

Rhetorik

Begeistern Sie!

Frei und überzeugend reden

Grundlagenkurs



Reden Sie mit! Sagen Sie Ihre Meinung, vertreten Sie Ihren Standpunkt, benennen Sie Ihre Wünsche! Verschaffen Sie sich Gehör! Wir alle können reden, doch vielen von uns fällt es schwer, wenn wir vor einer Gruppe stehen und alle Augen auf uns gerichtet sind.

Stellen Sie sich dieser Situation, gehen Sie offensiv mit Redeblockaden und Lampenfieber um. Eignen Sie sich das rhetorische Handwerkszeug an, um sich an Diskussionen aktiv zu beteiligen, Reden zu halten und Menschen zu überzeugen. Sie haben hier die Gelegenheit, etwas über Ihre rhetorische Wirksamkeit zu erfahren, weibliche und männliche Strategien kennen zu lernen und zu nutzen und vor allem, viel zu üben.

Ziel: Selbstsicheres und überzeugendes Auftreten

Inhalte:

- Selbstdarstellung: Gewinnend und positiv
- Lampenfieber: Hemmschuh und Antreiber
- Körpersprache und Stimme: Wirkung und Deutung
- Argumentationstechniken: Strukturiert und nachvollziehbar
- Formulieren: Positiv und direkt
- Stegreifreden: Spontan und trotzdem zielgerichtet
- Überzeugungsreden: Klar und motivierend
- Redebeiträge üben mit (und ohne) Videoanalyse

2-Tages-Inhouse-Training

Angebot und Termin auf Anfrage

Trainerin: Carolin Fey, M.A. Allg. Rhetorik, Kommunikationstrainerin, Geschäftsführerin der FRAUENKOLLEG GmbH

oder

Dagmar D'Alessio, M.A. Allgemeine Rhetorik, Schauspielerin, Trainerin der FRAUENKOLLEG GmbH

Stärken Sie Ihre Ausdruckskraft!

Ein Stimm- und Sprechtraining

Für Frauen



Die Bedeutung von Stimme und Sprechweise ist in den letzten Jahren – nicht nur im Hinblick auf die Karriere – enorm gestiegen. Stimme und Sprechweise sorgen machtvoll, aber unbewusst für Faszination, Sympathie und Durchsetzungsvermögen bei Vorträgen, Präsentationen, Sitzungen und Gesprächen. Natürlich sind wir zunächst einmal Expertinnen für unser Fach, unsere Branche, unseren Arbeitsbereich. Aber was hilft das ganze Wissen, wenn es nicht angemessen transportiert wird, es einfach nicht gut „überkommt“? Für alle Frauen, die sich in ihrem Beruf mehr Gehör verschaffen wollen oder diejenigen, die im Beruf viel sprechen müssen, sind Stimme und Sprechweise Kapital.

Ziel: Stärkung der Ausdruckskraft und Entfaltung Ihres stimmlichen und sprecherischen Potentials

Inhalte:

- Wahrnehmung und bewusster Einsatz von Atmung und Körperhaltung
- Erleben und Ausschöpfen der eigenen stimmlichen Möglichkeiten
- Artikulationsübungen zur Verbesserung der Deutlichkeit
- Entwickeln eines persönlichen, authentischen Sprechausdrucks
- Tipps und Übungen zum Umgang mit Lampenfieber
- Individuelles Feedback durch die Trainerin

Termin: Sa, 25.9.2021, 10–17 Uhr

Ort: Stuttgart, GENO-Haus

Seminargebühr:

195 € ermäßigter Preis für Privatzahlende

245 € für Firmen, Einrichtungen und Selbständige

inkl. Tagungspauschale plus ev. Ü/V

Trainerin: Stefanie Kerker, Schauspielerin, Trainerin der FRAUENKOLLEG GmbH

Souveränitätstraining

Konstruktive Konfliktbewältigung, soziale Kompetenz, mehr Selbstsicherheit



Wie sagen Sie so Ihre Meinung, dass Ihre Chancen, sich durchzusetzen, größer werden? Wie können Sie Konflikte klären, ohne unter Druck zu geraten? Was alles bedeutet soziale Kompetenz? Wie können Sie souverän wirken, auch wenn Sie sich unsicher fühlen?

Dieses Seminar soll in einer offenen Atmosphäre Unterstützung bieten, um mehr Selbstvertrauen, Empathie und Durchsetzungsvermögen zu erlangen und Ihr individuelles Kommunikationsverhalten zu reflektieren.

Ziel: Stärkung sozialer Kompetenzen und Erhöhung der Selbstsicherheit

Inhalte:

- Was bedeutet souveränes Auftreten?
- Vorteile (und Nachteile) selbstsicheren Verhaltens
- Selbstbild und Fremdbild: Stärkenanalyse
- „Nein“ sagen heißt „JA“ sagen zu den eigenen Prioritäten
- Souverän eigene Meinungen vertreten können
- Warum sind wir so, wie wir sind? Ausflug in die Psychologie
- Grundbedürfnis des Menschen ist Anerkennung
- Grundposition: Ich bin ok – die anderen auch
- Soziale Kompetenz: Umgang mit Kolleg*innen und Vorgesetzten
- Konfliktbearbeitung: Direkt, fair und konstruktiv
- Das 10-Punkte-Souveränitätstrainings-Programm

2-Tages-Inhouse-Training

Angebot und Termin auf Anfrage

Trainerin: Dagmar D'Alessio, M.A. Allgemeine Rhetorik, Schauspielerin, Trainerin der FRAUENKOLLEG GmbH

oder
Carolin Fey, M.A. Allg. Rhetorik, Kommunikationstrainerin, Geschäftsführerin der FRAUENKOLLEG GmbH


FRAUENKOLLEG GmbH
Berufliche und persönliche Weiterbildung

Kleine Falterstr. 26 - 70597 Stuttgart
 Telefon: 0711 / 778 70 44 – Fax: 0711 / 778 70 50
info@frauenkolleg.de - www.frauenkolleg.de

Wer sind wir?

Die FRAUENKOLLEG GmbH ist seit 1987 Seminaranbieterin für berufliche und persönliche Weiterbildung, insbesondere für Frauen und frauenrelevante Themen. Wir arbeiten für Verwaltungen, Non-Profit-Organisationen, Frauenverbände, andere Weiterbildungseinrichtungen und auch für die Industrie und Forschungsinstitute.

Unser Team: Carolin Fey, die geschäftsführende Gesellschafterin, die Büroorganisatorinnen Corinna Fey, Gabi Fernsel und Sybille Koschera sowie über 30 Trainer*innen und Berater*innen mit verschiedenen Arbeitsschwerpunkten und Themen.

Was machen wir?
Unser Angebot:

- Seminare **speziell für Frauen**
- und ein **für alle offenes** Seminarprogramm, auch in Kooperation mit dem Odenwald-Institut und weiteren Weiterbildungseinrichtungen
- **Gender-Seminar mit doppelter Leitung (Trainerin/Trainer)**
- **Inhouse-Seminare**
- Trainings, Workshops, Moderationen, Prozessbegleitungen, Supervisionen, Beratungen für Einzelpersonen, Teamcoachings und Organisationsentwicklungen

Wir machen Ihnen gerne ein **individuelles Angebot** und konzipieren mit Ihnen **Trainingseinheiten** und **Trainingsreihen**

Unsere Themen sind:

Rhetorik, Kommunikation, Konfliktmanagement, Führung, Mitarbeiter*innen-Motivation, Durchsetzungstraining, Gesprächsführung, Freies Reden, Klartext reden für Frauen, Selbstmotivation, Mentaltraining, Mentale Aktivierung und Gedächtnistraining, Stressbewältigung, Gesundheitscoaching, Burn-Out-Prophylaxe, Resilienz-Training, Anti-Lampenfieber-Training, Traumabehandlung, Leistungssteigerung, Teamentwicklung, Umgang mit Mobbing und Führungstrainings, Mental fit für den digitalen Wandel.

Teilnahmebedingungen:

Bei Seminaren, die direkt von der **FRAUENKOLLEG GmbH** veranstaltet werden, erhalten Sie nach schriftlicher Anmeldung von uns die Anmeldeunterlagen. Teilweise kooperieren wir mit dem Odenwald-Institut. Bei den stattfindenden Seminaren in Wald-Michelbach erhalten Sie die Anmeldeunterlagen direkt von dort.

Wenn Sie Ihre Teilnahme wieder absagen müssen, können Sie gerne eine Ersatzteilnehmer*in stellen. Bei einem kurzfristigen Rücktritt (ab 4 Wochen vor Seminarbeginn) müssen wir die Seminargebühr einbehalten, da auch wir Stornofristen gegenüber den Trainer*innen und Bildungshäusern einhalten müssen. Wenn möglich, bieten wir Ihnen dann gerne ein Ersatzseminar an.

Anmeldungen zu den Seminaren

bitte per E-Mail mit Angabe von Ihrem Namen und Ihrer vollständigen Adresse an:
info@frauenkolleg.de

Alle Seminare sind auch als Inhouse-Training buchbar!

Haben Sie weitere Fragen?

Rufen Sie uns an, mailen Sie uns oder besuchen Sie unsere Homepage.

FrauenKolleg GmbH
Berufliche und persönliche Weiterbildung

Kleine Falterstr. 26 - 70597 Stuttgart

Telefon: 0711 / 778 70 44

Fax: 0711 / 778 70 50

info@frauenkolleg.de

www.frauenkolleg.de



Seminare 2021

Rhetorik & Präsentation



Rhetorik

**Stärken Sie Ihre
 Ausdruckskraft für Frauen
 Souveränitätstraining**