

Seminare

- 02 | **Stimme als Powertool!**
Besser sprechen, kommunizieren und führen
- 03 | **Wohin mit den Händen – Auftritt, Wirkung, Selbstdarstellung**
Von der Körpersprache in der Kommunikation
- 04 | **Status-Spiele**
Wie ich in jeder Situation die Oberhand behalte
- 06 | **„Talk like a man“**
Power-Talking für Frauen
- 07 | **Information & Buchungsanfragen**
- 09 | **Andrea Stasche**



SEMINARE COACHINGS VORTRÄGE

Stimme als Powertool! Besser sprechen, kommuni- zieren und führen

Egal, ob sachliches Meeting oder spannender Vortrag: Wir hören lieber zu, wenn Stimme und Performance stimmen. Wenn Worte uns fesseln, wenn Gesten uns mitreißen.

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Sie in stressigen Situationen eine ruhige Stimme behalten können? Wie Sie auch bei längeren Präsentationen stimmlich frisch und motivierend bleiben können? Wie Sie eine klare und machtvolle Körpersprache herstellen können? Weshalb ihre Stimme auf dem Anrufbeantworter so fremd klingt?

Inhalte

- :: Volle Stimme, klare Sprechweise
- :: Wie Sie klar, resonant und artikuliert sprechen
- :: Durchsetzungskraft- wie Sie zu Wort kommen und Ihren Standpunkt stimmlich durchsetzen
- :: Stimmsicherheit - wie Sie in stressigen Situationen bei Stimme bleiben
- :: Die Macht der Gesprächsrhetorik - wie Sie mit Sprache, Körpersprache und Stimme machtvoll führen und dennoch emphatisch wirken

Eine Stimme für den normalen Geschäftsbereich zu schulen ist sehr gut möglich, da in der Regel die situativen Einflüsse eine große Rolle spielen. Der Vortrag vermittelt Ihnen in unterhaltsamer und interaktiver Weise, welche Faktoren Stimmgebrauch, Sprechweise und Körperhaltung beeinflussen und wie Sie diese verändern können.



SEMINARE COACHINGS VORTRÄGE

**Wohin mit den Händen –
Auftritt, Wirkung, Selbst-
darstellung**
*Von der Körpersprache in der
Kommunikation*

Kommunikation: unerlässlicher Schmierstoff unseres Alltags und allgegenwärtige Stolperfalle. Welche Signale senden Sie und was genau kommt beim Empfänger an? Wie wirken Sie auf andere Menschen am Arbeitsplatz? Was halten Ihre Mitmenschen, Kolleginnen und Mitarbeiterinnen von Ihnen? Wie selbstsicher ist Ihr Auftreten, spricht Ihr Auftritt eher gegen oder für Sie.

Unbewusste Signale des Körpers geben mehr Wahrheit preis als Worte. Körpersignale sind ehrlicher. Oft trauen wir unbewusst diesen Signalen mehr als den Worten. Umso wichtiger ist es, Körpersprache richtig einzusetzen und zu deuten.

Ausstrahlung und Auftrittsweise ersetzen nicht die Fachkompetenz, können jedoch sehr hilfreich sein und sich positiv auf die Überzeugungskraft auswirken.

Schauspieler sind Meister der absichtsvollen Wirkung. Die richtige Geste, die unterstützende Mimik und im Idealfall ein rundes, authentisches Gesamtbild. Um mit Ihrer Kommunikation die beabsichtigte Wirkung zu erzielen, lassen Sie sich von einer Meisterin der Schauspielkunst anleiten.



Status-Spiele *Wie ich in jeder Situation die Oberhand behalte*

Kennen Sie die Situation: Sie nehmen sich vor, Ihrem Kollegen endlich mal die Meinung zu sagen. Wenn Sie ihm dann gegenüber stehen, kommen Sie sich aber klein vor. Ihre eigenen Argumente prallen an ihm ab; Sie schaffen es nicht, ihn von Ihrer Meinung zu überzeugen, obwohl Sie sich intensiv auf dieses Gespräch vorbereitet haben. Dabei handelt es sich um ein typisches Statusspiel.

Was ist passiert? Wie konnte Ihr Kollege oder Kollegin Oberwasser bekommen? Wieso fühlen Sie sich auf einmal unterlegen?

Wenn sich zwei Menschen begegnen, läuft automatisch das Statusspiel ab. Dieses Spiel dauert nur wenige Augenblicke. In dieser kurzen Zeitspanne entscheidet sich, wer welchen Status einnimmt. Nach einer kurzen Sequenz entscheidet sich, welche Person wo steht.

Das Status-Modell kennt vier Komponenten: hoher und tiefer Status, innen und außen. Jede Kombination dieser Komponenten hat ihre ganz eigene Ausprägung. Wir vereinen in unterschiedlichen Situationen unseres Lebens alle vier Status-Typen in uns. Im Kern aber tendiert jeder zu einem bevorzugten Status. Solange wir das Spiel nicht auf eine bewusste Ebene heben, sind wir an diesen Typ gekettet.

Die Übermittlung der Statuspositionen erfolgt u.a. durch den persönlicher Ausdruck wie Gestik, Mimik, Stimme, Wortwahl usw., aber auch durch Faktoren wie Wissen, Funktion, Position, physische Stärke, Reichtum.

Das Statuskonzept geht auf den Theatermann Keith Johnstone zurück. Mit dem Prinzip der Wippe „Ich geh rauf und du gehst runter“, beschreibt er das Spiel zwischen Menschen, die den Hoch- oder Tiefstatus einnehmen. Dieses Statusspiel wird ständig von allen Menschen in allen Altersklassen, überall auf der Welt gespielt.



SEMINARE COACHINGS VORTRÄGE

„Talk like a man“ *Power-Talking für Frauen*

Männer erobern sich nach wie vor die Chefetagen und dominieren im Meeting. Auch auf der privaten Bühne scheinen sie sich selbstverständlich mehr Raum zu nehmen als die meisten Frauen.

Durch welche Gesten und kommunikativen Strategien schaffen sie das eigentlich? Und können wir als Frauen lernen, die Statusspiele zu durchschauen und damit zu verändern?

In diesem Seminar erproben wir die Möglichkeiten sprechdominanten Verhaltens und typisch männlicher Gesten. So lernen wir neue Spielarten der Kommunikation kennen, schärfen unseren Blick für Machtgesten, liefern eine weibliche Antwort und verschaffen uns Raum und Präsenz.

Inhalte

- :: Analyse der eigenen Kommunikationsmuster
- :: Typisch weibliche, typisch männliche Kommunikation
- :: Bodytalk- dominante Körpersprache, Powergesten
- :: Stimmtraining für eine laute, resonanzvolle Stimme
- :: Sprechen mit Gewicht
- :: Umgang mit Störungen und Unterbrechungen
- :: Statusspiele
- :: Innere Haltung, äußere Haltung



Information & Buchungs- anfragen/ Kontakt

Für Buchungsanfragen oder mehr Information bezüglich Vorträge, Seminare oder Coachings kontaktieren Sie das Stasche-Team bitte per info@andrea-stasche.de oder Telefon +49 [0] 621 44593826.

Der Hauptsitz ist in Mannheim, Kundentermine finden in ganz Deutschland statt.

Kontakt

:: Stephanienufer 18, 68163 Mannheim

:: fon: +49 [0] 621 44 59 38 26

:: mobil: +49 [0]151 44 52 03 58

:: email: andrea@andrea-stasche.de

:: web: www.andrea-stasche.de

Konditionen

Honorar

:: nach Vereinbarung

Beinhaltet

- :: Trainerhonorar
- :: Vorbereitungsgespräch
- :: Ausarbeitung eines maßgeschneiderten Konzeptes
- :: Ausarbeitung der Unterlagen

Reisekosten

:: Reise und Übernachtung werden nach Aufwand berechnet

Zahlungsbedingungen

- :: Die Abrechnung meiner Leistung erfolgt jeweils nach Durchführung der Veranstaltung.
- :: Alle Preise gelten zzgl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer.



SEMINARE COACHINGS VORTRÄGE

Andrea Stasche

Andrea Stasche ist Stimm-, Sprech- und Kommunikationstrainerin für Unternehmen, Führungskräfte und Privatpersonen, die die Notwendigkeit und Wichtigkeit von wirkungsvoller Kommunikation verstehen und verbessern möchten.

Seit mehr als 23 Jahren profitieren ihre Kunden von der von Andrea Stasche entwickelten Voice-Priming® Technik, eine einzigartige, bewährte und wissenschaftlich fundierte Methode zur schnell greifenden Verbesserung der Sprech- und Kommunikationskompetenz, der Stimme und des Lampenfiebers.

Die 2015 abgeschlossene Ausbildung PEP® Klopf-techniken zur Stressreduktion und Emotionsregulation ergänzt die Methodik für die Arbeit mit Lampenfieber und Auftrittsängsten.

Als studierte Schauspielerin und Sprechtrainerin hat Andrea Stasche in den vergangenen 23 Jahren über 950 Seminare, 150 Coachings und 80 Vorträge gegeben. Sie hat mehr als 10.000 zufriedenen Kunden aus über 200 Organisationen und Unternehmen geholfen, bessere Ergebnisse durch eine exzellente Kommunikation und Präsentation zu erreichen.