



Pauline van Aken met haar tweede boek.

Foto: Irma Gondrie

## Tweede boek van Pauline van Aken

# Durf, leer en presenteer

Loenen – Onlangs verscheen het tweede boek van Pauline van Aken, bekend als presentatrice, mediatrainer en auteur. Ook in dit boek draait alles weer om communicatie. Gaf zij in haar eerste boek ‘Wat wil je nu eigenlijk zeggen?’ aan wat communicatie eigenlijk allemaal inhoudt, haar nieuwe boek is nog meer een handleiding voor iedereen die (zelfstandig) wil werken aan zijn presentatievaardigheden en persoonlijke ontwikkeling: Durf, leer en presenteer: zet jezelf neer! Geen saaie handleiding, maar een boeiend boek dat laat zien hoe je jezelf optimaal kunt presenteren voor een publiek, of dat nu een zaal vol collega’s is, een klas vol leerlingen of in je dagelijkse leven. Persoonlijk geschreven en vol met ervaringen van o.a. Wendy van Dijk, Sacha de Boer, Hans Wiegel, Aad van de Heuvel en Albert Verlinde. Communicatie saai? ‘Alles draait om communicatie’, aldus Pauline, ‘daar moet je je van bewust zijn.’

### Presenteren kun je leren

Dat het vak presenteren niet op school geleerd wordt, vindt Pauline vreemd, ‘Er wordt in het onderwijs meer belang gehecht aan ingewikkelde sommen, geschiedenisverhalen of natuurkundige formules. Eigenlijk pas in de studietijd wordt er aandacht besteed aan communicatie- en presentatievaardigheden. En dat terwijl het in het leven draait om communicatie, terwijl de kwaliteit van het contact dat we met anderen maken voor een groot deel ons succes in het leven is.’ Voor Pauline staat dit allemaal als een paal boven water en met de grootst mogelijke zelfverzekerdheid draagt ze dit ook uit: presenteren kun je leren. ‘Verdiep je in jezelf, zorg dat je inzicht krijgt in je eigen manier van presenteren en maak veel vlieguren’, zegt ze regelmatig in haar boek. In een zestal hoofdstukken neemt zij de lezer op een persoonlijke wijze mee op een avontuur, dat presentatie heet. Ze schrijft in een gemakkelijk leesbare stijl en, even belangrijk, heeft een herkenbaar verhaal. Ze kent uit erva-

ring de angsten en bezwaren, want wie was nou niet heel gespannen voor een presentatie, zat met buikpijn op het toilet of durfde de reacties van het publiek niet af te wachten? Van Aken voelt met al deze herkenbare ervaringen mee, maar gaat vervolgens een stap verder, want ‘je kunt het’, als je je er maar voor wilt inzetten’. Het boek zit boordevol nuttige tips, inzicht en handvatten, met ervaringen van bekende presentatoren in de praktijk.

### Presenteren van jongsaf aan

Van kinds af aan vond Pauline van Aken het al leuk om zichzelf te presenteren, al bleven de gebruikelijke angsten en spanningen ook haar niet bespaard. Tijdens en na haar studie logopedie en akoepedie is zij zich steeds meer gaan verdiepen in verbale en non-verbale communicatie. Sinds 1992 deelt zij haar kennis met mensen uit de media, het bedrijfsleven en met iedereen die communicatief sterker wil worden: radio- en tv-presentatoren, verslaggevers, advocaten, politici, auteurs en trainers zijn door haar begeleid.

### Presentatie- en Communicatietrainingen

Voor Pauline van Aken is het schrijven over haar ervaringen de logische stap om met de boeken haar inzicht te delen met anderen. Ook haar nieuwe boek is geen studieboek, maar eigenlijk een overtuigend praktijkverhaal. Wie na het lezen van Durf, Leer en Presenteer nog altijd denkt dat communicatie moeilijk is, moet maar eens met Pauline zelf gaan praten, want zij geeft behalve groepstrainingen ook individuele trainingen. Pauline traint met de juiste mix van theoretische kennis en praktijkervaring. Iedere training wordt afgestemd op de behoefte en wensen van de cursist(en). Ze leert je ontspannen en duidelijk en geloofwaardig je boodschap of betoog overbrengen. Durf, Leer en Presenteer, Zet jezelf neer, bewijst dat.

Voor meer informatie:

[www.paulinevanaken.nl](http://www.paulinevanaken.nl)