

Besser auftreten, besser wirken

Seminar-Nr.	2018 B303 GB
Termin	06.11.2018 bis 07.11.2018
Partnerorganisation	dbb beamtenbund und tarifunion Landesbund Hessen
Tagungsstätte	dbb forum siebengebirge An der Herrenwiese 14 53639 Königswinter-Thomasberg Tel. 02244 8820 info@dbb-forum-siebengebirge.de
Seminarleitung	Dr. Werner Dieball Kommunikationstrainer
Dozenten/-innen	Dr. Werner Dieball Kommunikationstrainer

Kompetenzorientierte Lernziele

Überzeugen durch Rhetorik und Körpersprache.

Die zentrale Frage des Trainings lautet: Wie können die Teilnehmer/-innen Ihre persönliche Wirkung verbessern?

In praxisnahen Übungen wird den Teilnehmern aufgezeigt, wie sie eigene Verhaltensmuster erkennen und gleichzeitig ihre Körpersprache, Stimme und Sprache bewusster wahrnehmen und gezielter einsetzen.

Sie erfahren, wie Sie Ihre Botschaften verständlicher und klarer herüberbringen. Parallel dazu lernen Sie, nonverbale und rhetorische Merkmale zielorientiert einzusetzen, so dass Sie auch in schwierigen Situationen emotional dickhäutig auftreten. Durch die Sensibilisierung für die eigene Kommunikations-Wirkung, trainieren die Teilnehmer/-innen ihre Wahrnehmungsfähigkeit und Ihr Beurteilungsvermögen.

Die Übungen werden zum Teil von Trainings vor der Kamera begleitet und anschließend mittels Videofeedback in der Gruppe ausgewertet.

Methoden

Die Seminarinhalte werden anschaulich durch Vorträge, Präsentationen, Gruppenarbeiten, konkrete Fallbeispiele und Diskussionen sowie durch Feedbackrunden und Simulationen vermittelt. Dabei kommen bewährte Präsentations- und Lernmedien zum Einsatz

Inhalte

Dienstag, 6. November 2018

10:00 bis 10:30 Uhr **Begrüßung, Vorstellung, Erwartungsabfrage**

Dr. Werner Dieball

10:30 bis 17:30 Uhr

Meine Wirkung auf Andere, Selbst- und Fremdeinschätzung

- 7 Regeln für mehr Wirkung und souveränes Auftreten
- Körpersprache bewusst wahrnehmen und einsetzen
- Vor Gruppen sicher und selbstbewusst auftreten

Der 1. Eindruck zählt... der letzte bleibt!

- Körpersprachliche Signale bei sich und anderen bewusst wahrnehmen und verstehen
- 10 originelle Ein- und Ausstiegsvarianten

Techniken zur Verbesserung der emotionalen Dickhäutigkeit

- In schwierigen Situationen gelassen und professionell bleiben
- Umgang mit verbalen Attacken und Provokationen
- Kritische Fragen substanziell und effizient beantworten

Mittwoch, 7. November 2018

9:00 bis 16:15 Uhr **Lebendig, überzeugend und authentisch reden**

- Klare Botschaften durch professionelle Rhetorik
- Visualisierung durch Hilfsmittel und sprachliche Stilmittel
- Verbale und nonverbale Aussagen verbinden durch Struktur
- Inhalts- und Beziehungsebene aktivieren

Kurzstatements wirkungsvoll präsentieren

- Argumentationstechniken
- Logische und psychologische Strategien
- Inhalte zielorientiert auf den Punkt bringen

Steigerung der Wahrnehmungsfähigkeit

- Körpersprachliche Signale bei sich und anderen bewusst wahrnehmen und verstehen
- Körpersprachliche Signale gezielt steuern und optimieren

Stärkung der Ausdrucksfähigkeit und des Auftretens

- Techniken: Wie wecke ich meine Zuhörer?
- Techniken, um bildhaft und frei zu präsentieren
- Typologien erkennen

Professionelles Verhalten in Stresssituationen

- - Techniken: Umgang mit Nervosität, Blackout
- Umgang mit Lampenfieber
- Umgang mit Störungen

16:15 bis 16:30 Uhr **Auswertung des Seminars, Verabschiedung der Teilnehmenden
Anschließend Mittagessen**

Pausenzeiten

10:30 - 10:45 Uhr Kaffeepause
12:00 - 13:00 Uhr Mittagspause
15:00 - 15:15 Uhr Kaffeepause

Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie Aktualisierung der Inhalte vor.