

Individuelles Intensivtraining AUFTRITT PROBE



Thema des Trainings

Sicherheit für den konkreten Auftritt. Ihr Auftritt ist das Wichtigste auf der Welt - machen Sie ihn darum perfekt!

Zielpersonen für dieses Training

Sie haben einen konkreten Auftritt und dazu eine Rede, einen Vortrag oder eine Präsentation erstellt. Diese wollen Sie einüben, dabei sich selbst, sowie die Wirkung prüfen, Nervosität abbauen und noch mehr Sicherheit für den Auftritt erlangen.

Erwartungen und Fragen an das Training

Sind dies Erwartungen und Fragen, die Sie jetzt gerade im Zusammenhang mit Ihrem Auftritt beschäftigen?

- Wird mein Einstieg das Publikum für die Rede öffnen?
- Erreiche ich mit der Argumentstruktur und dem Redeaufbau mein Ziel?
- Habe ich passende emotionale Elemente eingebaut, die beim Publikum ankommen?
- Das müsste jeder verstehen, oder gibt es noch treffendere Formulierungen?
- Hoffentlich wird meine Botschaft verstanden, behalten und auch dementsprechend danach behandelt.
- Diese regelmäßigen Berichtsabschnitte langweilen alle nur noch. Welche Abwechslung gäbe es?
- Bin ich tagesaktuell und habe ich ausreichende Publikumsbezüge hergestellt?
- Ich werde Denkanstöße geben. Soll ich dabei auch etwas provozieren?
- Was macht mich besser als andere Vortragende?
- Einen roten Faden habe ich.
Was mache ich, falls ich ihn verliere?
- Welche Zwischenfragen sind vorhersehbar?
- Wie schaffe ich es bei diesem trockenen Thema, Aufmerksamkeit und Spannung beim Publikum zu kreieren und aufrecht zu erhalten?
- Erzeugt der Schluss einen positiv bleibenden Eindruck?

Antworten dazu werden Sie sich im Training erarbeiten,

alternative Möglichkeiten probieren, vergleichen und einüben und wiederholen bis es Ihnen gefällt und „sitzt“.

Ziel und Konzept

Dem Ziel, in kurzer Zeit zu einem gelungenen Auftritt zu gelangen, folgt das Konzept: vorhandene Stärken herauszustellen, Sicherheit zu entwickeln, (kurzfristig) ausgleichbare Defizite abzubauen, Fehler zu korrigieren und die Ausstrahlung zu verdeutlichen, um Wirkung zu erzielen.

Trainingsfelder

Je nach Notwendigkeit werden sämtliche klassischen und modernen Felder der Rhetorik aufgegriffen und unmittelbar an dem auftretenden Bedarf und Ihrem Lernfortschritt ausgerichtet. Die *möglichen* dabei Themen sind:

A. Worte und Ausdrucksweise (verbal)

Wörter/Wortarten bewusst verwenden und vermeiden, Satzbau, konkret/abstrakt, Anrede, Steigerung, Floskeln erkennen, Dialektik, Sprechgeschwindigkeit, Fragearten, rhetorische Stilmittel, aktiv/passiv, Bilder, Pausen und Schweigen, Zitat, Witz, Wiederholung, Wahrheit/Lüge, Negation, Zahlen gekonnt platzieren etc.

B. Atmung und Stimme (paraverbal)

Atemtechnik, Betonung, variable Lautstärke, Sprechstimmlage, Heiserkeit, Stimmpflege, lange reden ohne zu trinken, Stimme durch Stimmung, deutliche Emotion, Stimme und Mikrofon etc.

C. Körperspannung und -bewegung (nonverbal)

Blick, Mimik, Gestik, Bewegungsmuster, Haltung, Widerspruch zwischen Wort und Tat, Lampenfieber/Nervosität nutzen, sicher sein und Sicherheit ausstrahlen, Distanzzonen, erster/letzter Eindruck, Gesamtbild etc.

D. Redestrukturen, Visualisierungsmittel, Medien

Redeaufbau, Auftrittsbeginn/-ende, Redeanfang/-schluss, Manuskript, Redevorbereitung, Dramaturgie des Auftritts, Umgang mit Medien, Show-Elemente, Techniken aus der Werbung, Reizverarbeitung, Behaltenswerte, Ansprache der Sinne etc.

E. Rederahmen und Organisatorisches

Raumklima, Sitzordnung, Pult/Bühne, Redezeitpunkt, Umgang mit Vorrednern, Ankündigung des Redners, Technisches, Checklisten, Panne etc.

Die Trainingsfelder sind detailliert in der Beschreibung des Trainings „AUFTRITT EINS“ aufgelistet.

Didaktik

Die Vorgehensweise wird während des laufenden Trainings individuell an der persönlichen Situation des Teilnehmers ausgerichtet und berücksichtigt dabei die Ausgangsposition und den Lernfortschritt sowie die vereinbarte Zielsetzung im Hinblick auf den konkreten Auftritt. Zur zusätzlichen aktiven Erarbeitung gibt es situationsbezogene Arbeitsblätter und Übungen.

Dauer und Zeitrahmen

Minstdauer ein ganzer Tag. Je nach Auftrittsart, Vorarbeit und -kenntnissen ungefähr von 09:00 bis 19:00 Uhr. Die Gesamtzeit kann auch über mehrere Tage/Abende verteilt werden, ggf. auch an einem Wochenende.

Dramaturgie

Sie durchlaufen Ihren geplanten Auftritt sowohl in Ausschnitten als auch in vollständigen Runden. Bei jedem Durchlauf werden die zuvor erarbeiteten Merkmale eingearbeitet und Varianten ausprobiert bis die gewünschte Darstellungsqualität und genügend Sicherheit erreicht ist.

Auftrittsarten und Redegelegenheiten

Zur Heranführung an Ihren aktuell zu probenden Auftritt können unterschiedliche Redeformen eingesetzt werden, wie: persönliche Vorstellung, Moderation rund um das Training, Anlass-/Gelegenheitsreden, Statement, freie Rede, Stegreifrede etc.

Trainingsmethoden

Methoden, die im Training verwendet werden können: freie Rede, Vortrag, Dialog, Diskussion, Disput, Video- und Stimmaufzeichnung, Rollenspiel, Atem- und Artikulationsübungen, Situationssimulation, Trainerinput, motorische Übungen etc.

Vorarbeit

Falls sich die Ausarbeitung Ihrer Rede noch im Frühstadium befindet, so erhalten Sie Checklisten, die Ihnen die Vorbereitung Ihrer Rede erleichtern. Zur Vorbereitung des Trainers schicken Sie diese ausgefüllt bitte auch an REDEWEISE. Ist Ihre Vorbereitung (fast) abgeschlossen, stellen Sie REDEWEISE bitte das vorhandene Manuskript und Präsentationsmaterial zur Verfügung, ebenso Videoaufzeichnungen, falls Sie bereits bei einem Probeauftritt aufgenommen worden sind.

Vorbereitung und Analyse

In einem (Telefon)interview werden die inhaltlichen und organisatorischen Rahmendaten und die Zielsetzung des

bevorstehenden Auftritts besprochen. Teilnehmer und Trainer analysieren daraufhin gemeinsam die Ist-Situation (ggf. auch anhand von älterem Videomaterial) und definieren die Zielsetzung des Trainings. Dabei werden neben dem konkreten Auftritt/Redeanlass weitere persönlichen Merkmalen fokussiert, an denen gearbeitet werden soll, um über den aktuellen Auftritt hinaus eine Nachhaltigkeit des Trainings zu erzielen.

Voraussetzungen

Rhetorisch: keine.

Persönlich: Der Wille, hart an der eigenen rhetorischen Wirkung zu arbeiten und selbstkritisch zu trainieren. Bitte berücksichtigen Sie: Während des Trainings ist keine Zeit, um andere Arbeiten nebenher zu erledigen. Mobiltelefone sind für Trainer wie Teilnehmer tabu.

Teilnehmerzahl

Nur Einzeltraining. Ein Dialogpartner kann dazukommen, wenn szenischen Sequenzen einstudiert werden sollen.

Nachbereitung

Nach Absprache ist Ihr Trainer als Zuhörer bei Ihrem Auftritt anwesend, so dass eine unmittelbare kritische Würdigung möglich ist. Eventuell kann eine Videoaufzeichnung des Auftritts später auch gemeinsam analysiert werden.

Rücksicht

Gerade dann, wenn im eigenen Haus trainiert wird, ist es unabdingbar, dass Sie als Teilnehmer während der Trainingszeit, dazu gehören auch die Pausen, nicht vom Tagesgeschäft oder Anfragen unterbrochen werden.

Bekleidung

In der Endphase sollten Sie Business-Kleidung tragen, in der Sie bei Ihrem Redeanlass auftreten. Nur so können alle Aspekte eines auch optisch perfekten Auftretens einstudiert und ausprobiert werden.

Transfer

Der Transfer erfolgt zunächst einmal unmittelbar durch den hiermit vorbereiteten Auftritt.

Anschließend wird mittels einer Checkliste eine kritische Selbstanalyse des Auftritts vorgenommen, mit der über die selbstgesetzten Ziele, die Abweichungen davon, Gründe dafür, und über Verbesserungspotentiale reflektiert werden kann.

Zudem besteht die Möglichkeit, bei einer weiteren Redevorbereitung mit dem Trainer über den Auftritt bis ½ Jahr nach dem Training per Mail/Tel. zu sprechen.

Nach diesem Einzelfalltraining bietet es sich an, die kurzfristig eingeübten Fertigkeiten weiter zu entwickeln und zur Routine werden zu lassen im Intensivtraining:

„AUFTRITT EINS - Persönlichkeit und Rhetorik als Fundament erfolgreichen Auftretens und Redens“