:

<p>10.00 – 12.00</p>	<p><b>BLOK I</b> <b>Budujemy pewność siebie - warsztaty z kamerą</b></p> <p><b>Każdy się stresuje. W tym bloku uczestnicy dowiedzą się, jak czasowo ukryć treść, aby po miesiącu drobnych ćwiczeń całkowicie ją wyeliminować.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Po czym publiczność poznaje treść.</li> <li>• Zakłócenie ruchu i motoryki podczas prezentacji:</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- drżenie dłoni i głosu.</li> <li>- suchość w ustach.</li> <li>- kontrolowanie mięśni – drżenia lub nadmiernego spięcia.</li> </ul>
----------------------	---



12.00 – 12.15	<b>Przerwa</b>
12.15-13.45	<p><b>BLOK II</b> <b>Mowa ciała mówcy.</b></p> <p><b>W czasie warsztatów zbuduję <u>indywidualny szkielet prezentera</u> u każdego uczestnika. Dopiero na nim będę dobudowywał elementy dopasowane do zawodu, stanowiska, branży i oczekiwań publiczności.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Postawa</li> <li>• Poziomy gestykulacji</li> <li>• Gestykulacja podczas prezentacji – PAKIET 3-go POZIOMU</li> <li>• Styl gestykulacji a motywowanie prezentacją.</li> <li>• Emocje mówcy w ruchach ciała – kinezyka.</li> <li>• Poruszanie się w przestrzeni prezentacji.</li> <li>• Zachowania wzrokowe</li> <li>• Sygnały niepewności.</li> <li>• Sygnały kłamstwa.</li> <li>• Sygnały stresu.</li> <li>• Gesty pewności siebie.</li> <li>• Gesty uzupełniające słowa.</li> </ul>
13.45–14.30	<b>Dłuższa przerwa dla uczestników</b>
14.30–16.00	<p><b>BLOK III</b> <b>ZŁOTE USTA</b></p> <p><b>Magia głosu</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ustalenie kompetencji komunikacyjnych w oparciu o jakość głosu.</li> <li>• Ćwiczenia przed wystąpieniem publicznym.</li> <li>• Prawidłowa emisja głosu.</li> <li>• Tempo mówienia i inne walory głosu – ich wykorzystanie do skutecznego prezentowania.</li> <li>• Głos perswazyjny – praca nad barwą głosu i jego siłą, modulacją, artykulacją i akcentem.</li> <li>• Sztuka władania pauzą jako narzędzie oddziaływania na słuchaczy.</li> </ul> <p><b>Magia słów</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 8 ciekawych wstępów, które przyciągną uwagę publiczności</li> <li>• Retoryka. Jak spowodować, aby słuchali i rozumieli o co mi chodzi? Zastosowanie w praktyce: <ul style="list-style-type: none"> <li>- pytania do audytorium.</li> <li>- pozytywnego szoku i zainteresowania zaskakującą informacją.</li> <li>- historii opisującej przeszłość lub przyszłość</li> <li>- anegdoty</li> <li>- cytatu i przykładu znanych ludzi</li> <li>- analogii, porównań i przenośni <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sztuka opowiadania historii</li> <li>• Na zakończenie... 4 ciekawe zakończenia, po których usłyszysz oklaski.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

