SZKOLENIE

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 partnerami, 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:



Szkolenie jest 1-dniowe. Program został dopasowany do 10-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 uczestników. Dzięki temu już przed szkoleniem dobiera wstępnie optymalne ćwiczenia. Plan ten koryguje delikatnie podczas szkolenia po wykonaniu nagrań testowych. Podczas warsztatów każdy z uczestników otrzymuje indywidualny zestaw ćwiczeń, który podniesie zdolności komunikacyjne na jeszcze wyższy poziom.

Atutem szkolenia jest doświadczony trener – Pan Maurycy Seweryn, który wykonuje je w autorskim Systemie Skutecznego Treningu Prezentera. W ciągu 15 lat pracy jako trener wykonał ponad 3000 szkoleń. Szkoli na bazie własnych badań nt. mowy ciała i przemawiania oraz w oparciu o własne doświadczenia - zanim zaczął uczyć mówców sam wykonał ponad 6000 wystąpień publicznych.

Najlepszą rękojmią jakości są opinie Klientów. Można znaleźć je na naszej stronie:
https://sewerynszkolenia.pl/#opinie

TRENER: MAURYCY SEWERYN



- Jeden z 3 najlepszych ekspertów w Polsce ds. wystąpień publicznych i mowy ciała.
- Trener od 16 lat. Wykonał 3300 szkoleń. Prezes Seweryn Szkolenia. Zanim zaczął szkolić wykonał ponad 6000 wystąpień publicznych.
- Był rzecznikiem byłego Marszałka Sejmu – Pana Marka Borowskiego. W latach 2000-2004 rzecznik Polskiego Związku Działkowców. Promował SEKA S.A. i RAGE RACE.
- Praktyk z doświadczeniem w urzędzie. Zaczął w 1998r. od podreferenta w CIR Kancelarii Premiera a skończył jako radny (3 kadencje) i wiceburmistrz w Warszawie.
- Autor książek: „Wystąpienia publiczne. Podręcznik praktyczny", „Mowa ciała mówcy" i „Jak wygrać wybory samorządowe". Twórca Systemu Skutecznego Treningu Prezentera.
- Wykładowca MBA i na 2 studiach podyplomowych
- Absolwent Wydziału Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego. Stypendysta Uniwersytetu Humboldtów w Berlinie. Były doktorant w Katedrze Zarządzania WSPiZ im. Leona Koźmińskiego. Absolwent Krajowego Centrum Edukacji Europejskiej i Studium Stosunków Międzynarodowych. Ukończył IV Szkołę Liderów Fundacji Szumana.

PROGRAM SZKOLENIA:

10.00 – 11.30	BLOK I Budujemy pewność siebie - warsztaty z kamerą **Każdy się stresuje. W tym bloku uczestnicy dowiedzą się, jak ukryć i wyeliminować tremę.** • Po czym publiczność poznaje tremę. • Zakłócenie ruchu i motoryki podczas prezentacji: - drżenie dłoni i głosu. - suchość w ustach. - kontrolowanie mięśni – drżenia lub nadmiernego spięcia. 
11.30 – 12.00	Przerwa kawowa
12.00 – 14.00	BLOK II Mowa ciała mówcy. **W czasie warsztatów zbuduję indywidualny szkielet prezentera u każdego uczestnika. Dopiero na nim będę dobudowywał elementy dopasowane do zawodu, stanowiska, branży i oczekiwań publiczności.** • Postawa • Poziomy gestykulacji • Gestykulacja podczas prezentacji – PAKIET 3-go POZIOMU • Styl gestykulacji a motywowanie prezentacją. • Emocje mówcy w ruchach ciała – kinezyka.

	• Poruszanie się w przestrzeni prezentacji. • Zachowania wzrokowe • Sygnały niepewności. • Sygnały kłamstwa. • Sygnały stresu. • Gesty pewności siebie. • Gesty uzupełniające słowa.
14.00 – 15.00	Przerwa obiadowa
15.00 – 16.00	BLOK III. ZŁOTE USTA Magia głosu • Ustalenie kompetencji komunikacyjnych w oparciu o jakość głosu. • Ćwiczenia przed wystąpieniem publicznym. • Prawidłowa emisja głosu. • Tempo mówienia i inne walory głosu – ich wykorzystanie do skutecznego prezentowania. • Głos perswazyjny – praca nad barwą głosu i jego siłą, modulacją, artykulacją i akcentem. • Sztuka władania pauzą jako narzędzie oddziaływania na słuchaczy.  Magia słów • 8 ciekawych wstępów, które przyciągną uwagę publiczności • Retoryka. Jak spowodować, aby słuchali i rozumieli o co mi chodzi? Zastosowanie w praktyce: - pytania do audytorium. - pozytywnego szoku i zainteresowania zaskakującą informacją. - historii opisującej przeszłość lub przyszłość - anegdoty - cytatu i przykładu znanych ludzi - analogii, porównań i przenośni • Sztuka opowiadania historii • Na zakończenie... 4 ciekawe zakończenia, po których usłyszysz oklaski.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE:

Miejsce szkolenia: Warszawa
Termin szkolenia: 16 grudnia 2026
Koszt uczestnictwa:

Pakiet I	Pakiet II	Pakiet III
• Udział w szkoleniu • Materiały poszkoleniowe w formie elektronicznej • Certyfikat ukończenia szkolenia	• Udział w szkoleniu • Materiały poszkoleniowe w formie elektronicznej • Certyfikat ukończenia szkolenia ✓ Książka „Wystąpienia publiczne” ✓ Książka „Mowa ciała mówcy”	• Udział w szkoleniu • Materiały poszkoleniowe w formie elektronicznej • Certyfikat ukończenia szkolenia ✓ Książka „Wystąpienia publiczne” ✓ Książka „Mowa ciała mówcy” ☑ Konsultacja indywidualna (w uzgodnionym terminie optymalnie 2-4 tygodnie po szkoleniu, online, 30 minut)
1300 zł netto	1500 zł netto	2500 zł netto