

## GAP MÉDIA TÉNINGEK

Tréningjeink hatékonyságának és eredményességének kulcsa a több évtizedes tapasztalat nyújtotta szakértelem. Egyéni és csoportos tréningjeinket ajánljuk mindenkinek, aki professzionális kommunikátorra szeretné válni. személyes konzultáció keretében mérjük fel ügyfeleink igényeit, hogy tréningjeinket minden esetben a partnereink céljának megfelelő konstrukcióban kínáljuk.

Egyedi ajánlatunkért forduljon hozzánk bizalommal!

## KOMMUNIKÁCIÓS TRÉNING

Tréningünk során a sikeres, hatékony kommunikáció technikáját sajátítják el résztvevőink, magasabb szintre fejlesztve saját kommunikációs és beszédtechnikájukat. A képzés befejeztével képes lesz minden kommunikációs helyzetet eredményesen kezelni, saját hitelességét megszilárdítani, megőrizni.

### Tematika:

- A kommunikáció alapvető elve, céljai meghatározása
- Az üzenet megfogalmazás technikája
- A verbális és nonverbális kommunikáció
- Egyéni kommunikációs stílusunk meghatározása
- Megjelenés/öltözködés alapelvei
- Megszokottól eltérő kommunikációs helyzetek kezelése
- Együttműködési hajlandóság
- Rögtönzés fontossága
- Passzív és agresszív (támadó) kommunikáció jellemzői, elsajátítása
- Az érzelmek fontossága, azok helyes kezelése

## MÉDIA TRÉNING

Kemény, pikírt, támadó kérdések az egyik oldalon, kétségbeesett, zavarba jött alanyok a másik oldalon. Olyan ez, mint egy macska – egér játék. De ki szeretne egér maradni? Senki! Ahhoz azonban, hogy ne Önnel „játsszanak”, meg kell ismernie, majd tökéletesen hasznosítania a játékszabályokat. Általánosságban véve egy klasszikus riport helyzetben mindig akad egy vesztes. Ez többnyire a riportalany. Amit ügyfeleim a tréning után megtanulnak: hatásos, hiteles és eredményes nyilatkozás.

### Tematika:

- Sajtóműfajok sajátosságának megismerése
- Felkészülés a médiában való szereplésre (nonverbális kommunikáció, megjelenés)
- Különböző riportertípusok bemutatása, helyzetgyakorlatok
- Belső időmérés – hogyan ne vesszünk el a részletekben?
- Személyiségvesztés kikerülése
- Kontextus nélküli tv interjúk – az üzenet pontos megfogalmazása
- Figyelem uralása, közérthetőség
- Stresszkezelés – ellenség vagy barát a kamera?

# PREZENTÁCIÓS TRÉNING

Ezt a tréningünket azoknak ajánljuk, akik szeretnék előadásukat, tájékoztatóikat professzionális szintre emelni úgy, hogy üzenetük megfelelő formában, tartalomvesztés nélkül érjen célt és fejtse ki hatását a hallgatóság körében.

## Tematika:

- A prezentáció típusainak megismerése, elsajátítása
- Stressz oldása, lámpaláz kezelése
- Cél, tartalom, legfőbb üzenet megfogalmazása
- A prezentáció struktúrájának megtervezése, felépítése
- Figyelemmegtartó eszközök használata
- Formai követelmények betartása, időgazdálkodás
- A tér megfelelő betöltése, a színpadi modor elsajátítása
- Szemkontaktus/mimika/testbeszéd/testtartás szerepe, fontossága
- Intonáció fontossága, megfelelő alkalmazása
- A hallgatóság reakcióinak kezelése

# SZÓVIVŐI TRÉNING

A szóvivői tréning résztvevői elsajátítják annak képességét, hogy minden helyzetben hitelesen, a legmagasabb szinten legyenek képesek kommunikálni, képviselni szervezetüket, mindezt úgy, hogy a kamera előtt teljes biztonságban érzik magukat, megnyilvánulásuk magabiztos.

## Tematika:

- Szintfelmérés, kompetenciák vizsgálata
- Céges arculat = a nyilatkozó személyisége
- Műfajismeret
- Interjúk, riportok típusai, előnyök-hátrányok
- Sound bite-ok szempontjai, kockázatai
- Nonverbális kommunikáció fontossága, elsajátítása
- Hatékony időgazdálkodás
- Üzenet megfogalmazása; pontos átadása
- Kamera előtti megjelenés, viselkedés jellemzői, ezek magabiztos elsajátítása
- Médiakapcsolatok kezelése

„Cégek és intézmények első számú vezetői tanulták meg tőlem, hogyan válhatnak hatékony, eredményes és hiteles nyilatkozóvá. Több mint egy évtizedes televíziós és újságírói pályám során szerzett észrevételeim, tapasztalataim motiváltak arra, hogy tudásomat átadjam azoknak a vezető beosztású személyeknek, akik már megtapasztalták a megmérettetés veszélyét és kockázatát.” Kárász Róbert, vezető tréner



**Kapcsolat:** +36 70 366 5005, [kommunikacio@gapmedia.hu](mailto:kommunikacio@gapmedia.hu)