



**SYLVIA OSTERMANN**

KOMMUNIKATIONS-STRATEGIEN



## **Auftritt und Wirkung: Wie wir Menschen gewinnen – und von der ersten Begegnung an überzeugen**

### **Die Zielsetzung | Ihr Nutzen**

Bei diesem Training steht Ihr Auftritt im Fokus. Wie überzeugend wirken Sie, wenn Sie in Erscheinung treten? Wie souverän? Ob im Meeting, gegenüber Kollegen, Mitarbeitern – und auch gegenüber Kunden. Wie werden wir eigentlich wahrgenommen? Was viele Menschen unterschätzen: Noch bevor wir etwas sagen, haben sich andere schon ein Bild von uns gemacht. Wir wurden gescannt, wie wir auch andere scannen. Über Körpersprache, Kleidung, Mimik, Gestik. Bei diesem Training erfahren Sie, wie Sie heute auf Menschen wirken – und wie Sie allein über Ihren Auftritt Ihre positive Wirkungskraft massiv steigern können. Mit dem Ziel, Menschen ganz souverän für sich zu gewinnen - und im Auftritt von Beginn an zu überzeugen.

### **Die Themen**

- Bewusstsein schärfen: Wie schon der 1. Eindruck maßgeblich über unseren Erfolg entscheidet
- Willkommen im FBI-Room: Wie wirke ich heute – und warum?
- Körpersprache & Co.: Wie wir Souveränität und positive Wirkungskraft gewinnen
- Voice Work: Wie wir über die Stimme unsere Durchsetzungskraft steigern
- Überzeugend kommunizieren: Wie wir anderen eine Brücke zu unserem Ziel bauen
- Den Auftritt trainieren – und die eigene Wirkungskraft neu kennenlernen: Wie sich unser Umfeld verändert, wenn wir in unsere Präsenz und Stärke gehen
- Emotionen managen: Wie wir auch in Konfliktsituationen in unserer Souveränität bleiben

### **Die Methode**

Der 2-tägige Workshop ist praxisnah aufgebaut. Auf kurze theoretische Grundlagen folgen intensive Übungs-Sequenzen zu Ihrem Auftritt – mit gemeinsamem und individuellem Feedback. Jede Methode wird aktiv in Ihre Praxis und in Ihren Berufs-Alltag übersetzt.

### **➤ Video-Coaching**

Bei diesem Training profitiert jeder Teilnehmer von einem individuellen Video-Coaching. Dabei werden Stärken und Potenziale des Einzelnen herausgearbeitet.



SYLVIA OSTERMANN  
KOMMUNIKATIONS-STRATEGIEN

# Auftritt und Wirkung: Wie wir Menschen gewinnen – und von der ersten Begegnung an überzeugen

## Ihre Trainerin



### Sylvia Ostermann – Langjährige Chefredakteurin, spezialisiert auf die Erfolgsmethoden aus der Medienwelt und Luftfahrt

Sylvia Ostermann hat sich auf die Bereiche Führung, Kommunikation und Veränderungsprozesse spezialisiert. Sie arbeitete über 15 Jahre auf Führungsebene in den Chefredaktionen der großen Verlagshäuser und TV-Anstalten in Deutschland und der Schweiz - unter anderem bei der Axel Springer AG und der RTL Group. Seit 2005 berät Sylvia Ostermann Unternehmen im Bereich der internen wie externen Kommunikations-Strategie und übersetzt die Erfolgs-Methoden der Medienprofis sowie des Crew-Ressource-Managements aus der Luftfahrt in die verschiedenen Führungs-, Veränderungs- und Kommunikations-Situationen.

## KONTAKT UND BERATUNG

Cornelia Zumnorde

+49 178 858 3996

[kontakt@so-kommunikation.de](mailto:kontakt@so-kommunikation.de)

### Die Termine

15./16. Februar 2020  
05./06. September 2020

Weitere Termine auf Anfrage

### Die Teilnehmer

Mitarbeiter  
Führungskräfte

### Die Kosten

1.490,00 € zzgl. MwSt. | Teilnehmer  
1.773,00 € inkl. MwSt. | Teilnehmer  
= Zahlbar bis 6 Wochen vor Trainings-Beginn

### Ihre Buchungs-Nummer

2020 – 321

### Veranstaltungsort | Dauer

Hamburg  
09.00 bis ca. 17.00 Uhr - an beiden Tagen

### Die Gruppen-Größe

Min. 5 Teilnehmer, max. 8 Teilnehmer

### Die Teilnahme beinhaltet:

2 Trainings-Tage  
Lunch sowie Pausenverpflegung

### Für Ihre Planung und Organisation

Nach Ihrer Anmeldung geben wir Ihnen Hotel-Empfehlungen im nahen Umkreis des Training-Raumes.