

Seminar: „Präsentationstraining“ in der sprechbar in berlin

- **Einstieg** zum Thema
- Wie wir mit **Geschichten** eine Präsentation eröffnen können. Die Geschichte wird nicht am Stück erzählt, sondern wie bei einer Serie als Cliffhanger. So ist der Zuschauer neugierig auf das Ende. Schön ist es, wenn sich die Aussage der Geschichte mit dem Thema deckt.
- **Wie geht es mich Übung:** durch den Raum gehen/ verschiedene Stimmungen beeinflussen meinen Gang, mein Auftreten.
- **Vorstellungsrunde** der Teilnehmer (Vorstellen, Lieblingsessen, Erwartungen)
- kurze **Warm-up**-Sequenz für Atmung und Stimme
- **Resonanzräume spüren:**
Im Luftballon spiegeln sich die drei Resonanzräume: das a liegt mittig, das o unten und das i vibriert oben.
- **Normalsprechtone/Indifferenztonlage** finden mit Luftballon:
Das a ist die Lage des Normalsprechtone. Wir gehen vom oberen Resonanzraum ni zum ja. Ebenso vom unteren Resonanzraum jo zum ja. Langsam rutscht das a in die richtige Stimmlage.
- **Senden des Tons.** Luftballonübung zu zweit gegenüber; hey-you senden und spüren
- **Fokus Übung:** Der Schauspieler braucht auf der Bühne ein aktives Verb. Er handelt. Wenn er handelt, wirkt er präsent und ist dadurch auch selbstsicher.
- Übung: „**der innere Kritiker**“ (kontraproduktive Sätze notieren, zerreißen & vergessen)
- Übung: „**Ich bin kompetent**“ Positive Manifestationen geben mir die richtigen Sätze für die Bühne. Ich bin . . . oder Ich habe . . . – die Sätze immer im Präsens formulieren, auch wenn es noch nicht so ist.
- **Fokus Übung:** Auftritt mit dem Fokus: alle schauen mich an und Auftritt mit dem Fokus: ich sehe Euch alle!
- **10 Tipps für eine gelungene Präsentation (nochmals angehängt)**
- **R A C E R - Modell – wie man Fragen beantwortet**
Respond, Answer, Check, Encourage, Return
Die Frage wiederholen (schließt Missverständnisse aus), die Frage beantworten, Nachfragen: Habe ich Ihre Frage beantwortet, Die anderen TN fragen, ob sie auch Fragen haben, Zurückkehren zum Thema.
- **Kill the „Ähms“:** Für jedes ähm fällt ein Cent Stück in die Silberschale.
- Trick zum Vermeiden des Anschmatzers: Öffnung durch Gähnen bzw. Zunge nach hinten oben rollen.
- kurze **Feedbackrunde:** „Was nehme ich aus dem Seminar mit?“