



Bliv bibliotekar eller
cand.scient.bibl.

BF's Mentornetværk

Arrangementer

Præsentationsteknik

BF's JobWorkshop

Dit første job - gå-hjem-
møde

Karriereudvikling for
konsulenter i staten

Nyt job

Karrierecoaching for
nyuddannede

Karriererådgivning

Få tjekket din ansøgning

Ledighed

Efteruddannelse

Ambassadører i BF

Bibliotekarforbundets tilbud til
biblioteksledere

Præsentationsteknik

Bliv bedre til at undervise, holde oplæg eller blot at tage ordet i en større forsamling gennem simple teknikker.

Kender du det? Du er velforberedt, du ved hvad du vil sige, du har øvet dig derhjemme, men som dagennærmer sig, bliver du mere og mere nervøs. På selve dagen er dine håndflader svedige, du er tør i halsen og har det lidt influenza-agtigt. Du har mest af alt lyst til at melde dig syg, løbe den anden vej, og du ønsker bare, at du aldrig havde sagt ja.

Forhåbentligt står det ikke helt så slemt til, men rigtig mange lider af præstationsangst, og for nogen er det så slemt, at det hindrer dem i at udføre deres job eller de opgaver, de brænder for.

At undervise, holde oplæg eller blot at tage ordet i en større forsamling kan være angstprovokerende for mange, men det kan læres. Med simple teknikker og viden om kropssprog, stemmeføring osv., kan man lære at blive bedre – og måske ligefrem at nyde det.

Undersøgelser viser, at ordet vejer under 7 %, stemmeføring og kropssprog udgør de resterende 93% for tilhørernes opfattelse af budskabet. Derfor er det også vigtigt, at man forbereder sig på andet end ordene i oplægget.

På workshoppen vil vi arbejde med:

- stemmeføring
- at levere budskabet
- at forstå og udvikle vores kropssprog
- teknikker til at tackle stress og nervøsitet

Arrangementet er åbent for alle BF's medlemmer

Hurtige genveje

Vælg genvej...

Vælg emne...

DEL DIN VIDEN



[Del Din Viden](#) er dit forum for videndeling på bibliotekspressen.dk.

SHARE