

Auftrittskompetenz: Selbstsicher auftreten und präsentieren

Egal, ob Sie im öffentlichen oder privaten Umfeld tätig sind, Sitzungen leiten, Projekte präsentieren, wichtige Verhandlungen/Verkaufsgespräche oder Mitarbeitende führen. Sie selbst und andere erwarten, dass Sie vor Publikum sympathisch-gewinnend, kompetent und souverän auftreten. Ein solcher Auftritt ist jeweils der Versuch zu überzeugen und seinen persönlichen oder beruflichen Erfolg zu steigern.

Kursinhalt

- Wahrnehmung und erster Eindruck
- Wie ist meine und die Kommunikation der Besten?
- Persönliches Profil, individuelle Stärken, unbewusste Gewohnheiten
- Tipps und Tricks für eine überzeugende Kommunikation
- Themen- und adressatengerechte Kommunikation
- Von Lampenfieber zu Mut und Selbstbewusstsein
- Sicherheit gewinnen mit eigenen Fallbeispielen

Ziel

- Sie sensibilisieren Ihre Wahrnehmung bezüglich erstem Eindruck und Auftreten.
- Sie setzen sich mit Ihrer sprachlichen, körpersprachlichen und parasprachlichen Wirkung auseinander.
- Sie reflektieren Ihre Stärken und Ihr persönliches Profil.
- Sie erfahren wirksame Tipps & Tricks zu den Kommunikationstechniken und -methoden.
- Sie planen und gestalten durch bewussten Einsatz der Hilfsmittel Ihre Auftritte themen- und adressatengerecht.
- Sie setzen sich mit Lampenfieber auseinander und entwickeln Mut und Selbstbewusstsein. Sie erlangen zusätzliche Sicherheit anhand konkreter Fallbeispiele.

Zielgruppe

Personen, welche die täglichen kleineren und grösseren Auftritte im Alltag bewusster und wirksamer gestalten und dabei sicherer werden möchten.

Datum	Freitag, 12. Januar 2024, 09:30 bis 16:00 Uhr
Ort	benevolpark, St. Leonhardstrasse 45, 9000 St.Gallen
Kursleitung	Mirjam Egli-Rohr , dipl. Supervisorin & Coach IAP, Mas, www.coaching-lounge.ch
Kosten	CHF 220 für Partner von benevol St.Gallen, CHF 270 für weitere
Anmeldeschluss	18. Dezember 2023