

## Auftritts- und Präsentationstraining

# Klar kommunizieren, begeisternd auftreten

*Fällt es Ihnen in gewissen Situationen schwer ein komplexes Projekt klar, präzise und interessant zu präsentieren? Gelingt es Ihnen nicht immer, überzeugend zu argumentieren? Setzen Sie Ihre Sprache, Stimme und Gestik so souverän ein, dass Ihre Gesprächspartner bzw. Zuhörer auch komplexe Inhalte und die wichtigsten Botschaften richtig verstehen können? Wenn Sie lernen möchten, prägnanter, klarer und überzeugender zu kommunizieren, so ist dieses Intensivtraining genau das Richtige für Sie.*

## Ziele

- Sie kennen die Bedeutung von Gestik, Mimik und Sprache beim Auftreten
- Sie können Reden / Präsentationen strukturieren und dramaturgisch interessant aufbauen
- Sie haben mehr Sicherheit und Ausstrahlung beim Reden und Präsentieren vor kleinen und grösseren Gruppen
- Sie bereiten sich mental und inhaltlich optimal auf Auftritte und Präsentationen vor

## Module

### A. Intensiv-Training: 1 Tag

- Nonverbale Kommunikation und deren Wirkung
- Mentale Stärke bei Auftritten
- Umgang mit Lampenfieber
- Grundsätze der Rhetorik/  
Do's und Don'ts beim Reden halten
- Vorbereiten von Reden und Präsentationen  
mit der ZABA-Methode ©
- Kameratraining und Videoauswertung:  
Kurzreden/Präsentationen halten  
(Kamera-Aufnahmen mit Videoauswertung freiwillig)
- Professionelles Feedback bezüglich Auftrittss-  
und Präsentations-Kompetenz

### B. Follow-up: 1/2 Tag

- Erfolgskontrolle der umgesetzten Ziele in der Praxis
- Vertiefung der Präsentationstechnik  
und Auftritts-Kompetenz
- Kurz-Trainings – auf Wunsch mit/ohne Kameraauswertung
- Anpassen der persönlichen Umsetzungsziele

### C. Auf Wunsch go21go Praxistransfer-Programm

- Beim erfolgreichen Umsetzen Ihrer Ziele für die Praxis hilft Ihnen das bewährte Praxistransfer-Programm go21go. Auf der Online-Plattform von go21go halten sie während 21 Tagen Ihre Erfolge fest – am PC oder über Ihr Smartphone. Zeitaufwand: < 20 Minuten pro Woche.

## **Auftritts- und Präsentationstraining**

# Klar kommunizieren, begeisternd auftreten

### **Zielgruppe**

Referenten, Präsentatoren und Berufstätige, die auftreten, präsentieren oder Reden halten.

Teilnehmeranzahl: 6 - 8 Personen (Kleingruppen und grössere Gruppen auf Anfrage)

### **Persönliche Vorbereitung**

Wir empfehlen Teilnehmenden, sich wie folgt auf das Training vorzubereiten:

- Kurzrede von 2 Minuten (mit oder ohne Stichworte) vorbereiten und mitnehmen
- Oder: Powerpoint-Präsentation vorbereiten, die der Teilnehmer gehalten hat oder halten wird.  
Dauer: max. 5 Minuten und max. 5 Charts.

### **Praxistransfer**

In unseren Trainings legen wir grossen Wert auf kurze, leicht umsetzbare Fachinputs, das gemeinsame Erarbeiten von Inhalten, praxisnahe Simulationen, Best Practice, Erfahrungsaustausch sowie das Erlernen und gleichzeitige Anwenden von Techniken für den erfolgreichen Praxistransfer. Ausserdem verfügen wir über verschiedene wirksame Tools, um die Anwendung des Erlernten in der Praxis wirksam zu fördern.

### **Rhetorik-Trainerteam**



#### **Markus Renevey**

Betriebsökonom FH, Executive Master of Coaching (MAS/FHNW), Geschäftsführender Partner von The Talk Company GmbH, Zürich. Systemischer Coach von Führungskräften und Spitzensportlern. Spezialisiert auf mündliche Kommunikation, Auftrittskompetenz, mentale Stärke, Life Balance, Selbstmanagement und gesundheits- und leistungsorientierte Führung. Mitglied bei der International Coaching Federation ICF und der Schweizerischen Arbeitsgruppe für Sportpsychologie SASP.



#### **Hanna Scheuring**

Ist eidg. dipl. Schauspielerin. Nach der Ausbildung am Konservatorium für Musik und Theater in Bern, spielte sie einige Jahre in Deutschland, am Landestheater Marburg und am Theater Trier. In der Schweiz wurde sie vor allem durch ihre Rolle als «Vreni» in der Sitcom «Fascht e Familie» bekannt. Weiter sah man sie in der Soap «Lüthi und Blanc» und in diversen Schweizer Filmen. Sie steht immer wieder auf der Bühne in verschiedenen Schweizer Theatern und ist auch als Regisseurin und Coach tätig. Dabei unterstützt sie Menschen aus Kultur und Wirtschaft in deren Auftrittskompetenz.

*Das Intensiv-Training kann mit Gruppen, Teams und Einzelpersonen an einem oder zwei Tagen durchgeführt werden. Individuelle und massgeschneiderte Trainings auf Anfrage.*