

# DEIN AUFTRITT REDEN UND WIRKEN



**SEMINAR**  
**AM 11. UND 12. JULI 2016 IN MÜNCHEN**

**Das Kommunikationstraining mit Praxisbezug für Fach- und Führungskräfte**

# DEIN AUFTRITT

---

# REDEN UND WIRKEN

**SEMINAR**  
**11. /12. JULI 2016**  
**MÜNCHEN**

Wünschen Sie sich mehr Sicherheit und Gelassenheit bei Ihrem Wirken und Handeln? Im Seminar **REDEN UND WIRKEN** entdecken und erweitern Sie Ihre ganz persönliche Kommunikationsfähigkeit.

Sie lernen Körpersprache bewusst einzusetzen, gewinnen Klarheit und Authentizität.

Videoaufzeichnungen ermöglichen Ihnen, Ihre Fortschritte sofort zu überprüfen.

**Dieses Seminar ist besonders konzipiert für die Aus- und Weiterbildung von Führungskräften.**

## WARUM

Die Anforderungen an Team- und Kommunikationsfähigkeit befinden sich in ständiger Veränderung. Ungelöste Konflikte hemmen nicht nur unsere Produktivität und senken unsere Lebensqualität. Langfristig haben sie auch ernsthafte gesundheitliche Folgen.

Umso wichtiger werden zwei zentrale Qualitäten, die eine kompetente Führungskraft haben sollte.

1. Die Fähigkeit zum Aushalten und zum Ausgleich von Spannungen
2. Die Bereitschaft zu einem wertschätzenden Austausch

## DER KÖRPER LÜGT NIE

Sie können sich noch so sehr bemühen, konfliktfrei zu kommunizieren. Ihre Körpersprache wird Ihre wahren Empfindungen verraten und sich durchsetzen. Andererseits können bereits kleinste Veränderungen der Körperhaltung Spannungen lösen, Emotionen verändern und Gespräche positiv beeinflussen.

Wer in der Lage ist, Signale der Körpersprache richtig zu deuten und bewusst einzusetzen, kann sich optimal auf sein Gegenüber einstellen. Gespräche und Verhandlungen verlaufen leichter und erfolgreicher.

## AUSSTRAHLUNG UND AUTHENTIZITÄT

Oft prägen sich im Laufe des Lebens starre Verhaltensmuster ein, die uns später daran hindern frei und leicht zu agieren. Im Training „Reden und Wirken“ lernen Sie Ihre unbewussten Muster kennen und entlarven sie anhand von Videoaufzeichnungen.

Darüber hinaus werden Sie bei spielerischen Übungen Ihre persönliche Spontaneität entdecken, Ihre Kreativität und soziale Kompetenz. Drei Faktoren, die Ihren Arbeitsalltag erleichtern und Ihnen erstaunliche Erfolgserlebnisse bescheren werden.

- Überzeugen Sie durch Authentizität und Selbstvertrauen
- Lernen Sie nonverbale Kommunikation zu lesen, zu deuten und zu steuern
- Gewinnen Sie Sicherheit und Leichtigkeit
- Erzeugen Sie eine starke Verbindung zwischen Ihnen und Ihren Zuhörern

## INHALT UND AUFBAU

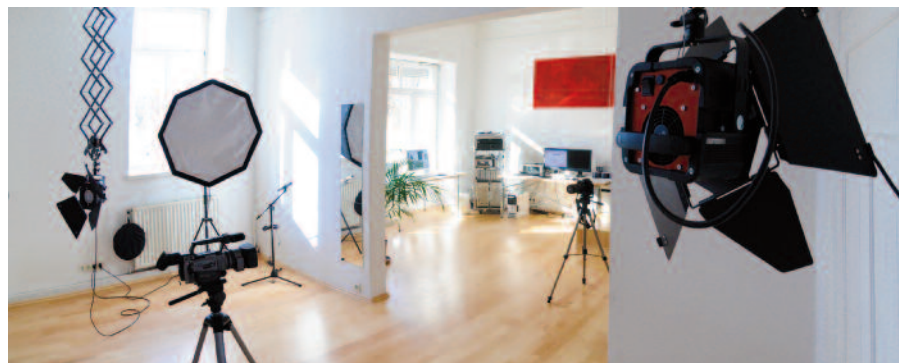
- Kurze Einführung in die Methode
- „Der Obama Effekt“ mit praktischen Übungen
- Status und Kommunikation – souverän in flachen Hierarchien agieren
- Dynamische Prozesse und Spannungen erkennen und verändern  
- Training aus dem Schauspielhandwerk
- Improvisationen beruflicher Konfliktsituationen vor der Kamera mit anschließender Analyse
- Anwendung und Modifikation der erlernten Tools angepasst auf ihre ganz persönlichen Anforderungen und Bedürfnisse
- Lernen Sie Konfliktsituationen souverän zu durchleuchten und neue, bisher ungeahnte Lösungsoptionen anzuwenden.

Der Soziologe Niklas Luhmann hat die optimale Beziehung zwischen Kollegen oder zu Vorgesetzten prägnant zusammengefasst:

„Es gilt das Gesetz des Wiedersehens – die richtige Mischung von Respekt und Offenherzigkeit, Zufriedenheit und selbstverständlicher Erfahrungssicherheit, von Angebot und Zurückhaltung zu finden“

---

Für das Seminar steht uns das Film- und Castingstudio Douglas zur Verfügung. Die professionell ausgestatteten Räume sind ideal, um die Fortschritte der Teilnehmer aufzuzeichnen und auszuwerten.



# Inga Helfrich

**Regisseurin – Schauspielcoach - Autorin**

Als Regisseurin ist es mir wichtig, Inhalt und Form eines Textes glaubhaft und lebendig zu inszenieren. Schauspieler sollen ihr Publikum überzeugen, begeistern, verführen und „bewegen“. Das kann emotional sein oder intellektuell - Unmittelbar, direkt und auf Augenhöhe! Diese „Bewegung“ suche ich auch jenseits der Bühne und des Filmsets im beruflichen Alltag. Ich wünsche mir, dass möglichst viele Menschen die großartige Energie dieses künstlerischen Prozesses spüren, genießen und davon profitieren.

**Ziel meiner Kurse ist es, die individuellen Stärken jedes Teilnehmers zu erkennen und konsequent auszubauen.**



## REFERENZEN

Assistententätigkeiten am Bayerischen Staatstheater und den Salzburger Festspielen mit Regisseuren wie Leander Haußmann, Peter Zadek, Robert Wilson, Gerhard Polt, Franz Xaver Kroetz. Seit 1997 freie Regisseurin in Berlin, Brüssel, Basel, Bochum, Hannover, Luzern, Dresden und München. Hörspiele für den Bayerischen Rundfunk und Inszenierungen eigener Theaterprojekte. Langjährige Dozentin für Schauspiel an der Bayerischen Theaterakademie München und dem Mozarteum in Salzburg. Coaching und Casting für Film- und Fernsehschauspieler.

Trainings für angehende Führungskräfte

Agado München, Allianz Frankfurt, Allianz Stuttgart, Bavaria Filmstudios, Bayerischer Rundfunk, Constantin Film, Deutschlandfunk, Eikon Media, McDonalds, Mozarteum Salzburg, Münchner Kammerspiele, NDF, Pathos Transport, Real Film, Roxy Film, Tresor TV, Wiedemann und Berg

# Seminaranmeldung

**Datum:** ..... max. 7 Teilnehmer  
**Zeit:** ..... inc. Mittagspause  
**Ort:** **Douglas Productions & Studio** Elsässerstr. 9, 81667 München  
**Seminargebühr:** **395,00** plus Mehrwertsteuer

## Ihre Daten

Name: .....  
ggf. Firma: .....  
Adresse: .....  
Telefon: .....  
Mail: .....

## Ggf. abweichende Rechnungsadresse / Firmenadresse

Name/Firma: .....  
Adresse: .....  
Telefon: .....  
Mail: .....

## Anmeldung und Teilnahmegebühr

Bitte übersenden Sie uns die Anmeldung an o.a. Adresse per Post oder Mail. Nach Erhalt Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung der erfolgreichen Anmeldung oder eine Nachricht, dass wir Sie auf die Warteliste gesetzt haben. Die Rechnung erhalten Sie nach der Anmeldung und ist binnen 8 Tagen fällig. Ihre Anmeldung wird mit unserer Bestätigung für beide Seiten verbindlich.

## Stornobedingungen

Eine Stornierung bis 3 Kalenderwochen vor Seminarbeginn ist kostenfrei, danach berechnen wir 50% bzw. ab 1 Woche vor Seminarbeginn die vollen Seminarkosten. Storno ist jeder Rücktritt, auch Krankheit und Verschiebung. Die Stornogebühr entfällt, wenn Sie einen Ersatzteilnehmer anmelden, oder wir den Platz bei Wartelisten weitergeben können.

**Die Teilnahme- und Rücktrittbestimmungen habe ich zur Kenntnis genommen und erkenne sie an.**

Ort, Datum ..... Unterschrift .....