

# PARLA®-Trainings

## Rhetorik

### Souverän und überzeugend reden

#### Ziele

Erfolgreich ist heutzutage, wer es schafft, in gutem Kontakt mit Mitarbeitern, Kollegen und Kunden zu sein. Dementsprechend wird von Ihnen erwartet, sich bei Ansprachen zu Mitarbeitern und Gästen oder bei Präsentationen vor Kunden oder wichtigen Gremien sicher zu bewegen und den richtigen Ton zu Ihrem Gegenüber zu treffen. Wenn Sie Informationen nicht nur verständlich übermitteln, sondern mit Gewicht, werden Sie sich besser durchsetzen können. Täglich präsentieren Sie sich und Ihre Arbeit und repräsentieren damit Ihr Unternehmen. Dabei zählt, nicht nur inhaltlich gut vorbereitet zu sein, sondern Herz und Verstand Ihrer Zuhörer zu überzeugen. Den entscheidenden Unterschied macht Ihr persönliches Auftreten.

#### Ihr Nutzen

Wie Sie mit Körpersprache, Stimme und Sprache professionell und sicher wirken, das erfahren Sie in diesem feedbackintensiven Seminar. Sie erleben, wie Sie es schaffen, dass Ihre Zuhörer Ihnen von A bis Z gespannt zuhören und anschließend handeln. Sie feilen an Ihren rhetorischen Stärken und lernen, mit der Nervosität vor großen Gruppen umzugehen. Sie üben, leichter die passenden Worte zu finden und in jeder Situation einen guten Eindruck zu machen.

#### Inhalte

- „In Dir muss brennen, was Du in anderen anzünden willst“ – wie Sie durch Ihre innere Haltung Ihre Zuhörer überzeugen
- Das eigene Wirkungspotenzial erkennen – wie Sie schon beim 1. Kontakt durch Kompetenz, Sympathie und Glaubwürdigkeit beeindrucken
- Sicher auftreten – damit Körpersprache nicht zur Falle wird, sondern Präsenz verschafft
- Die Macht der Stimme – wie Sie mit kleinen Übungen zu Artikulation, Atmung und Stimme Ihre Überzeugungskraft multiplizieren
- Wie Sie durch die richtige Pausentechnik „ähms“ vermeiden, bestimmter wirken und Akzente setzen
- Was Sie bei Lampenfieber tun können – Körpersprache, Atemtechnik und Mentaltraining für ein authentisches und selbstbewusstes Auftreten.
- Argumentativ gewinnen – mit rotem Faden klar und verständlich präsentieren
- Reden lernt man nur durch Reden – nutzen Sie das Seminar als Übungsraum und entwickeln Sie Freude an der Herausforderung!

#### Methoden

Zentral ist die Arbeit mit Video: Videoanalysen, Live-Übungen mit Einzel-Feedback, Impulse durch die Trainerin, Erarbeitung im Plenum, Diskussion, praktische Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit; Vertrag mit sich selbst: konkrete Umsetzungsschritte und Tipp-Karten.

#### Trainerin

Anja Oser, Geschäftsführerin [PARLA GmbH & Co. KG](#)

- geb. 1968, Wohnort: Heidelberg
- seit über 20 Jahren Expertin für erfolgreiches Sprechen, Führen und Selbstmanagement
- Sprecherzieherin/ Sprechwissenschaftlerin, DGSS; Sprachwissenschaftlerin Anglistik/ Romanistik
- Systemischer Coach, NLP Master, [wingwave®](#)-Coach, Integraler Businessberater, Unternehmensberaterin/ Organisations-entwicklerin nach Trigon und SySt
- Mitglied im Verband der Redenschreiber deutscher Sprache, VRdS, im Rhetorikforum, in der Vollversammlung der IHK RNK und stellvertretende Vorsitzende des Berufsverbands Sprechen, BVS



PARLA



PARLA  
INTERNATIONAL



EXECUTIVE  
COACHING

#### Datum

auf Anfrage

#### Ort

auf Anfrage

#### Dauer

auf Anfrage

#### Trainerin



Anja Oser

#### Teilnehmeranzahl

max. 12 Teilnehmer/innen

#### Investition

nach Vereinbarung

#### Zielgruppe

auf Sie abgestimmt