

Inleiding

Voor jou als professional is het van belang dat je vakkundig kunt presenteren. Dat begint wellicht met jezelf introduceren op een bijeenkomst of het geven van een workshop. Later kan dit uitgroeien tot het geven van trainingen of lezingen. Hierbij helpt het als je weet hoe je je verhaal opbouwt en welke onderdelen je kunt toevoegen om er een lopend geheel van te maken. Zodat mensen jouw verhaal niet snel zullen vergeten en ze echt overgaan tot actie. Hiermee laat je je visitekaartje achter bij je gehoor.

Of je nu zelf een workshop of cursus organiseert met open inschrijving. Of dat je wordt gevraagd voor een training of lezing. In dit boek lees je welke stappen er nodig zijn om tot een aantrekkelijke presentatie te komen, die aanzet tot actie. De aangedragen werkvormen kun je zowel in je trainingen gebruiken, als bij individuele begeleiding!

Dit boek biedt je kennis, praktische tips, voorbeelden en checklists die je helpen je training op te bouwen. Ook vind je hier een ruime keuze aan creatieve werkvormen voor een actieve en aantrekkelijke presentatie. In totaal staan er 101 werkvormen in dit boek, met nog eens 60 variaties daarop. Veel werkvormen bedacht ik zelf of mocht ik zelf meemaken als deelnemer in een training. Andere zijn variaties op bekende werkvormen.

Ik schreef dit boek, omdat ik collega's wil inspireren om een effectieve training neer te zetten. Bovendien wil ik al mijn ervaring en mijn schat aan verzamelde werkvormen graag met jou delen!

In de benen

20. Warming up Quiz

Personen	Oneindig
Duur	5 - 10 minuten
Nodig	Beamer
Organisatie	Plenair

Een actieve werkvorm met stellingen waar deelnemers het mee eens of oneens kunnen zijn. Laat, als daar ruimte voor is, deelnemers die het eens zijn met deze stelling naar rechts lopen. Deelnemers die het oneens zijn mogen naar links lopen. Zo krijg je een mooi overzicht van wie zich kan vinden in deze stelling en wie niet. Soms geeft dit al reacties in de groep of vraag iemand om een toelichting. Ga hierna door naar de volgende stelling. Behandel zo ongeveer 10 stellingen waarna de deelnemers weer mogen gaan zitten.

In een kleinere ruimte kun je deelnemers die het eens zijn, laten staan en die het oneens zijn, laten zitten.

Voorbeelden van bruikbare stellingen:

- Ik heb vaak het gevoel in de hoogste versnelling te staan
- Ik heb graag alles onder controle
- Mijn hoofd loopt soms over
- Ik doe vaak alles tegelijk

Of voor een training over e-mail, bijvoorbeeld:

- Ik heb meer dan 20 e-mailberichten in mijn inbox staan (gelezen + ongelezen)
- Ik heb minstens eens per week mijn inbox leeg
- Ik ben meer dan een uur per dag kwijt aan mijn e-mail

een



Voorbeeld van
sheet met een
stelling:

Variatie: Maak een quiz met twee plaatjes per sheet. Bijvoorbeeld: Ben jij een

- Ochtend- of avond mens (plaatjes van ochtend en avondkrant)
- Snelrein of diesel
- Haas of slak
- Onbezonnen doener of bedachtzame denker
- Geconcentreerd of makkelijk afgeleid
- Doel vaste werker of hopper

Variatie: Heel modern is stemmen met smartphone over stellingen of voor multiple choice vragen.

50. Ik ga op reis...

Personen	< 20
Duur	10 minuten

Nodig

Organisatie	Plenair
--------------------	---------

Iedereen kent het spelletje 'ik ga op reis en ik neem mee' waarin de deelnemers elkaar aanvullen in wat ze mee op reis nemen. Je kunt er, naar gelang het onderwerp van je training, een eigen draai aan geven:

- Ik op reis en ik neem mee... (mijn meest waardevolle spullen)
- Ik ga opruimen en ik doe weg...
- Ik wil rust en ik laat los... (alles waarover je niet meer wilt piekeren of wat je niet meer wilt doen)
- Ik ga een planning maken en ik heb nodig... (takenlijst, agenda, klok, Outlook, overzicht, prioriteiten, collega's...)

51. Elfje maken

Personen	< 20
Duur	15 minuten
Nodig	Papier
Organisatie	Individueel

Een elfje is een gedicht(je) van elf woorden, verdeeld over 5 regels. Elfjes geven vaak pakkend de kern van een onderwerp weer. De eerste regel heeft een woord, de tweede twee enz. De vijfde regel heeft weer een woord en bevat een samenvatting van het geheel.

Vraag deelnemers een elfje te maken over één van de behandelde onderwerpen.
Bijvoorbeeld:

Loslaten
Is lastig
Ik wil wel
Maar weet niet hoe
Proberen

Busy
Always busy
Never at rest
I close my eye's
Off

Perfectionisme
Voor mij
Moeilijk te geloven
Niet alles hoeft altijd
Perfect

Variatie: je kunt ook voor een andere dichtvorm kiezen zoals een heiku of een limerick.