

Seminar-Nr. 89008

# Individuelles Präsenz-Training – mit Ihren Stärken souverän überzeugen

Termin

Für weitere Informationen melden Sie sich bitte bei den Ansprechpartnern.

Zielgruppe

Obere Führungsebene (dazu gehören z.B. Abteilungsleitungen in Ministerien inklusive ihren Stellvertretungen und Amtsleitungen in nachgeordneten Behörden).

Wenn Sie unsicher sind, ob Sie zur Zielgruppe gehören, fragen Sie uns gerne.

Inhalte

Wie wirke ich auf andere? Wie möchte ich auf andere wirken? Wann bin ich authentisch und wie fühlt sich das an? Wie kann ich meine individuellen Eigenheiten und Stärken besser nutzen?

Mit welchen Mitteln setze ich Akzente, um meine Zuhörer zu fesseln? Wie setze ich meinen Körper und meine Stimme besser ein?

- ***Körperspannung, Körperhaltung, Atmung***
- ***Erkennen und bewusster Einsatz von Körpersprache, Mimik und Gesten***

Wie bereite ich mich für einen öffentlichen Auftritt (z.B. Vortrag oder Interview) vor?

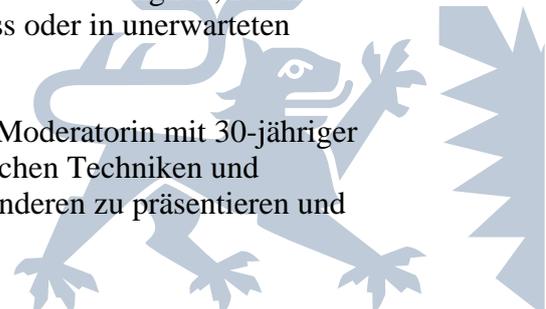
- ***Wohin mit den Händen?***
- ***Gefühl für das richtige Timing (auf Zeit sprechen)***
- ***Umgang mit Blackouts und Versprechern***

Wie gehe ich mit Unsicherheiten, Unvorhergesehenem und Unangenehmem um?

Ziele und Methoden

Um in unserer medialen Gesellschaft erfolgreich zu sein, benötigen wir die Fähigkeit, Ideen und Anliegen souverän und gewinnend zu präsentieren - auch unter Stress oder in unerwarteten Situationen.

In dem Einzeltraining unterstützt Griseldis Wenner - eine erfahrene Moderatorin mit 30-jähriger Berufspraxis – Führungskräfte der oberen Führungsebene mit hilfreichen Techniken und wirkungsvollen Methoden, sich künftig unbefangen und sicher vor anderen zu präsentieren und Ihren Weg zuversichtlich zu beschreiten!



Hauptsächlich geht es um die PRÄSENZ als solche – ob vor einer Kamera, in einem anstehenden Interview, im Arbeitsalltag vor großem Auditorium...überhaupt im zwischenmenschlichen Miteinander.

Es geht darum, die eigene persönliche Ausstrahlung zu erkennen und gezielt einzusetzen, um 1. GESEHEN und damit auch GEHÖRT zu werden und 2. den Gesprächspartner möglichst schnell zu überzeugen und nachhaltig zu beeindrucken. Zudem wird ein besonderes Augenmerk auf die Stimm- und Körperarbeit gelegt – das bringt erfahrungsgemäß jeden dem Ziel ein großes Stück näher, lebendiger, kraftvoller und mit mehr Freude und Lust vor und mit anderen zu agieren.

Zusätzliche Hinweise

Nur buchbar für Beschäftigte der Landesbehörden in Schleswig-Holstein.

Es handelt sich um ein Einzeltraining. Individuelle Themen und Schwerpunkte können vorab mit der Referentin abgestimmt werden. Das Einzeltraining findet an einem Ort Ihrer Wahl statt. Gerne unterstützen wir Sie bei der Suche nach geeigneten Räumlichkeiten.

Referent/-in

Griseldis Wenner, Kommunikationstrainerin und langjährige Moderatorin (ARD, MDR)

Ort

Inhouse

