

# **RHETORIK COACHING**

Professionell und motivierend vortragen

## **Ziele:**

Dieses Intensivtraining in einer Kleinstgruppe verbessert die Wirkung der eigenen Stimme, Sprache und der eigenen Persönlichkeit ganz entscheidend: Sie trainieren spezielle Wirkungsmittel der Rederhetorik und erlernen Techniken, die Aufmerksamkeit und das Verständnis der Zuhörer gezielt zu erreichen. Die individuelle Beratung feilt an Ihrem Auftreten und erhöht Ihre persönliche Sicherheit und Ausstrahlung. Die Inhalte werden in Absprache mit Ihnen individuell für Sie erstellt:

## **Inhalte:**

### Lampenfieber produktiv nutzen

- der Umgang mit der Aufregung vor "dem Auftritt"
- gezielte körperliche und mentale Entspannungstechniken

### Ich spreche mit dem ganzen Körper

- Training der Atem-, Stimm- und Sprechtechnik
- Heiserkeit ade
- Einsatz und Wirkung von Körpersprache und Sprechdynamik

### Von der Einleitung zum Redeziel

- Aufbau und Gliederung wirksamer Reden und Wortbeiträge
- Gestaltung und Einsatz erfolgreicher Statements
- Grundlagen überzeugender Argumentation

### Wie fasziniere ich meine Zuhörer?

- Training der sprachlichen Stimulans.

### Wie wirke ich auf andere

- Training vor der Videokamera
- Vergleich von Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Profilierung meines individuellen Stils

### Individuelle Beratung

- Zur persönlichen Situation der Teilnehmenden

Methoden: Lehrgespräch, individuelle Lernzielberatung, Gruppenarbeit, rhetorisches Individualtraining, Video-Feedback

Gruppe: Maximal 3 Teilnehmende

Trainer: Dr. Ulrich Ulonska

Seminarzeiten: 1 Tag. Jeweils 9.00 bis 17.00