

Auftrittskompetenz - Charisma ist erlernbar



Bildungszentrum Rehastudy
Bad Zurzach, Winterthur
Quellenstrasse 34
CH-5330 Bad Zurzach
Tel. +41 (0)56 265 10 20
Fax +41 (0)56 265 10 29
E-Mail info@rehastudy.ch
www.rehastudy.ch

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue
Certificato svizzero di qualità per istituzioni di formazione continua

Kursausschreibung

Auftrittskompetenz - Charisma ist erlernbar

EINLEITUNG

In diesem praxisorientierten Kurs lernst du, wie du deine **Auftrittskompetenz** steigern und dein **persönliches Charisma** entwickeln kannst. Egal, ob du in **Meetings, Präsentationen, Verhandlungen** oder bei **öffentlichen Auftritten** selbstbewusst und überzeugend wirken möchtest – mit den richtigen **Techniken** kannst du deine **Ausstrahlung** und **Wirkung** gezielt verbessern.

ZIELE

- **Selbstwahrnehmung und Selbstbewusstsein:** Erkennen und Stärken Deiner persönlichen Stärken und Schwächen.
- **Körpersprache:** Wie du durch Deine Haltung, Mimik und Gestik Vertrauen und Autorität ausstrahlen kannst.
- **Präsentationstechniken:** Effektive Methoden, um deine Inhalte spannend und überzeugend zu vermitteln.
- **Psychologie des Charismas:** Wie du die Aufmerksamkeit Ihrer Zuhörer gewinnen und langfristig binden.
- **Umgang mit Lampenfieber:** Techniken, um Auftrittsangst zu überwinden und souverän aufzutreten.

INHALTE

- Körpersprache
- Atemtechnik
- Fähigkeiten für souveräne Auftritte in verschiedenen beruflichen und persönlichen Kontexten.
- Du lernst, Deine Körpersprache gezielt einzusetzen, selbstbewusst zu sprechen und Deine Präsenz zu stärken.

ANGABEN ZUR LEHRPERSON

Claudia Jahn

Schauspieldozentin und Coach

1993 - 2015 bis heute Schauspielerin bei Theater, Film, Fernsehen und Rundfunk,
Schauspieldozentin

2012 - bis heute Coach für Kommunikationstraining, Auftrittskompetenz und Kamerapräsenz bei
diversen Unternehmen für Einzelcoaching sowie für diverse Coaching- und Consulting
Unternehmen



KURSVORAUSSETZUNGEN

Dieser Kurs richtet sich an Führungskräfte, Unternehmer, Selbstständige sowie alle, die ihre persönliche Ausstrahlung und ihre kommunikativen Fähigkeiten gezielt verbessern möchten.

Für alle Interessierten

LEITUNG

Jahn Claudia

| Kursort | Datum | Zeiten | Kurs-Nr | Kosten |
|-------------|------------|-------------------|---------|-----------|
| Bad Zurzach | 29.04.2025 | 09.00 - 17.00 Uhr | 25210 | CHF 500.- |
| | 30.04.2025 | 09.00 - 17.00 Uhr | | |