



AN DEN LIPPEN HÄNGEN

So hören Ihnen Menschen zu

16. November 2023

10:00 Uhr

Hilfe ...!

- öffentliches Reden = Nr. 1 der größten Ängste
- verständlich, allerdings nicht mehr zeitgemäß
- oftmals frühere negative Erfahrung
- Wichtig: Präsentationsangst **BEDEUTET NICHT** Präsentationsunfähigkeit!

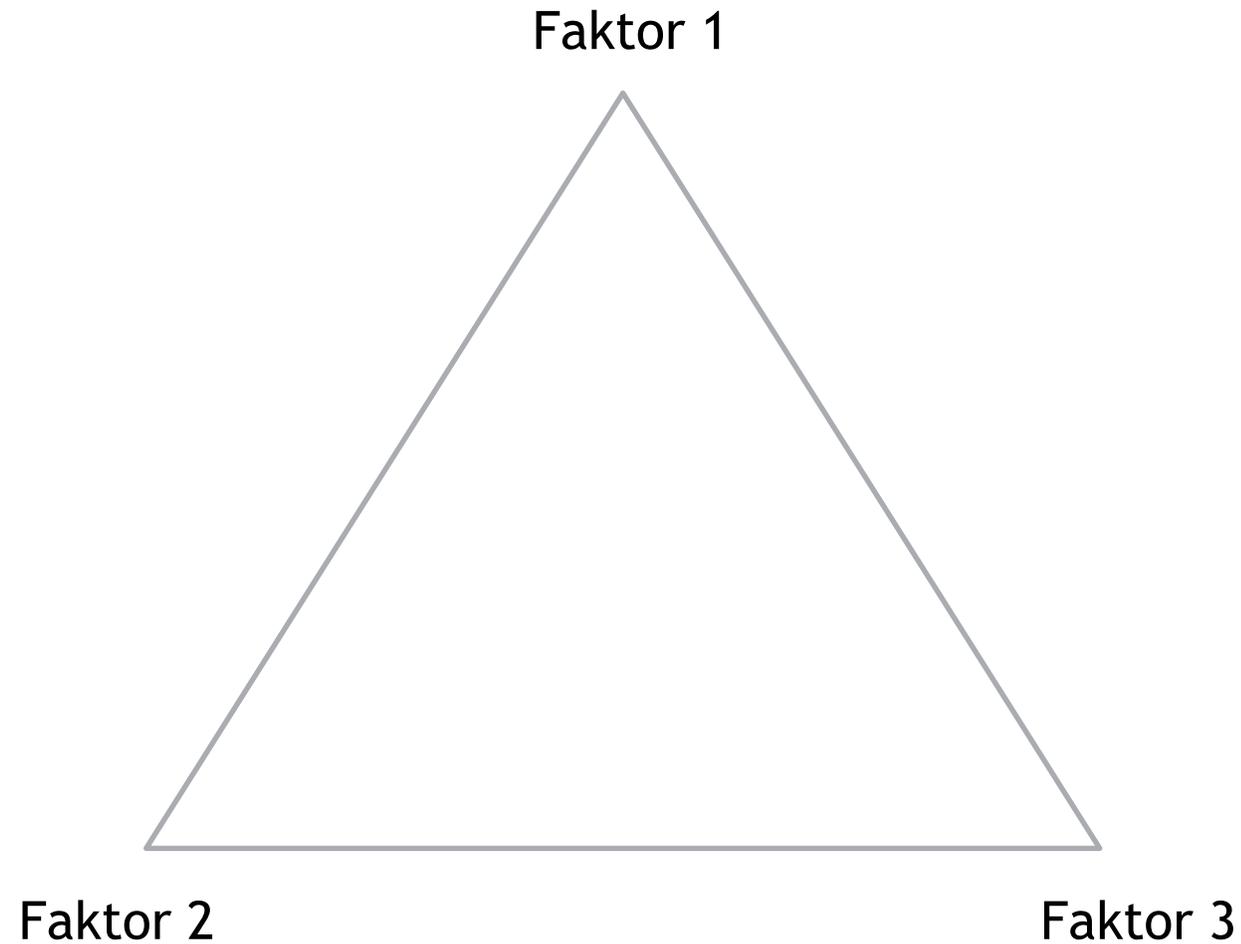


Das hilft:

- Mythen verabschieden
- eine Entscheidung treffen
- sich neugierig forschend mit dem Thema beschäftigen



Basis-Dreieck für gelingende Kommunikation



FAKTOR STIMME

- Redest du noch oder sprichst du schon?
- Dein verbaler Stift
- Druck- vs. Wohlfühlstimme
- Übung „Ohne Zähne“
- Übung (für Tempo, Lautstärke und Emotion)

Stimmtraining mit Spaßfaktor

- Achtzig alte Ameisen aßen am Abend achtzig Ananas.
- Bürsten mit schwarzen Borsten bürsten besser als Bürsten mit blauen Borsten bürsten.
- Auf den sieben Robbenklippen sitzen sieben Robbensippen, die sich in die Rippen stippen, bis sie von den Klippen kippen.
- Kleine Nussknacker knacken knackig. Knackiger knacken große Nussknacker.
- Zwanzig Zwerge zeigen Handstand, zehn im Wandschrank, zehn am Sandstrand.

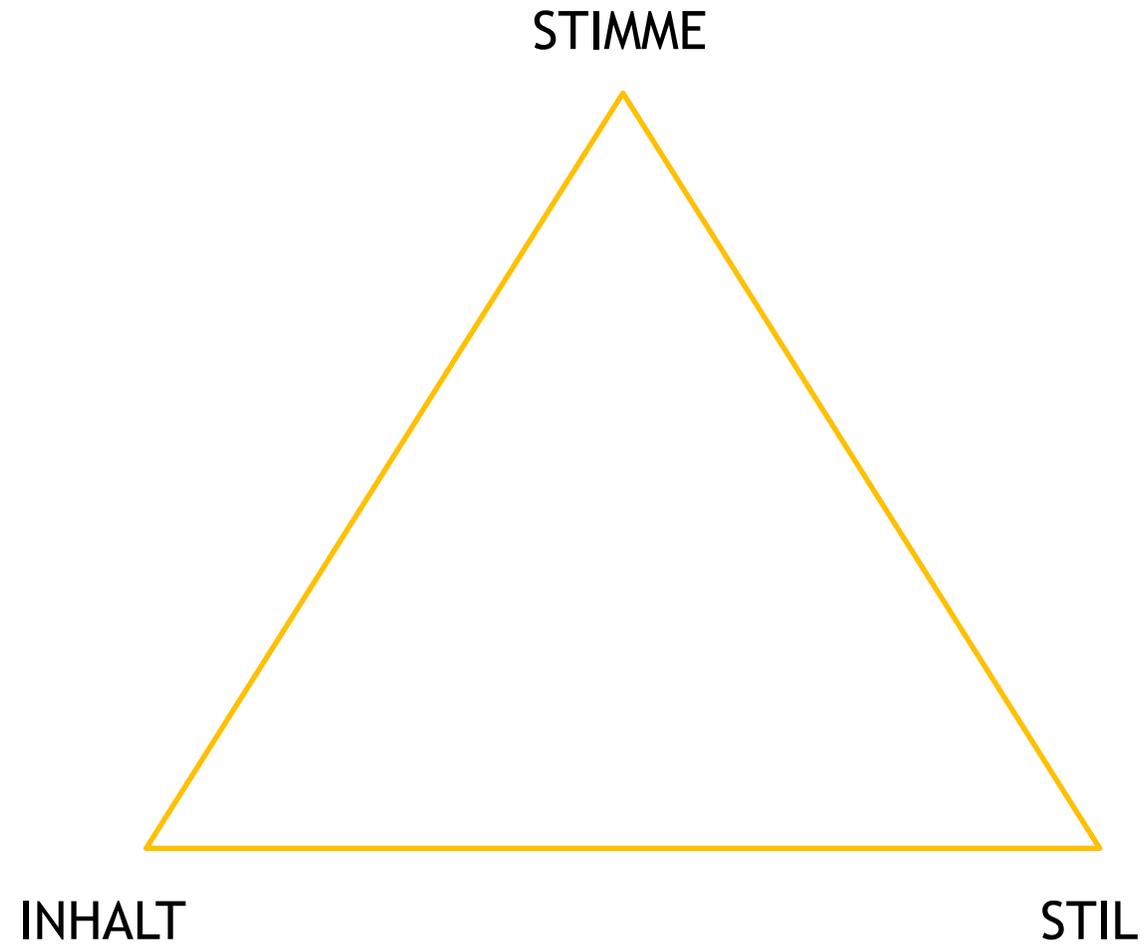
FAKTOR STIL

- Haltung & Ausrichtung
- Mimik & Gestik
- Stilmittel
- Selbstbild vs. Fremdbild

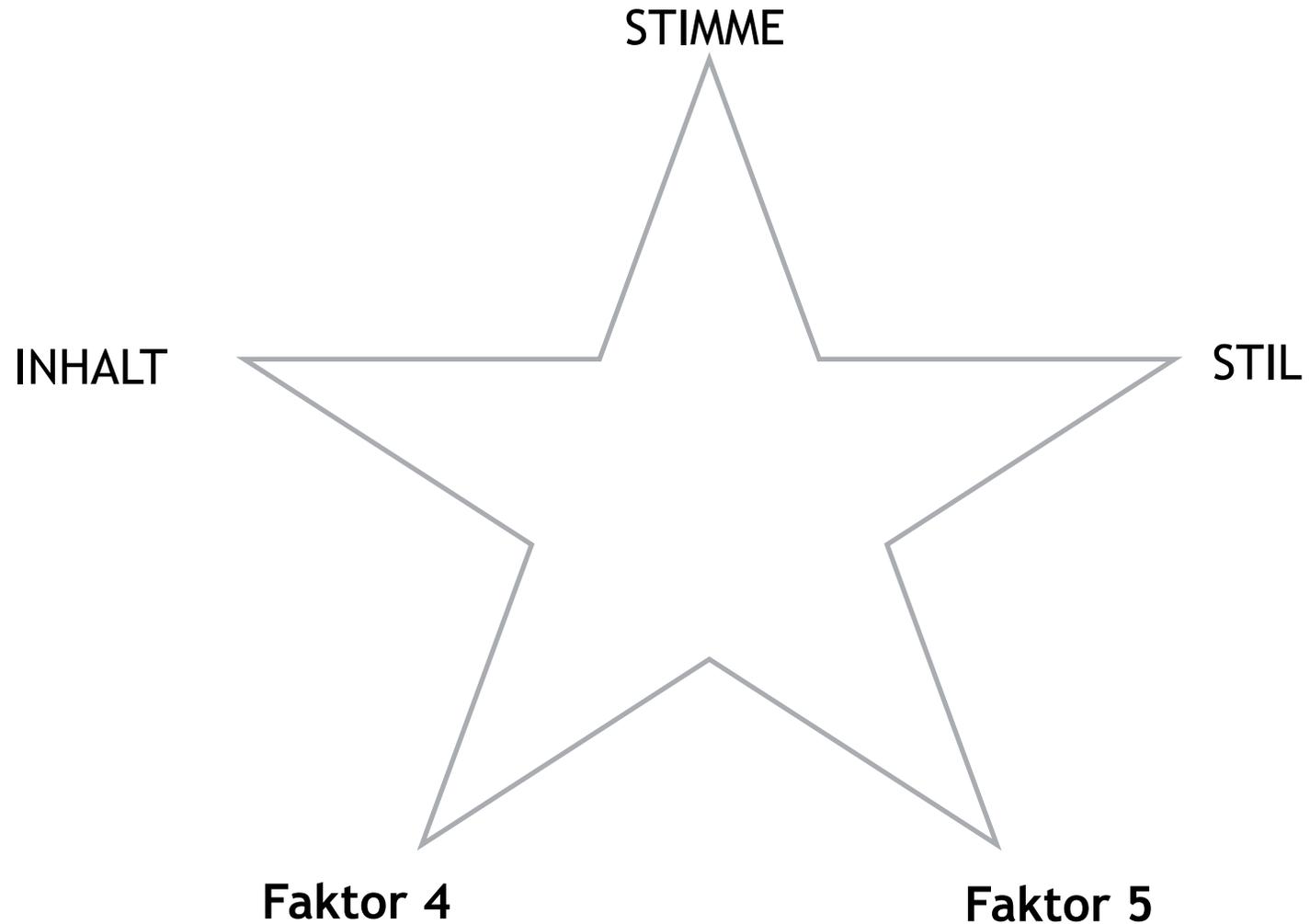
FAKTOR INHALT

- Menschen schnell ins Thema holen
- Nutzen klarmachen
- Distanz abbauen durch Interaktion
- einfache Sprache
- auf Zusammenhänge hinweisen

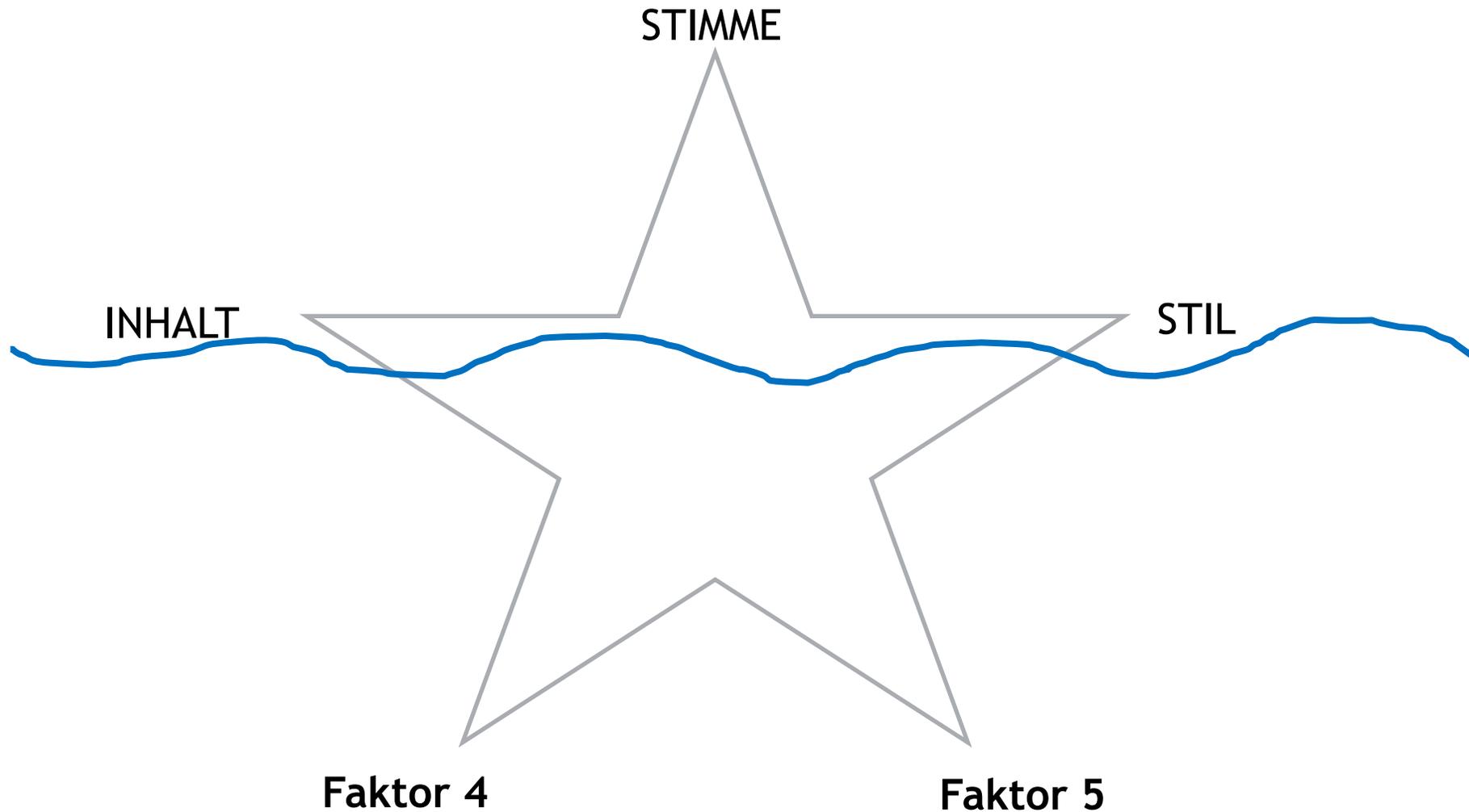
Basis-Dreieck für gelingende Kommunikation



Vom Dreieck zum Stern



Vom Dreieck zum Stern



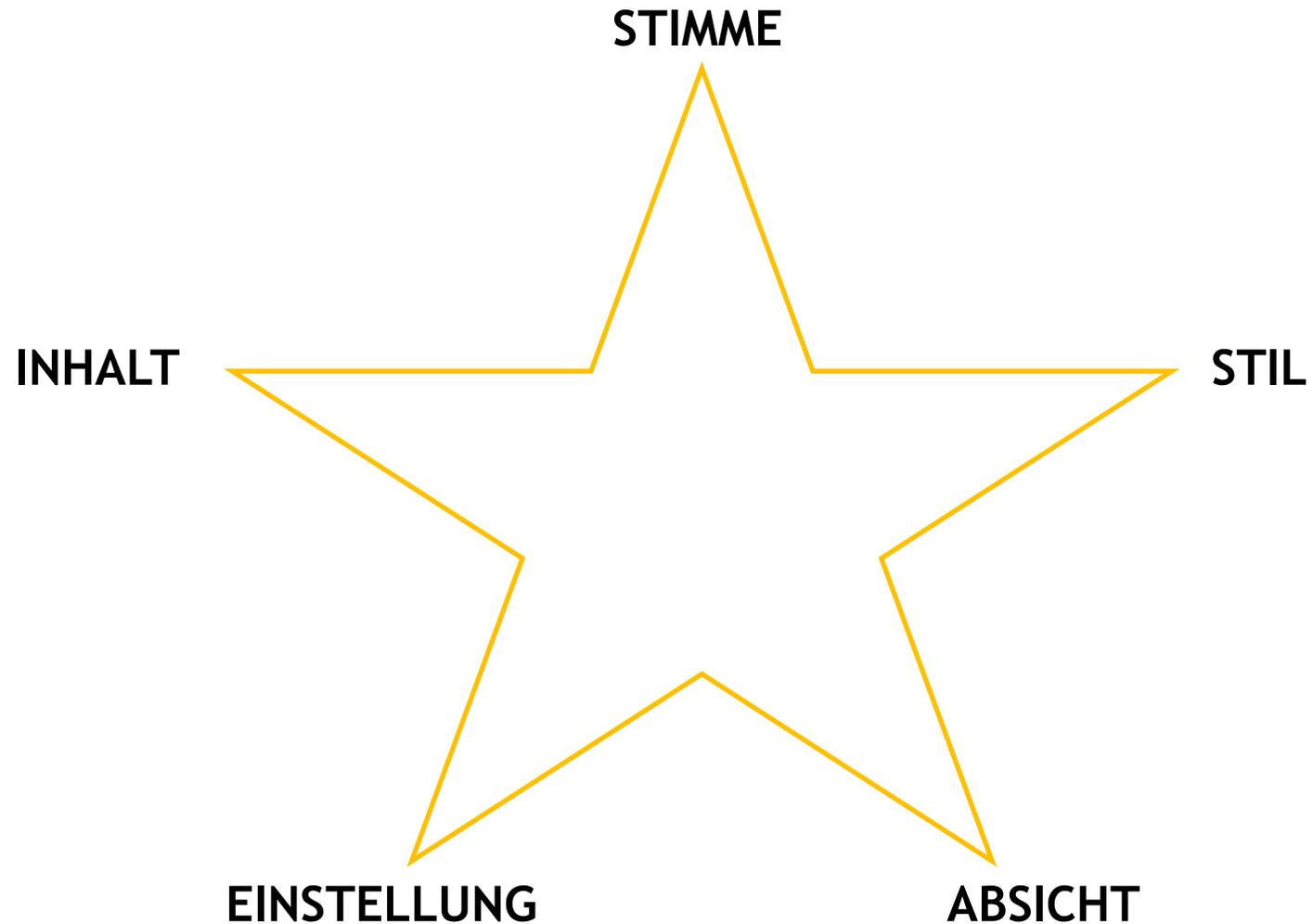
FAKTOR EINSTELLUNG

- „WIE will ich WAS?“
- innere Haltung
- persönliche Motivation
- Wieviel Prozent?

FAKTOR ABSICHT

- „WAS will ich WARUM?“
- Ziel ins Navi eingeben
- Nutzen und Motivation stiften

Sternmodell für begeisterndes Sprechen



„ICH WILL MEHR!“



- Mitgliederbereich auf www.sabinesobotka.com
- Sprechtraining mit Zungenbrechern
- Workshop-Aufzeichnungen:
 - „Begeisterndes Sprechen“
 - „Hol mehr aus deiner Stimme heraus“
 - „Gehaltvolle Inhalte“
- 1:1 Training für deinen starken Auftritt
- hallo@sabinesobotka.com