

"Na de in 2011 gevolge Presentatietraining (DLP) ontstond bij mij steeds meer de behoefte om de geleerde technieken voor het houden van een presentatie verder uit te bouwen op het gebied van interviewen en bij het optreden als woordvoerder c.q. presentator.

De Media- en Interviewtraining bij Pauline bood mij hiertoe de gelegenheid. Het op mijn wensen afgestemde trainingsprogramma was uitstekend; de motivatie van Pauline als trainer in de 1-op-1 sessies eind 2012/begin 2013 deed de rest. Terugkomen in Loenen a/d Vecht voelde vertrouwd aan; de omgeving en Pauline leveren een bijdrage aan het versterken van je zelfvertrouwen en daardoor ga je ervoor!

Beide trainingen (DLP en de Media-/interviewtraining) hebben mij ertoe gebracht om "een checklist à la een soort 10 geboden" op te stellen. Deze checklist -door Pauline tot de 10 DLP geboden omgedoopt- is mijn leidraad geworden bij en in de voorbereiding op het doen van presentaties, het presenteren van bijeenkomsten en bij het optreden als woordvoerder.

Hieronder zie je mijn 10 DLP geboden. Het heeft niet alleen mij geholpen, dus doe er je voordeel mee!

Pauline, dank voor je gedrevenheid en voor het in mij gestelde vertrouwen.

Hans le Pair, sr. beleidsadviseur
bij G.Z-H te Schiedam."

"10 geboden" DLP presentatie- en mediatraining.

1. BIAAR > Bewustwording, Inzicht, Acceptatie, Actie, Reflectie;
2. presenteren en reageren vanuit je gevoel/buik, inleving;
3. houding, stabiliteit, oogcontact en ademhaling;
4. denken tijdens stiltes en deze benutten voor ademhaling;
5. vragen laten "indalen", geen uh's daardoor en geen lucht weg;
6. nadenken in pauzes via 'wegkijken' en terugkomen;
7. opgewekt kijken, non-verbale communicatie en -ondersteuning;
8. immer voorbereiding, locatie-, beeld- en geluidscheck etc.
9. wat wil je bereiken (brengen), wat wil ander hebben (halen);
10. altijd pogen perspectief te bieden.