

# Kommunikationstraining

Es sind unsere wichtigsten Werkzeuge, die uns erst ermöglichen, überzeugend und glaubhaft Inhalte zu kommunizieren: Unsere Stimme und unser Körper. Daher genießen sie bei uns auch eine höhere Priorität als die Methodik der Präsentation. Unser Unterbewusstsein nimmt sehr fein Unsicherheiten in der Stimme wahr und merkt auch, wenn wir selbst nicht hinter dem Inhalt stehen.

## Stimme und Sprache

Die meisten Menschen setzen ihre Stimme eher unsicher ein. Im Coaching werden die Teilnehmer lernen, mutiger zu sprechen und dabei ihren Dialekt anzuerkennen. Sprachschwächen, Formulierungsschleifen und Floskelsprüche werden erkannt und Wege zu deren Vermeidung erarbeitet.

## Mimik und Körpersprache

Unser Gesicht und die Haltung des Körpers teilen dem Unterbewussten des Gegenübers viel mehr mit, als wir selbst wahrnehmen. Wir sind recht ungeübt, wenn es um den bewussten Einsatz und die Deutung von Mimik und Gestik geht. Das Ifzk-Coaching Körpersprache macht Spaß und verbessert Selbstbewusstsein und die individuelle Kommunikations- und Präsentationskompetenz.

## Projektbeispiele

### Kommunikationstraining

*Die individuellen Inhalte werden von den Anforderungen bestimmt*

- Rhetorische Prinzipien: Verständlichkeit, Wirksamkeit und Angemessenheit
- Moderation und Präsentation
- Umgang mit Lampenfieber
- Mimik und Körpersprache
- Dialogcoaching Stimme (richtiger Einsatz, Stimmsitz, kraftvoll und entspannt sprechen, Artikulation, Fehlmodulation, Sprechrhythmus)
- Smalltalk und Bescheidenheit
- Kommunikation mit prekären Zielgruppen
- Dialekt, „Ähs“ und „Ähms“, Sprachfehler

### Kommunikation mit Journalisten und Multiplikatoren

- Medientraining
- Interview und Pressekonferenz
- Video-Reflexion

### Führungskräftehonorik (sicher überzeugen, präsentieren, führen, akzeptiert werden)

- Ziel- und hörerorientiertes Sprechen
- Körpersprache als „Motor“, Veranschaulichungen mit rhetorischen Figuren
- Redesituationen im Führungsalltag (Begrüßung und Verabschiedung, Anlassreden, Informationsreden, Überzeugungsreden, spontanes und freies Sprechen vor Gruppen)
- Redevorbereitung, Manuskriptgestaltung
- Fragen und Einwände
- Umgang mit Lampenfieber und verbalen Attacken

