

STIMME
MACHT
ERFOLG



SEMINARE UND TRAINING





INHALT

	Seite
STIMME & ATMUNG	
Erfolgsfaktor Stimme	3
Circle Singing	3
Relax & Breathe	4
PRÄSENTIEREN & BEGEISTERN	
"B" successful - begrüßen, beraten, begeistern!	5
Begeisternd Präsentieren	5
KOMMUNIKATION & KONFLIKT	
Konstruktive Kommunikation für Teams und Führungskräfte	6
MODERATION & MEDIEN	
Medientraining	7
Moderationstraining und Interviewführung	7
NEU! ONLINE-TRAINING: Überzeugen in Videokonferenzen	8
EINZELTRAINING	9
TRAINERINNEN	10



FIRMENSEMINARE

Wir bieten alle Trainings bei Ihnen vor Ort oder in unseren Trainingsräumen in Steinbach an. Es gibt sie als 1-Tages-, 2- Tages oder 3-Tagesseminare. Die empfohlene Teilnehmerzahl liegt zwischen 5 und 10 Personen, beim Kommunikationstraining bei 12-20 Personen. Für eine gezielte Analyse arbeiten wir bei kleinen Gruppen auf Wunsch auch mit Kamera oder Mikrophon. Die unten aufgeführten Seminare sind Vorschläge, alle Inhalte sind aber auch flexibel nach Ihren Vorstellungen kombinierbar.

STIMME & ATMUNG

Erfolgsfaktor Stimme mit Hella Boysen oder Maja Sommer

Stimme bestimmt. Stimme ist Macht. Und: Stimme ist Werkzeug Ihres Erfolges! Doch sie muss funktionieren: kraftvoll sein, damit andere zuhören, klangstark, damit der Inhalt des Gesagten gut ankommt und überzeugt. Stärken Sie Ihre Stimme: Loten Sie das stimmliche Potential aus, das in Ihnen steckt und vor allem trainieren Sie es. Dann wird ihre Stimme Sie nie im Stich lassen, egal wann und wo Sie auftreten!

Inhalte: Sicheres Auftreten durch professionelle Atemtechnik, Körperhaltung und Ausdruck, gesunder Stimmsitz – in der richtigen Tonlage sprechen, Stimmhygiene & Aufwärmübungen vor wichtigen Sprechmomenten, Resonanzaufbau & Stimmvolumen, Grundlagen der Sprechtechnik: Emotion, Betonung, Melodie & Sprechtempo, Phonetik, die korrekte, möglichst akzentfreie Aussprache, mit der eigenen Stimme souverän überzeugen

Circle Singing – Die neue Art des Teambuildings mit Hella Boysen

Sie lernen eine Gruppe durch Körpersprache anzuleiten und werden außerdem sicherer im Vortrag und Umgang mit der eigenen Stimme.

Circle Singing ist so alt wie die Menschheit und fördert Konzentration, Teamfähigkeit und Durchhaltevermögen. Alle Menschen können sprechen, singen, Sounds machen. Die Teilnehmer benötigen keine gesanglichen Vorkenntnisse, sollten aber Spaß am Ausprobieren der Stimme haben.



Relax & Breathe – der leichte Weg zu gesunder Atmung und Entspannung mit Hella Boysen

Für mehr Ruhe und Durchhaltevermögen in beruflichen Stresssituationen.

Die Luft anhalten, kurzatmig werden - das passiert uns mehrmals täglich, meistens unbewusst, da wir im Berufsalltag oft unter Anspannung stehen. Atmen Sie wieder tief durch.

Entdecken Sie die gesunde Atemtechnik und erlernen Sie die bekanntesten

Entspannungsmethoden, die überall angewendet werden können.

Auf dass Sie „nie wieder die Luft anhalten“!

Inhalte: Atemtechniken und -übungen, Reflektorische Atmung und Übertragung in das gesprochene Wort, Body-Scan: aus der Entspannung in die Tiefenatmung, Autogenes Training: die Kraft der Autosuggestion, Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson: entspannen durch anspannen, Qi Gong: meditative Bewegungsform, Achtsamkeitsmeditation: im Hier und Jetzt



PRÄSENTIEREN & BEGEISTERN

"B" successful - begrüßen, beraten, begeistern!

mit Hella Boysen, Laura Di Salvo oder Maja Sommer

Beraten heißt begeistern und Vertrieb und Verkauf funktionieren nicht ohne Vertrauen! In diesem Seminar lernen Sie alles über gelungene Kommunikation für Ihren Unternehmenserfolg.

Unsere Inhalte: Begrüßen: freundliche Ansprache, der richtige Einsatz von Körpersprache & Mimik - Beraten: die richtigen Fragen stellen, kompetent über Leistungen oder Produkte informieren, Wortwahl und Kommunikationstechniken und das Schaffen einer Vertrauensbasis - Begeistern: den Funken überspringen lassen, überzeugen durch angenehme Stimme & emotionale Sprache

Begeisternd Präsentieren

mit Hella Boysen, Simone Grabs, Laura Di Salvo oder Maja Sommer

Die Präsentation von neuen Produkten, Vorträgen, wirtschaftlichen Zwischenberichten oder Forschungsergebnissen erfordert ein gutes sprachliches "Standing". Die Stimme und die Körpersprache müssen passen, denn sie entscheiden darüber, ob Sie beim Zuhörer glaubwürdig, kompetent und sicher „überkommen“. Eine gute Stimme ist nicht nur eine Gabe der Natur, sondern kann trainiert werden. Packen Sie es an und beeindrucken Sie mit Ihrer Rede!

In diesem Seminar wird das Sprechen vor Gruppen trainiert: Authentische Kommunikation, im direkten Kontakt zum Auditorium präsentieren, Körpersprache und Bühnenpräsenz, Stimmungen erzeugen durch Sprechtechnik, Modulation und Emotion, klare Artikulation, Schlagfertigkeit und Improvisation, mit Blackout und Lampenfieber souverän umgehen



KOMMUNIKATION & KONFLIKT

Konstruktive Kommunikation für Teams und Führungskräfte

mit Simone Grabs und Margit Weinert

Dass Menschen unterschiedlich sind, haben wir alle bereits erkannt. Dass wir selbst auch ganz unterschiedliche Seiten haben und damit auch mehr oder weniger bewusst umgehen, das wissen wir auch. Wie aber adressiere ich jemanden, der gerade in einem ganz anderen Kanal funkelt als ich und wir uns partout nicht verstehen?

Dazu lohnt sich ein Blick in die verschiedenen Persönlichkeitstypen innerhalb eines jeden Menschen. In jedem von uns gibt es - in unterschiedlichen Ausprägungen - den Mitfühlenden, den Denker, den Verantwortungsbewussten, den Rebellen, den Macher und den Phantasievollen. Dieses Seminar basiert auf Erkenntnissen des Process Communication Model® und fußt auf wissenschaftlichen Aussagen der Verhaltenspsychologie.

Inhalte: Kommunikation in kurzer Zeit verbessern und effizienter gestalten, verschiedene Persönlichkeitstypen und Grundbedürfnisse erkennen, Stärkung der eigenen Rolle und Persönlichkeit, Mitarbeiter besser und authentischer führen



MODERATION & MEDIEN

Medientraining oder Umgang mit Reporterfragen

mit Simone Grabs

Politiker, Sportler, Schauspieler, Sänger, sie alle müssen ihn beherrschen: Den Umgang mit den Medien. Doch auch Vorstandsvorsitzende, Geschäftsführer, Mitarbeiter und Pressesprecher müssen Print-, Funk-, und TV- Journalisten immer wieder Rede und Antwort stehen. Dafür sollten sie sich wappnen!

Inhalte: Die Sichtweise der Journalisten, die Kunst des Statements, sicheres Auftreten vor der Kamera und Optimierung von Mimik und Gestik, Umgang mit Provokationen und kritischen Fragen, Intensives Interviewtraining mit Kamera, Tipps bei Nervosität, Blackouts und Versprechern

Moderationstraining und Interviewführung

mit Hella Boysen, Simone Grabs, Laura Di Salvo oder Maja Sommer

Firmenintern wird es immer gefragter, mit der Professionalität eines Moderators durch Tagungen und Veranstaltungen zu führen oder Gesprächsrunden zu leiten.

In unserem Seminar lernen Sie: sicheres Auftreten, Atemtechnik, Körperhaltung und Bühnenpräsenz, Stimm- & Sprechtraining, innere Haltung und die Rolle des Moderators, Aufbau und Präsentation einer Moderation, Interviewführung

Weitere Seminare auf Anfrage. Sprechen Sie uns an und wir gestalten Ihr individuelles Training!

STIMME
MACHT
ERFOLG



NEU!!! ONLINE-TRAINING: Überzeugen in Videokonferenzen

mit Hella Boysen, Simone Grabs oder Maja Sommer

Viele wichtige Konferenzen werden aktuell online durchgeführt.

Die große Herausforderung: einen ebenso entspannten, sicheren und guten Eindruck zu hinterlassen, wie beim realen Treffen. Wir verraten Ihnen alles, was Sie für ihr nächstes Videomeeting wissen müssen. Dieses Training ist einzeln oder in Gruppen buchbar.

Sie lernen bei uns: das perfekte Setting in Bezug auf Licht, Hintergrund, Bildausschnitt und Ton, die richtige Körpersprache mit dem Fokus auf Mimik, Gestik und Blickkontakt, eine sichere und klangvolle Stimme, klare und deutliche Artikulation, Vermeidung klassischer Fehler



EINZELTRAINING

„Stimme – Sprache – Präsentation – Kommunikation – Konflikt – Medien – Moderation“

Alle Seminarinhalte gibt es bei uns auch als Einzeltraining – die einzelnen Inhalte sind flexibel kombinierbar.

.....

Außerdem:

**Sprech- und Vortragstraining auf Englisch
mit der deutsch-britischen Sprecherin Alison Paule Rippier**

Dieses Training bieten wir nur als Einzeltraining an, da es individuell auf Sie und Ihre Präsentation auf Englisch zugeschnitten ist.



UNSERE TRAINERINNEN



Hella Boysen

Hella Boysen besitzt jahrzehntelange Erfahrungen im Bereich der Stimmbildung und Sprecherziehung, sowohl im Einzeltraining als auch in der Seminararbeit. Sie ist Gesangspädagogin und ausgebildete Musicaldarstellerin, arbeitet als Moderatorin und Sprecherin. Praxisorientierung und hilfreiche Tipps für den Alltag stehen bei ihrem Coaching im Vordergrund. Immer mit dem Ziel, ein gutes Körper- und Stimmgefühl und die damit verbundene Sicherheit beim Sprechen und Präsentieren zu erreichen.



Simone Grabs

Simone Grabs ist Autorin und Redakteurin für die Sendereihe 37° sowie andere Formate im ZDF. Sie arbeitet seit vielen Jahren als Systemischer Coach und Trainerin, stärkt Führungskräfte für Bühnen- und Medienauftritte und trainiert die Themen Kommunikation und Prozessoptimierung. Mit ihrem Wissen kann sie unter anderem auf zertifizierte Fortbildungen zu den Themen Kommunikation in Krisensituationen, Interviewtraining, Persönlichkeitsentwicklung im Team und Train-the-Trainer zurückgreifen. Bald ist sie zudem noch ausgebildete Organisations- und Change-Entwicklerin. Sie hat selbst Erfahrung als Reporterin und Moderatorin diverser internationaler Events und mit ihren Filmen für das ZDF bereits diverse Preise erworben.



Margit Weinert ist international tätige Team- und Führungskräfteentwicklerin. Ihre über 20-jährige Erfahrung als Trainerin und Moderatorin in den High Risk Industries Luftfahrt und Medizin hilft ihr, jedes Training authentisch, herzlich, spannend, ergebnis- und erlebnisorientiert zu gestalten. Ihr Wissen aus dem Studium der Wirtschaftspsychologie und zusätzlichen Ausbildungen wie zum Process Communication Model® Provider, Dipl. Systemischen Leadership Coach und Burnout Berater mischt sie zielgruppengerecht mit neuen agilen Methoden wie Design Thinking.

Margit Weinert war selbst Führungskraft in einem großen Unternehmen und weiß, wie man alle Hierarchieebenen und Persönlichkeiten erreicht.



Laura Di Salvo

Mehr als 16 Jahre moderiert Laura Di Salvo bereits beim Hessischen Rundfunk, vorher war sie Moderatorin bei n-tv. Sie steht fast täglich vor der Kamera, arbeitet redaktionell z.B. für die Hessenschau, steht bei Events und Podiumsdiskussionen auf der Bühne und ist außerdem Trainerin rund um die Themen „Präsentation und Medien“.



Alison Paule Rippier

Die britische Schauspielerin und Sprecherin ist bereits seit Ihrer frühesten Kindheit vor dem Mikro und auf der Bühne unterwegs. Als Schauspielerin ist sie seit vielen Jahren am Stalburg Theater Frankfurt zu sehen. Da sie zweisprachig aufgewachsen ist und die Sprachen deutsch und englisch perfekt beherrscht, ist Sie bei STIMME MACHT ERFOLG Ihr Ansprechpartner für Vorträge auf Englisch.



Maja Sommer

Die studierte Germanistin & Kommunikationswissenschaftlerin greift als Trainerin auf ihre Sprechausbildung beim ZDF und ihre erfolgreiche Tätigkeit als Sprecherin und Moderatorin zurück. Sie stand bereits für namhafte Sender und Unternehmen vor dem Mikro und der Kamera (ZDF, hr, RTL Gruppe, Ferrero, Procter & Gamble, Mercedes Benz, Nintendo) und moderiert regelmäßig Sport- und Firmenevents, Pressekonferenzen oder Preisverleihungen.

Maja Sommer trainiert Erwachsene, Teens und Kids. Besonders wichtig ist ihr, das Wesentliche zu vermitteln, um das es bei Kommunikation geht: den Mut und die Freude am Sprechen vor Menschen, den Wert der eigenen Worte und die passende Emotion, um zu überzeugen.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Maja Sommer und Team

