

Training Auftrittskompetenz

Authentisch, überzeugend, kompetent, souverän, mitreissend – das alles sind Merkmale eines überzeugenden Auftritts, in dem die Kommunikation zwischen uns und dem Gegenüber auf allen Ebenen gelingt und wir unser Publikum tatsächlich für uns einnehmen.

Ob bei einer Präsentation, einem Teammeeting, einer öffentlichen Rede, einer Diskussion: Was zählt ist, ob es uns gelingt, das Gegenüber tatsächlich auf allen Ebenen zu erreichen.

In diesem interaktiven Training lernen Sie, wie Sie es schaffen können, Ihr ganz persönliches Charisma zu entfalten. Atem, Körpersprache und Stimme so in Einklang zu bringen, dass Sie Ihr Publikum, Ihr Gegenüber auf allen Ebenen tatsächlich erreichen.

Sie lernen einfach anwendbare Techniken aus der Atemschulung, Stimmbildung und Körpersprache, mit deren Hilfe wir gemeinsam etwaige Blockaden auflösen und damit den Weg für Ihr ganz persönliches Charisma ebnen.

Sie lernen, befreit von Angst, Stress und Lampenfieber vor Publikum zu sprechen und den Weg in die innere Ruhe und Kraft zu finden. Denn: Charisma ist erlernbar!

Methodik

- Kurze Theorieblöcke
- Praktische Übungen zu Atem, Körpersprache, Stimm- und Sprechtechnik
- Präsentationen, Einzel- und Gruppenarbeiten
- Praxisbezogene Übungen
- Vorher- Nachhervergleich in Ihrer Auftrittskompetenz
- Umgang mit Angst, Stress und Lampenfieber
- Selbstsicheres und authentisches Auftreten

Teilnehmende

- Maximal 12 Teilnehmende
- Führungskräfte, Projektleiter, Mitarbeitende mit Kundenkontakt

Inbegriffen

- Begleitende Unterlagen
- Mittags- und Pausenverpflegung (ohne Alkohol)
- Zertifikat Auftrittskompetenz

Dauer zwei Tage

Nächste Durchführung in Basel (Teufelhof)

- 13. und 27. Oktober 2025

Zeit 9.00–17.00

Preis CHF 2'100

Anmeldung über come@youniq.ch

Claudia Jahn – Trainerin

Als Schauspielerin mit über 30-jähriger Erfahrung auf grossen Theaterbühnen, vor Film- und Fernsehkameras und als Sprecherin im Radio hat sich Claudia Jahn einen reichen Schatz an Erfahrungen, Wissen und Verstehen über das Zusammenspiel und die Wechselwirkung von Atem, Körper und Stimme erworben.



youniq
you are