

Souverän auftreten und gut kommunizieren

Kursangebot für Frauen

Ob im privaten oder beruflichen Umfeld – Sie fühlen sich manchmal unsicher Ihre Botschaften mit Gelassenheit, Sympathie und Überzeugung rüber zu bringen? Oder Sie sind vom Lampenfieber geplagt, weil Sie am nächsten Tag vor einem Publikum sprechen müssen?

Das muss nicht sein!

In unserem Kurs lernen Sie Ihre Inhalte sympathisch, professionell und mit Begeisterung zu vermitteln. Anhand von praktischen Übungen gehen wir dem Zusammenspiel von Körpersprache, Stimme und Sprache auf den Grund und vertiefen damit die Eigenwahrnehmung. Sie lernen die Techniken, wie Sie mutig und souverän vor einem Publikum auftreten und kennen die Wirkung rhetorischer Stilmittel.

So werden Sie mit Freude und Ausstrahlung selbstbewusst überzeugen! Nebst diesen Schwerpunkten behandeln wir Themen wie Umgang mit Lampenfieber, Kleidung, Fragen der Präsentation und Verhalten vor einem Publikum, Umgang mit Störfaktoren usw.

Nutzen:

- Sie werden mutiger, strahlen Selbstbewusstsein und Glaubwürdigkeit aus;
- Sie sind klar, verständlich und fesselnd in Ihren Botschaften;
- Sie zeigen sich und Ihre Kompetenzen, und das mit Freude!
- Sie kennen den Umgang mit Lampenfieber und sind entspannt;
- Sie holen die Menschen ins Boot;
- Sie werden sichtbarer.

Zielgruppe: Nur für Frauen, die ab und an vor einem Publikum sprechen müssen und ihr Auftreten verbessern wollen, oder sich persönlich in den eigenen Kommunikationswerkzeugen weiterbilden möchten.

Teilnehmende: max. 8-10 Personen

Kursleitung: Anne Hody, Mentorin für Körpersprache und Rhetorik CAS sowie Performance-Künstlerin mit über 20jähriger Auftrittserfahrung, Basel

Kosten: nach Vereinbarung

Kurszeit und Ort: nach Vereinbarung

Auf Wunsch werden Kursunterlagen abgegeben