

Bliver dine budskaber hørt?

Giver jobsamtalen, lønforhandlingen eller fremlæggelsen på næste personalemøde dig hjertebanken og fugtige håndflader? I en ny bog indvier skuespilleren Berrit Kvorning os i kunsten at blive set, hørt og husket for vores præsentationer.

Af Lene HalmøTerkelsen

Forestil dig et rum fuld af tilhørere. Alles øjne er rettet mod dig. Undtagen selvfølgelig lige dem, der tjekker deres mobiltelefon eller spejder længselsfuldt ud af vinduet i utilsløret mangel på interesse for dit oplæg. Du rømmer dig. Mon computeren overhovedet fungerer, så din Powerpoint-præsentation virker? Glemmer du noget? Siger noget pinligt eller er kedelig?

Hvis scenariet virker bekendt, er du ikke alene, fortæller skuespilleren Berrit Kvorning, der har undervist hundredvis af mennesker i at tage ordet og få sagt det, de ønsker, ved den afgørende jobsamtale, kundepræsentation el-



Skuespilleren Berrit Kvorning har skrevet en bog om at levere overbevisende mundtlige præsentationer, og én af hendes vigtigste pointer er, at vi skal forberede os grundigt på det stof, vi skal tale om.
Foto: Lisbeth Holten

ler personalemøde. Nu er hun aktuel med bogen »Bliv set - hørt - husket«, der giver en række konkrete råd til, hvordan man præsenterer sine budskaber på den bedst mulige måde, og hendes vigtigste pointe er, at man skal have gjort sit forarbejde grundigt.

- Du skal kende dit stof og dit publikum. Den gode præsentation tager

nemlig udgangspunkt i modtageren. Hvad giver værdi for ham eller hende at vide? Der skal du starte i stedet for at planlægge efter, hvad du selv har lyst til at fortælle.

Styr på starten

De fleste frygter allermost begyndelsen og slutningen af deres præsentation. Snubler man

allerede i indledningen - og bliver pointen slået fast til sidst? Netop derfor er det afgørende at kunne sit første og sidste minut uden ad, forklarer Berrit Kvorning.

- Hvis man virkelig har øvet sig, så man i søvne kan starte med: »Ved denne her MUS-samtale vil jeg gerne fortælle dig, hvad jeg er glad for, og hvad jeg gerne vil foreslå

for at kunne blive mere effektiv«, så er man allerede godt i gang, og tilhøreren er sporet ind på indholdet.

Når jobsamtalen eller oplægget nærmer sig, mærker de fleste pulsen banke lidt hårdere, og vi bliver anspændte. En fornemmelse, mange frygter og derfor kæmper imod, men faktisk skal vi glæde os over

lampefeberen, hævder Berrit Kvorning.

- Nervøsiteten får os til at gøre os umage. Vi bliver hurtigere og kan springe lidt højere, når vi er spændte, og derfor skal vi sørge for at omforme nervøsiteten til forventning. Det værste man kan gøre er nemlig at sige: Du må ikke være nervøs. Hjernen forstår simpelthen ikke udtryk-

BERRIT KVORNING

**BLIV
SET
HØRT
HUSKET**

EN HÅNDBOG OM AT 'VÆRE PÅ'

Bliv set - hørt - husket. Foto: Forlaget Jensen og Dalgaard

FAKTA

Tips til en bedre fremlæggelse:

- Forbered dig.
- Øv det første og sidste minut, så du kan det udenad.
- Medbring gerne noter. Stikord (skrevet med store typer) og evt. tidsplan.
- Træn, træn, træn. Sig ordene højt for din ven eller ægtefælle. Bed om, at din tilhører stiller de spørgsmål, du kan forvente at få, og bed om konstruktiv kritik, dvs. ros og evt. forslag til forbedringer. Negativ feedback fremmer ikke din præstation.
- Vær tydelig. Både i tanke, ordvalg og udtale.
- Vær en god GPS. Hvis modtageren ikke forstår dig, så må du gå en anden vej. Det er dit ansvar at blive forstået.

- Visualisér situationen positivt.

■ Tænd ilden. Hvis du ikke brænder for det, du taler om, kommer tilhøreren heller ikke til det. Du behøver ikke at være et kæmpe bål, men du skal have en glød.

■ Genbrug dine erfaringer. Lav en logbog over, hvad der gik godt og skidt, når du går fra mødet og brug det til at forbedre din næste præstation.

Det skal du spørge dig selv om inden din fremlæggelse:

- HVEM skal jeg tale til?
- HVAD skal vi tale om?
- HVORFOR skal vi tale om det? Dvs. hvad er værdien for tilhøreren?
- HVORDAN skal materialet præsenteres?
- HVORNÅR? (tid og varighed for mødet)
- HVOR finder mødet sted?

ket »ikke«, og derfor tænker du pludselig kun på, hvor nervøs du er.

Kroppen er en stor del af din kommunikation, men i modsætning til, hvad man skulle tro, er for eksempel korslagte arme ikke partout bandlyst, fastslår Berrit Kvorning.

- Hvis du er typen, der i øvrigt virker interesseret og nærværende i situationen, så skal modparten nok læse dig rigtigt - ligegyldigt om du har korslagte arme eller ej. Når det gælder kropssprog er det vigtigste på forhånd at overveje, hvad der skaber den bedste forbindelse mellem dig og dit publikum. Hvis man for eksempel er den urolige type, hvor hænderne flager, så kan det være, man skal beslutte sig for at holde omkring en kuglepen og fokusere på at have fødderne i jorden, mens samtalen ellers oplægget varer, fordi det hjælper én til at være i ro.

Giv eksempler

Næste kunst er at balancere mellem det in-

formerende og underholdende. De tørre facts skal illustreres med konkrete eksempler, små anekdoter og genemtænkte metaforer for at vinde tilhørerens forståelse.

- Og man kan også sagtens bruge et billede fra hverdagen til MUS-samtalen, når man skal forklare chefen, hvorfor man ikke kan presses yderligere. Det kunne for eksempel gøres ved at sige: »Jamen, det er jo ligesom i produktionsgangen, hvis vi prøver at lave 600 styk i stedet for de 500, produktionsystemet er gearret til. Så bryder det sammen. På samme måde kan jeg heller ikke tage nye opgaver ind, før jeg har gjort de andre færdige.«

Drop vitserne

Sjove mennesker gør indtryk, så skal man ikke forsøge sig med en vits, et par ironiske bemærkninger eller sarkasme? Nej, mener Berrit Kvorning. Ikke med mindre man kender sit publikums eller chefens sans for humor ét hundrede procent og ved

præcis, hvad der udløser latter.

- Der er nemlig stor risiko for, at tilhøreren ikke fanger vitsen eller ironiens dobbeltsignal, og man derfor hægter publikum af, forklarer Berrit Kvorning, som hævder, at alle - også de indadvendte, undseelige og kejtede kan lære at levere budskabet på en måde, så de bliver set, hørt og husket.

- Folk tror, at vi skuespillere bare elsker at stille os op og tage ordet

foran en stor forsamling, men mange er faktisk dybt generte og introverte. Sagen er, at vi har gjort vores forberedelse. Vi kan vores tekst, og vi har tænkt over, hvordan den skal leveres.

»Bliv set - hørt - husket«
udkommer 7. maj på forlaget Jensen & Dalgaard. Vejl. pris 245 kr.
www.set-hort-husket.dk

BLÅ BOG

☒ Berrit Kvorning er uddannet skuespiller fra Statens Teaterskole i 1974 og har senere videreuddannet sig som bl.a. voksenunderviser og Life- og Business Coach.

☒ Kendt fra en række roller på teater og i film og tv.

☒ Har siden 2001 desuden drevet firmaet Kvorning Kommunikation, der rådgiver bl.a. virksomheder og offentlige organisationer i god og klar kommunikation.

☒ www.berritkvorning.com

STILLINGER

Forkanten i Haslev udvider igen og søger pr. 1.6.2014 - 3 erfarne specialpædagoger til 37 timer ugentligt.

Læs stillingsopslag på vores hjemmeside www.forkanten.dk

Ansøgningsfrist: 23. april 2014 kl. 12.00



Faglærer til vores fotolinje "Det virtuelle Værksted"

Vi er inde i en rivende udvikling og har besluttet at give vores linje Det Virtuelle Værksted et 360 graders eftersyn. Vi søger derfor ny faglærer som fremadrettet skal sikre de mange spændende aktiviteter på linjen.

For at komme i betragtning skal du have indgående kendskab til fotografering med DSLR kameraer med tilhørende fototeknik udstyr. Hertil fordres kendskab til Panorama, HDR og 360 graders fotografering, med efterfølgende redigering, produktion og publicering. Da linjens primære fokus er forankret omkring projektet Det Virtuelle Næstved, vil der som en naturlig del indgå webrelateret arbejde hvorfor kendskab hertil er en absolut fordel.

Vi ser gerne du er en haj til Adobe's relevante softwareprodukter, og vi bruger Photomatix til HDR samt Autopano Giga til vores 360 graders produktioner.

Med disse kvalifikationer skal vi nok hjælpe dig på vej til at blive den gode holdleder vi søger.

Vi tilbyder:

- En god, velfungerende og til tider kaotisk arbejdsplads med engagerede kolleger
- En spændende og uforudsigelig hverdag i samarbejde med unge mennesker
- Et job, hvor ideer kan gøres til virkelighed og hvor frihedsgrad og ansvar går hånd i hånd.

Vi forestiller os:

- At du har en relevant faglig og praksisfunderet kompetencebaggrund
- At du brænder for dit arbejde og at du har lyst til at engagere dig i unge mennesker, som har brug for en hjælpende hånd, for at komme videre
- At du kan sætte grænser og være en troværdig rollemodel
- At du har humoristisk sans.

Løn- og ansættelsesforhold:

Stillingen er fuldtids og ansættelse sker i henhold til overenskomst mellem LC og Finansministeriet og organisationsaftale for ledere og lærere ved produktionsskolerne. Lønplacering sker på skalatrinnene 29-39.

Tiltrædelse:

Ansættelsessamtaler afholdes den 29. april med ansættelse snarest muligt efter aftale.

Ansøgning:

Ansøgning stiles til NUCP, Tøstokvej 5, 4700 Næstved og skal være skolen i hænde med post eller mail (kj@nucp.dk) senest tirsdag den 22. april 2014.

Yderligere oplysninger fås ved henvendelse til viceforstander Peter Finsen på tlf. 55 73 21 27.

Se også skolens hjemmeside: www.nucp.dk

Næstved Unge Center og Produktionsskole er et tilbud til unge under 25 år, som ikke har gennemgået en ungdomsuddannelse. Skolen er en selvstændig institution under Undervisningsministeriets tilsyn. Skolen tilbyder et utraditionelt undervisningsmiljø, hvor målet er faglig, personlig og social udvikling. Pædagogikken er produktionsbaseret og skolen tilbyder individuelle forløb indenfor en række håndværks- og kreative fag.

OFFICIELLE STILLINGER



KØGE KOMMUNE

Vor Frue Skole i Næstved søger biologilærer

Vor Frue Skole søger hermed en lærer på fuld tid med tiltrædelse pr. 1. august 2014.

Da vi ikke ønsker at afslutte fagfordelingen, før vi kender vores nye kollega, kan de fleste fagområder have interesse. Det vil dog være en betingelse, at man kan undervise i biologi, samt at man har afsluttet læreruddannelsen

Vor Frue Skole er en katolsk privatskole med 440 elever og 30 lærere. Skolen lægger vægt på et højt fagligt niveau i undervisningen og et konstruktivt arbejdsmiljø for såvel lærere som elever. Skolen er et tilbud for både katolske og ikke-katolske elever.

Hvis dette har vakt interesse, vil det være en god idé at henvende sig til skoleleder Søren Vilstrup på 55 73 03 48 eller 30 36 19 33 for nærmere oplysninger. Du kan også søge oplysninger om skolen på www.vorfrueskole.dk.

Ansættelse sker i henhold til overenskomst mellem Finansministeriet og LC.

Ansøgningen sendes til Vor Frue Skole, Præstøvej 29, 4700 Næstved.

Ansøgningsfristen er den 29. april.

FØLG NYHEDERNE
- Se alle billederne

