

Auftritts- und Stimm-Coaching

Selbstbewusst auftreten – das Wort ergreifen



Einzel-Coaching

- **Persönliche Wirkung stärken:** Körpersprache bewusst einsetzen und natürliche Präsenz entwickeln
- **Selbstsicherheit gewinnen:** Innere und äußere Haltung gezielt nutzen
- **Stimme und Sprechen schulen:** Klangvoll, klar und deutlich sprechen
- **Präsentation gestalten:** Sich und Ihre Fachthemen kompetent präsentieren

Selbstbewusst
auftreten – mit
Stimme und Präsenz
überzeugen!

20 Jahre
AKADEMIE
HEIDELBERG

Referentin



Ursula Fetzer
Coachin und Trainerin für Auftritt,
Stimme und Kommunikation
Fetzer-Seminare, Heidelberg

Programm

Möchten Sie in Gesprächen ihre Körpersprache gezielt einsetzen oder wünschen Sie sich, dass Ihre Stimme klar und resonanzreich klingt? Stehen Präsentationen in ihrem beruflichen Alltag an, die Sie üben möchten?

Das Auftritts- und Stimmcoaching bietet Ihnen die Möglichkeit, genau diese Fähigkeiten zu entwickeln. Es unterstützt Sie dabei, selbstbewusst aufzutreten und in unterschiedlichen beruflichen Situationen sicher und klangvoll das Wort zu ergreifen.

Coaching-Ansatz

Der Coaching-Ansatz ist individuell und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Gemeinsam entwickeln wir Strategien und konkrete Schritte, um Ihre persönlichen und beruflichen Ziele zu erreichen. Dabei stehen praxisnahe Übungen und nachhaltige Ergebnisse im Mittelpunkt.

Vorgehensweise

- **Erstgespräch und Zielsetzung:** Im ersten Treffen analysieren wir Ihr Anliegen im Detail und definieren klare Coaching-Ziele.
- **Coaching-Methoden und Übungen:** Gemeinsam erarbeiten wir Lösungswege, die zu Ihnen passen. Sie erhalten individuelle Wahrnehmungsmethoden, Körperübungen sowie stimm- und sprecherische Techniken, die Sie im Alltag anwenden können.
- **Zwischen den Sitzungen:** Sie erhalten Reflexionsaufgaben und praktische Übungen zu z.B. Atem-, Stimm- und Körpertechniken, die Sie ausprobieren und einüben können.
- **Prozessreflexion und Integration:** Nach 4–6 Sitzungen ziehen wir eine Zwischenbilanz, bewerten Fortschritte und entwickeln Schritte zur langfristigen Sicherung Ihrer Erfolge.

Mögliche Themen im Coaching

- **Authentisch auftreten:**
den individuellen Ausdruck finden und entwickeln
- **Mit Stress umgehen:**
Strategien zur Stressregulierung in Auftritten, Konflikten und anderen Krisensituationen nutzen
- **Publikum oder Gesprächspartner*innen erreichen:**
Persönliche Stimm- und Sprechmuster erkennen und verändern, strukturiert und anschaulich formulieren lernen
- **Spontan reagieren:**
Mit Zwischenfragen und Einwänden flexibel umgehen üben

Coaching-Ziel

Das Aufttritts- und Stimmcoaching unterstützt Sie dabei, Ihre persönliche Präsenz zu stärken, Unsicherheiten abzulegen und sich in unterschiedlichen beruflichen oder privaten Situationen selbstbewusst Gehör zu verschaffen.

Ziel des Coachings ist es, Sie mit Techniken und Werkzeugen auszustatten, die Ihnen nicht nur kurzfristig helfen, sondern langfristig Ihre Kommunikationskompetenz und Selbstsicherheit fördern.

Das Coaching stärkt Ihre persönliche Präsenz, gibt Ihnen mehr Souveränität und verbessert Ihre Wirkung in Gesprächen, Meetings und Präsentationen. Sie werden nicht nur hören, was Sie verbessern können – Sie werden es selbst erleben und direkt in die Praxis umsetzen können.

Dieses Coaching unterstützt Sie dabei, mit Klarheit, Präsenz und Selbstbewusstsein zu überzeugen – beruflich wie privat.

Wissenswertes

Dieses Coaching richtet sich an alle, die ihre persönliche Präsenz und kommunikative Wirkung stärken möchten – unabhängig von Branche oder Position.

Angesprochen sind Personen, die in Meetings, Moderationen und Präsentationen überzeugen wollen, die selbstsicher auftreten und einen bleibenden Eindruck hinterlassen möchten. Oder auch Menschen, die in Gesprächen, Telefonaten oder bei Vorträgen professionell und souverän auftreten möchten und die Stimme und Körpersprache gezielt einsetzen wollen.

Unsere Referentin



Ursula Fetzter

Coachin und Trainerin für Auftritt, Stimme und Kommunikation
Fetzter-Seminare, Heidelberg

Ursula Fetzter ist seit über 30 Jahren als freiberufliche Trainerin, Coachin und Dozentin bundesweit für unterschiedlichste Unternehmen, Stiftungen und Bildungseinrichtungen tätig. Als Sprechwissenschaftlerin (DGSS) und Atemtherapeutin (HAG) liegt ihr Fokus auf Bereichen wie Auftrittsschulung, Atem-, Stimm- und Sprechbildung und Präsentationstraining. Darüber hinaus begleitet sie als Kommunikationstrainerin und Coachin (dvct) Menschen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und unterstützt sie in den Bereichen Gesprächsführung, Konfliktmanagement und Umgang mit beruflichen und privaten Veränderungsprozessen. Sie kombiniert in ihren Seminaren und Coachings Ansätze aus der Kommunikationswissenschaft, Tiefenpsychologie, Transaktionsanalyse und systemischen Beratung mit Methoden des Improvisationstheaters, die ihren Seminaren Spontaneität und Leichtigkeit geben.

Führungskräfte-Coaching

Stehen Sie vor Herausforderungen in Ihrer Führungsrolle? Möchten Sie Ihre Resilienz stärken und souverän mit Veränderungen umgehen? Nutzen Sie das Coaching, um Ihre Führungsidentität zu schärfen, Konflikte effektiv zu lösen und Ihre berufliche Weiterentwicklung aktiv zu gestalten. Machen Sie den nächsten Schritt – für mehr Klarheit und Erfolg als Führungskraft!

Ihre Vorteile:

- Stärkung der Führungsidentität: Klarheit über die eigene Rolle und authentisches Führen
- Bessere Konfliktlösung: Effektive Strategien für schwierige Gespräche und Teamdynamiken
- Gezielte Weiterentwicklung: Klarer Plan für berufliche und persönliche Entfaltung
- Nachhaltiger Erfolg: Langfristige Verbesserung der Führungskompetenzen und Teamdynamik

Kontaktformular

Auftritts- und Stimm-Coaching

Name

Vorname

Position

Firma

Straße

PLZ / Ort

Telefon/Fax

E-Mail

Name der Assistenz

Datum Unterschrift

Maßgeschneiderte Inhouse-Schulungen

Schon einmal über ein Inhouse-Seminar nachgedacht?

Ihre Vorteile:

- Qualifizierte Beratung und Umsetzung
- Erfahrene Referenten mit hoher methodischer Kompetenz
- Individuell angepasste Schulungsinhalte
- Top Preis-Leistungsverhältnis
- Keine Reise- und Hotelkosten für Ihre Mitarbeitenden

Gerne konzipieren wir für Sie eine maßgeschneiderte Inhouse-Schulung zu diesem und vielen anderen Themen!

Sprechen Sie uns einfach an.

Tel.: 06221/65033-0; E-Mail: info@akademie-heidelberg.de

Senden Sie Ihre Anmeldung bitte an: anmeldung@akademie-heidelberg.de

Ablauf

Im Rahmen eines kostenfreien Vorgesprächs von 20 bis 30 Minuten werden die zentralen Themen und Herausforderungen gemeinsam erörtert, die im Mittelpunkt stehen sollen. Auf dieser Grundlage wird ein individuelles Angebot erstellt. Nach der Terminvereinbarung werden die Coaching-Ziele gemeinsam definiert, und der Coaching-Prozess beginnt. Auch nach Abschluss des Coachings besteht die Möglichkeit, weiterführende Unterstützung in Anspruch zu nehmen.

Vereinbaren Sie ein kostenfreies Vorabgespräch

Sie sind interessiert an einem Angebot für Sie oder Ihr Unternehmen?

Sprechen Sie uns gerne an!

Nadine Gondro
Telefon 06221/65033-14;
n.gondro@akademie-heidelberg.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (Stand: 01.01.2010), die wir Ihnen auf Wunsch gerne zusenden. Diese können Sie jederzeit auch auf unserer Website einsehen: www.akademie-heidelberg.de/agb



AH Akademie für Fortbildung Heidelberg GmbH
Maaßstraße 28 · 69123 Heidelberg
Telefon 06221/65033-0
info@akademie-heidelberg.de
www.akademie-heidelberg.de