

Veranstaltungsnummer: 18L421060
Datum: 11.03.2019 und 12.03.2019
Ort: LISUM Ludwigsfelde-Struveshof
Zeit: 1.Tag 09:00-17:00 Uhr und 2. Tag 9:00-15.00 Uhr

Überzeugend und achtsam auftreten – Präsenz in schwierigen Gesprächssituationen

Ansprachen, Sitzungen, Präsentationen, Vorträge, Meetings – Schulleitungen haben eine Vielzahl von Auftritten zu absolvieren, bei denen heute mehr verlangt wird als der reine Faktentransfer. Vielmehr gilt es das Kollegium, Schülerinnen und Schüler sowie Eltern zu überzeugen und zu begeistern. Dazu braucht es eine tragfähige Stimme, eine zugewandte Körpersprache und Haltung – physisch wie psychisch – sowie die Fähigkeit, Kernbotschaften verständlich zu formulieren und Storytelling zielgerichtet einzusetzen.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden ihre Anliegen wirkungsvoll zu präsentieren. Sie entwickeln Auftritts- und Kommunikationskompetenz und sind in der Lage, die vorgestellten Techniken intuitiv und authentisch anzuwenden.

Ziel ist es, die eigene Position souverän und kompetent vertreten zu können - und auch in emotional aufgeladenen Situationen die richtigen Worte zu finden und gleichzeitig konstruktiv zu bleiben - ohne sich zu verbiegen.

Die Präsentation und Auftrittsübungen werden zum Teil mit der Kamera dokumentiert und anschließend ausgewertet. (Bitte bringen Sie einen Speicherstick mit, wenn Sie Ihre mit der Kamera dokumentierte Auftrittsübung mit nach Hause nehmen möchten.) Die Großgruppe wird bei einigen Übungen geteilt und arbeitet in Workshops, um intensivere Trainingsbedingungen herzustellen.

Inhalt

- Verständlichkeit, Sprache und Ausdruck
- Kernbotschaften und Storytelling
- Sprech- und Stimmklangoptimierung
- einfach umsetzbare Kurzmethoden für Entspannung und Regeneration im Alltag
- Übungen gegen Lampenfieber
- Verbale und non-verbale Kommunikation
- Selbstflexion: Filter und „Störer“ im Kommunikationsprozess (Emotionen, Bewertungen etc.)

- Achtsamkeit als Basiskompetenz des „inneren Coaches“

© Stephan Buchheim und Johannes Lauterbach