

Guter Umgang mit Redeangst und Lampenfieber

Veranstaltungs-Nr. 2023 Q256 SF

Nutzen und Ziele

09.03.2023 10:00 bis 15:00 Uhr

Wer unter Redeangst und Lampenfieber leidet, findet sich mit der Mehrheit aller Erwachsenen in guter Gesellschaft. Zitterige Hände, Schweißausbrüche, versagende Stimme - da nützt auch die beste inhaltliche Vorbereitung häufig nichts.

Im Seminar entwickeln Sie wirksame Techniken, um Ängste und Stress bei Vorträgen und Präsentationen abzubauen.

Ihr Nutzen

Sie kennen ihr persönliches Lampenfieberprofil und auch ihre Chancen im Umgang mit der Nervosität. Gewinnen Sie an Souveränität bei Ihrem persönlichen Auftritt und im Umgang mit kritischen Situationen und Fragen.

- Mein persönliches Lampenfieberprofil
- Chancen im Umgang mit Nervosität
- Stufen des gelungenen Vortrags
- Souverän durch Präsenz
- Umgang mit kritischen Situationen und Fragen

Guter Umgang mit Redeangst und Lampenfieber

Veranstaltungs-Nr. 2023 Q256 SF

Zielgruppe	Interessierte, die Ihren Auftritt sicher und unaufgeregt gestalten möchten.
Termin	09.03.2023
Plattform	Zoom
Dozent*innen	Michael Vetter
Teilnahmegebühr	290,00 EUR
Seminarzeiten	Donnerstag 10:00 Uhr - 15:00 Uhr
Pausenzeiten	Die Dozent:innen legen flexibel oder nach Bedarf Pausen ein.
Arbeitsmittel	keine speziellen Arbeitsmittel benötigt
Online-Evaluation	<p>Am letzten Seminartag erhalten Sie eine E-Mail von der dbb akademie. Bitte bewerten Sie die Veranstaltung über den Online-Fragebogen. Ihre Rückmeldung hilft der dbb akademie, die hohe Qualität der Schulungen dauerhaft zu gewährleisten. Die Bewertung kann (auch anonym) mit Smartphone, Tablet oder PC durchgeführt werden.</p> <p>Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie Aktualisierung der Inhalte vor.</p>

Wissenswertes zu diesem Online-Seminar

Methodik und Ablauf

In diesem Online-Seminar erwartet Sie ein visualisierter Fachbeitrag zu Ihrem Thema. Je nach Verlauf werden Sie entweder über Chat, Mikrofon oder andere Online-Medien aktiv in den Veranstaltungsverlauf eingebunden. Die Dozent:innen entscheiden entsprechend der Seminarsituation über Art und Weise der Beteiligung. Die Inhalte werden anschaulich durch Vorträge, Präsentationen, Fallbeispiele, Diskussionen sowie ggf. durch Gruppenarbeiten oder Feedbackrunden vermittelt. Dabei kommen bewährte Online-Präsentations- und Lernmedien zum Einsatz.

Technische Voraussetzungen

Sie benötigen für die Teilnahme einen PC/Laptop mit Headset und ggf. Webcam. Unabhängig von der eingesetzten Online -Seminarplattform können Sie direkt über Ihren Browser beitreten. Alternativ können Sie die jeweilige Anwendung der Plattform installieren und nutzen.

Mit der Anmeldebestätigung zum Online-Seminar und per E-Mail eine Woche vor Veranstaltungsbeginn erhalten Sie eine Hilfestellung zur Nutzung der jeweils eingesetzten Online -Seminarplattform.

Wissenswertes rund um unsere Online-Seminare finden Sie auch auf unserer [Homepage](#).