



Mag.^a Elisabeth Leeb, M.A.
Wilhelm-Weber-Weg 6/ 5/31
A-1110 Wien
+43 650 870 9302
leeb@sprachwellen.at
www.sprachwellen.at

Trainingsangebot von Sprachwellen e.U.

Das Angebot für Softskills im Bereich der mündlichen Kommunikation.

Methodenpool: Impulsreferat, Erfahrungsaustausch, Dialog
Übung, Rollenspiel, Feedback, Erzählung

Format und zeitlicher Rahmen können nach Absprache auch individuell angepasst werden. Es ist ebenfalls möglich, speziell auf Unternehmen zugeschnittene Formate zu entwickeln.

Ich trainiere im Gruppensetting bis max. 30 Personen, wie auch im Einzeltraining.

1.) Gender-Kommunikation – Wir verstehen uns

Ziel: Die Kommunikation im Team zu verbessern und zielführend zu gestalten, denn gute Zusammenarbeit und effizientes kommunizieren wird immer wichtiger.

Inhalte: Die Teilnehmenden erfahren, wie und/oder ob sich der Kommunikationsstil von Frauen und Männern unterscheidet. Die Teilnehmerrunde dient dazu, wertfrei bisherige Erlebnisse und Erfahrungen auszutauschen, zuzuordnen und durch praktische Übungen zu ergänzen. Aus dieser Genderperspektive werden die Grundregeln der Kommunikation beleuchtet und Rollenzuschreibungen sowie Vorurteile sichtbar gemacht. Durch Übungen und Rollenspiele werden Gesprächssituationen analysiert und aufgearbeitet.

2.) Rhetorische Kompetenz – Basismodul

Ziel: Das eigene Sprechen im Sinne einer konstruktiven Kommunikation zu optimieren und rhetorische Prozesse zu erkennen und anzuwenden.

Inhalte: Die Teilnehmenden erhalten Einblick in Theorie und Praxis der mündlichen Kommunikation. Wir alle haben ein Bildungssystem durchlaufen, das meist größeren Wert auf Schriftlichkeit legte, die mündliche Interaktion wurde dabei weitgehend vernachlässigt. Aufgrund mangelnder rhetorischer Schulung und geringer Übungsmöglichkeiten, zeigen viele Gespräche/Verhandlungen/Diskussionen erst sehr spät konstruktive Ergebnisse, doch Gespräche bilden die Basis für den zwischenmenschlichen Austausch. Dieses Seminar bietet eine geeignete Übungsplattform für die Teilnehmenden, denn rhetorische Kompetenz ist immer auch soziale Kompetenz.

3.) Medientraining

Ziel: Mediale Selbstsicherheit erlangen und kompetent wirken, damit die eigenen Ideen und Meinungen optimal transportiert werden.

4.) Inhalte: Folgende Fragestellungen werden thematisiert und analysiert: Wie wirke ich als Person vor der Kamera und/oder dem Mikrofon? Wie trete ich z.B. bei Videokonferenzen, in Interviews und auf anderen Online-Plattformen (Youtube, Instagram, etc.) in Erscheinung? Selbst- und Fremdbild werden abgeglichen, Körpersprache, Sprechweise und Wirkung dem jeweiligen Medium angepasst. Ton- und Videoanalyse dienen dazu, den eigenen Auftritt und die Wirkung ins Bewusstsein zu holen, um zu lernen, situativ zwischen den einzelnen Kommunikationskanälen zu wechseln und die eigene Persönlichkeit gekonnt in Szene zu setzen.

5.) Erfolgreich telefonisch kommunizieren!

Ziel: Sie kennen die Erfolgsfaktoren der telefonischen Kommunikation und die Punkte, auf die Sie Ihr Augenmerk legen sollten und können diese in der Praxis umsetzen.

Inhalte: In vielen Berufen ist neben der schriftlichen und persönlichen Kommunikation das Telefon ein wichtiges Kommunikationsmittel. Die Stimme und die Art der Gesprächsführung haben hier einen sehr hohen Stellenwert. Sprechtechnik sowie die Tools der Gesprächsführung (z. B. Fragetechniken) stehen hierbei im Fokus. Tonaufnahmen und deren Analyse helfen, die Stimme und Sprechweise hörbar zu machen und diese durch Übungen und professionelles Feedback zu optimieren.

6.) Frauenstimmen können mehr!

Ziel: Es geht darum, Frauen in ihrem sprecherischen Ausdruck zu stärken und einen persönlichen Kommunikationsstil zu entwickeln.

Inhalt: In diesen Einheiten werden gezielt neue Impulse und Lernansätze vermittelt, die das stimmliche und körpersprachliche Potential vertiefen und erweitern. Bei individuellen Fragestellungen kann rasch Hilfe geboten werden, um Inhalte selbstsicher und authentisch zu vermitteln.

7.) Freie Rede und Vortrag

Ziel: Das Gestalten eines ansprechenden Redeaufbaus sowie die Umsetzung des geschriebenen ins gesprochene Wort sollte danach mühelos gelingen.

Inhalte: Im Zentrum stehen die Themen: Informationsauswahl, Struktur und Ordnung sowie Ausdruck und Anregung der Zuhörenden. Sie beschäftigen sich mit den wirkungsvollsten rhetorischen Figuren und wie sie auf die kognitive Ebene Einfluss nehmen. Die persönliche Sprechweise wird beleuchtet und durch Übungen und Feedback erfahren, wie eine überzeugende Rede aufgebaut ist und umgesetzt wird.

8.) Positive Schlagfertigkeit – gekonnt kontern

Ziel: Sich in kritischen Situationen nicht unterkriegen zu lassen und das Schaffen einer Basis, um im positiven Sinne schlagfertig/wortgewandt reagieren zu können, wenn es die Situation erfordert.

Inhalt: Warum wollen sie schlagfertig sein? Was macht sie sprachlos?
Das hat großen Einfluss darauf, wie sie von anderen wahrgenommen werden und wie andere dadurch mit ihnen umgehen. Doch positive Schlagfertigkeit beschränkt sich nicht darauf, möglichst gekonnt zu kontern, um das Gegenüber verbal zu besiegen, sondern das Image einer Person zu erwerben, die sich zwar nichts gefallen lässt, doch andere dabei respektvoll behandelt.

9.) Soziale und personale Kompetenz

Ziel: Unterschiedliche Kommunikationsebenen sowie Konfliktlösungsstrategien kennen, erkennen und benennen können und das eigene Lern- und Arbeitsverhalten sowie die eigenen Kommunikationsmuster analysieren lernen.

Inhalt: Soziale Kompetenz bedeutet, mit sich selbst und mit anderen angemessen umzugehen. Es geht um Qualitäten wie Reflexionsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Teamfähigkeit, Kooperationsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Selbstverantwortung, Eigeninitiative und Flexibilität,... um nur einige wesentliche Aspekte zu nennen.