

Anne Kühl

Seminare für Menschen, die vorne stehen



**Diplom-Sprecherin
Stimmtrainerin
Systemischer Coach**



ÜBERSICHT

Seminar- und Vortragsthemen für Unternehmen

STIMME UND PRÄSENZ

Volle Stimm-Power: Dein Training für Stimme und Bühnenpräsenz

3 Tage mit großer Bühne: Der Präsenz-Booster im Blended-Learning-Format.....4

Präsent in Wort und Stimme: Stimm- und Rhetoriktraining für Moderator*innen

2 Tage Stimme und Rhetorik für Gruppenleiter – live oder online.....6

Speak up with confidence: how you really enjoy public speaking!

2 half days online for English speaking coworkers.....7

Die Stimme ist weiblich! Wie Frauen mit der Stimme führen

1 Tag + Online-Videokurs für weibliche Führungspersönlichkeiten.....8

RHETORIK

Auf den Punkt gebracht: Strukturiert reden in Präsentation und Gespräch

2 Tage für Führungspersönlichkeiten, die effizienter sprechen wollen.....9

Sprechen für Kopf und Herz: Mit Storytelling begeistern in Vortrag und Gespräch!

2 Tage Erzählkunst für alle, die trockene Fakten zum Leben erwecken wollen.....10

ONLINE/ MEDIEN

Online-Meetings souverän leiten

2 halbe Tage online für Gesprächsleiter*innen im Bildschirm-Kontakt.....11

Medientraining: Professionell sprechen vor Mikrofon und Kamera

1 Tag Intensivtraining mit professioneller Ausstattung und Kameramann.....12

VORTRÄGE

So klingt Erfolg: wie du deine Stimme als dein stärkstes Markenzeichen nutzt

30 – 90 min staunen mit Spaß und viel Praxis.....13

Die Stimme als Führungsinstrument: Resonanz schaffen, Charisma entfalten

30 – 90 min Impulsvortrag mit hohem praktischen Anteil.....13

Die Stimme ist weiblich! Wie Frauen mit der Stimme führen

30 – 90 min Impuls-Vortrag für Frauen in Führungspositionen.....13

SEMINAR

Volle Stimm-Power: Dein Training für Stimme und Bühnenpräsenz

Ziel des Seminars:

Die Teilnehmer*innen dieses Seminars sind in der Lage, die Stärken ihres persönlichen Ausdrucks in der Mittelpunkt-Position voll zur Geltung zu bringen. Sie erleben ihr rednerisches Potenzial auf einer echten Theaterbühne. Durch Feedback und Training wissen sie, wie sie Schwächen ausgleichen und ungünstige Angewohnheiten ausbalancieren können. In Präsentationen, Schulungen und anderen öffentlichen Wortbeiträgen erreichen sie ihre Zuhörer*innen nachhaltig. Sie sind auch für anspruchsvolle Redesituationen gewappnet und wissen, wie sie ihre Stimme gesund erhalten.

Seminarinhalte:

- » Be ready: So nimmst du auf natürliche Weise Raum ein und wirkst körpersprachlich präsent
- » Speak up: So sprichst du in der richtigen Stimmlage und nutzt dein volles Stimmvolumen
- » Be clear: So setzt du Betonung und Aussprache gezielt ein und zeigst Profil durch klaren Klang
- » The stage is yours: So entwickelst du echte Strahlkraft auf der großen Bühne
- » Just breathe: So atmest du richtig, findest das perfekte Sprechtempo und gewinnst Sicherheit in der Aufregung
- » Straight to the point: So strukturierst du Redebeiträge, vermeidest Füllwörter und überzeugst punktgenau
- » Step by step: So strickst du spontan einen roten Faden und setzt Pausen effektiv ein
- » React with respect: So gehst du souverän mit Fragen und Kritik um
- » That's you: ehrliches (Video-) Feedback hilft dir, deine beste Bühnen-Form zu finden

Das passiert im Training:

Die Teilnehmer*innen üben wiederholt freies Sprechen mit verschiedenen Schwerpunkten in Kleingruppensettings. Im lebendigen Wechsel von Theorie und Praxis verstehen sie, wie und warum rhetorische Gestaltungsmittel wirken. Ein lebendiger Medieneinsatz illustriert die Funktionsweise der Stimme und das zu erlernende Handwerkszeug.

In Reflexions-Einheiten gibt es Gelegenheit, sich mit den eigenen „Bühnen-Gefühlen“ auseinander zu setzen. Hier werden individuelle Lösungen für den Umgang mit Präsenz-Killern gefunden.

Am 2. Tag geht's auf die Bühne: Auf einer echten Theaterbühne erleben die Teilnehmer*innen, wie sie mit Hilfe der erlernten Stilmittel die erwünschte Wirkung erzielen, ihr Charisma entfalten und ihre Zuhörer gewinnen. Nach Bedarf wird mit Textvorlagen und freien Themen gearbeitet. Später wird im maßgeschneiderten Trainings-Setting geübt. Wiederholtes Feedback verhilft zu großer Bewusstheit und schneller Verbesserung der individuellen Redefähigkeiten.

Redekunst im Blended-Learning-Konzept: Nachhaltiges Lernen in der Online-Live-Kombi

Die Teilnehmer*innen erhalten drei Wochen vor dem Seminar dauerhaften Zugang zum Online-Kurs „Souverän sprechen – Spot an für deine Stimme.“ Per Video erlernen sie dort bereits erste wirksame Sprech-Techniken kennen und können sich gezielt auf das Seminar vorbereiten.

Nach dem Seminar erhalten sie das 20-minütige Audio-Trainingsprogramm „Annes Stimm-Gym“, mit dessen Hilfe sie ihre Stimme nachhaltig trainieren können.

Rahmen

Teilnehmerzahl: bis zu 12 Personen

Zeitrahmen des Live-Seminars: 3 Tage

Gesamte Lernstrecke mit Online-Kurs: ca. 4 Wochen

Besonderheit: Der 2. Seminartag findet in einem Theatersaal mit großer Bühne statt. Jeder einzelne Teilnehmer spricht auf der Bühne und erhält Feedback.

Investition:

8490,00 € zzgl. USt.

Das Seminar findet entweder in Ihren Räumlichkeiten statt oder in angemieteten Seminarräumen. In diesem Fall fallen zusätzliche Gebühren an.

SEMINAR

Präsent in Wort und Stimme: Stimm- und Rhetoriktraining für Moderator*innen

Das Seminar richtet sich an Moderator*innen und Trainer*innen, Dozent*innen, Schulungsleiter*innen und Präsentator*innen.

Ziel des Seminars:

Die Teilnehmer*innen kennen ihr Arbeitsinstrument Stimme und können es bewusst und ökonomisch einsetzen. Sie wissen, wie sie lange Sprechstage überstehen, ihre Stimme vorab vorbereiten und abends regenerieren.

Zudem festigen die Teilnehmenden ihre Überzeugungskraft beim Sprechen vor der Gruppe durch den bewussten und glaubwürdigen Einsatz der Stimme und des Körperausdrucks sowie durch die Reflexion des eigenen Sprechstils und der Wortwahl in typischen Moderations-Situationen. Gezieltes Feedback und ein hoher Praxisanteil gewährleisten eine schnelle individuelle Verbesserung ausgehend vom individuellen Status Quo.

Seminarinhalte:

- » Sicher und wertschätzend auftreten: klare Signale in Körpersprache und Stimme senden
- » Die Stimme verstehen: Anatomie und Physiologie der Stimme kennen lernen
- » Das Sprechtempo steuern: Rhythmus und Pausen als spannendes Stilmittel nutzen
- » Klar und deutlich sprechen: Stimmklang und Aussprache verbessern
- » Die Stimme entspannen: Atem- und Körperübungen für leichteres Sprechen
- » Kondition aufbauen: Große Räume und schwierige Bedingungen meistern
- » Klare Sprache sprechen: Komplexe Inhalte bildhaft und spannend gestalten
- » Präsenz zeigen: Einen guten Kontakt zu den Zuhörern aufbauen und halten
- » Eigene Schwächen korrigieren: mit Hilfe von Feedback den eigenen Stil veredeln

Rahmen

Teilnehmerzahl: Bis zu 12 Personen

Zeitraum des Seminars: 2 Tage

Online und Offline möglich

Investition:

5690,00 € zzgl. USt.

Das Seminar findet entweder in Ihren Räumlichkeiten statt oder in angemieteten Seminarräumen. In diesem Fall fallen zusätzliche Gebühren an.

Speak up with confidence!

About the workshop:

In this hands-on workshop the participants get to know techniques on how to speak to people in a confident and convincing way – online, offline and on the telephone.

2 x 3,5 hours of group coaching include a lot of practical training as well as answers on...

- » how you upgrade your presence if you want to appear confident
- » which nonverbal signals are beneficial to communicate clearly and avoid misunderstandings
- » how you use your voice to get and keep the attention of all your listeners
- » what needs to be considered for language and structure in order to come to the point and save everybody's time
- » what is crucial concerning your mindset when you are at the center of attention
- » how you deal with nervousness and its symptoms
- » how you really enjoy talking in front of people

Part 1: In the first part of the workshop you get a lot of input on verbal and non-verbal communication with short practice and feedback units. From the 1st to the 2nd part, the participants receive a short preparation task.

Part 2: In the second part the participants practice the use of body language and words in the sense of an effective conversation. I will also give helpful feedback and recommendations to everyone. Furthermore: Most of the techniques the participants learn in the online workshop they can transfer to live communication without screen and camera.

Setting

The workshop will take place on zoom (I will provide a meeting room) or another appropriate meeting software of your choice. It is designed for up to 8 participants. Both parts will include 3,5 hours of diversified online class with a lot of practical training.

Investment:

2900,00 € plus taxes

SEMINAR

Die Stimme ist weiblich: Wie Frauen mit der Stimme führen

Das Seminar richtet sich an weibliche Führungspersönlichkeiten, die ihre Stimme bewusst als wirksames Kommunikationsmittel einsetzen wollen.

Ziel des Seminars:

Die Teilnehmerinnen wissen um die Wirkungskraft ihrer Stimme und können sie gezielt und variantenreich einsetzen.

Seminarinhalte:

- » Die Stimme verstehen: Anatomie und Physiologie der Stimme kennenlernen
- » Vertrauen aufbauen: klare Signale in Körpersprache und Stimme senden
- » Präsenz zeigen: Einen guten Kontakt zu den Zuhörern aufbauen und halten
- » Klar und deutlich sprechen: mit einfachen Übungen die Aussprache verbessern
- » Spannend sprechen: Pausen, Betonung und Melodie als Stilmittel nutzen
- » Die richtige Stimmlage finden: im Brustton der Überzeugung Resonanz erzeugen
- » Die Stimme entspannen: Atem- und Körperübungen für leichteres Sprechen
- » Immer gut bei Stimme: Die Stimme pflegen und gesund erhalten

Rahmen

Teilnehmerzahl: Bis zu 20 Personen

Zeitraumen des Seminars: 1 Tag live oder online + Vorbereitung mit dem Online-Kurs „Souverän sprechen – Spot an für deine Stimme!“, dauerhafter Zugang ab drei Wochen vor Seminartermin. Im Anschluss erhält jede Teilnehmerin den Zugang zum Audio-Trainingsprogramm „Annes Stimm-Gym“.

Investition:

4990,00 € zzgl. USt.

Das Seminar findet entweder in Ihren Räumlichkeiten statt oder in angemieteten Seminarräumen. In diesem Fall fallen zusätzliche Gebühren für Miete und Catering an.

SEMINAR

Auf den Punkt gebracht: Strukturiert reden in Präsentation und Gespräch

Ziel des Seminars:

· Weniger Worte, mehr Inhalt! Die Teilnehmer*Innen dieses Seminars erhöhen die Effizienz ihrer Gespräche und können in Präsentationen besser auf den Punkt kommen. Sie können aus einem praktischen Repertoire an cleveren rhetorischen Strukturen schöpfen, um ihre Zuhörer abzuholen und zu überzeugen – vom klassischen Fünfsatz bis hin zu modernen pyramidalen Kommunikation. Im Mittelpunkt stehen dabei die Effizienz und die Zielgruppenpassung der Sprache. Ob mündlich oder schriftlich: Die Teilnehmenden wissen, wie sie diese Strukturen in verschiedenen Situationen einsetzen können.

Seminarinhalte:

- » Ein guter Start: so holst du deine Zuhörer mit einer treffenden Einleitung ab
- » Zielgruppenanalyse: so erfüllst du optimal den Informationsbedarf deiner Zuhörer
- » Auf den Punkt: so formulierst du Kernbotschaften und benennst den Empfängernutzen
- » Gekonnt überzeugt: so untermauerst du deine Aussagen mit strukturierter Argumentation
- » Mehr Netto vom Brutto: so befreist du deine Sprache von überflüssigem Ballast
- » Freie Rede: so prägst du dir deine Struktur leicht und sicher ein
- » Souverän sprechen: so entlarvst du deine Stressmuster und gewinnst Gelassenheit
- » Der Praxistest: so erfährst du, ob dein Vortrag überzeugt

Rahmen

Teilnehmerzahl: Bis zu 20 Personen

Zeitrahmen des Seminars: 2 Tage

Investition:

5690,00 € zzgl. USt.

Das Seminar findet entweder in Ihren Räumlichkeiten statt oder in angemieteten Seminarräumen. In diesem Fall fallen zusätzliche Gebühren an.

SEMINAR

Sprechen für Kopf und Herz: Mit Storytelling begeistern in Vortrag und Gespräch!

Ziel des Seminars:

Schluss mit trockenen Fakten und sperrigen Themen! Jedes Thema lässt sich lebendig und knackig vermitteln mit der Kunst des Storytellings. Storys liefern das Bild zum Fakt, das Gefühl zur Zahl und die Glaubwürdigkeit zum Inhalt. Und das kann Gold wert sein – um wichtiges Fachwissen zu vermitteln, Mitarbeiter*innen zu überzeugen oder Kunden zu gewinnen.

Die Teilnehmenden wissen nach diesem Seminar nicht nur, wie sie kurze und längere Storys strukturieren. Sie können auch knackige Pointen setzen, einen Spannungsbogen kreieren und die richtigen Beispiele und Bilder für jeden Inhalt finden. Mit der eigenen Expertenstory sind sie außerdem für überzeugende Selbstpräsentationen ausgerüstet.

Durch Praxisübung und Rückmeldung wissen sie, wie sie ihre Story mit lebendigem Stimm- und Körperausdruck glaubwürdig präsentieren.

Seminarinhalte:

- » Warum und wie Storys überzeugen
- » Grundbausteine einer guten Story
- » Einen Spannungsbogen kreieren
- » Trockene Themen interessant gestalten: rhetorische Stilmittel für Spannung und Lebendigkeit
- » Spannungskiller und Don'ts im Storytelling
- » Die eigene Expertenstory finden und gezielt einsetzen
- » Storys gekonnt platzieren in Vorträgen und Gesprächen
- » Das „Wie“ ist entscheidend: Storys präsentieren mit Körpersprache und Stimme
- » Storys erzählen, Feedback erhalten und den eigenen Erzählstil veredeln

Rahmen

Teilnehmerzahl: Bis zu 12 Personen: Jeder einzelne Teilnehmer erhält Auftrittszeit, präsentiert seine ausgearbeitete Story und bekommt individuelles Feedback der Trainerin.

Zeitrahmen des Seminars: 2 Tage

Investition:

5690,00 € zzgl. USt.

Das Seminar findet entweder in Ihren Räumlichkeiten statt oder in angemieteten Seminarräumen. In diesem Fall fallen zusätzliche Gebühren an.

SEMINAR

Online-Meetings souverän leiten

Ziel des Seminars:

Das Seminar versetzt Mitarbeiter*innen und Führungskräfte in die Lage, mit einem souveränen Gefühl Online-Gespräche oder Schulungen zu leiten. Dabei steht weniger der technische Aspekt im Vordergrund als ein präsenteres Auftreten und eine auf das Format abgestimmte Gesprächsleitung.

Seminarinhalte:

- » Souverän auftreten im Bildschirm-Kontakt: Die eigene Wirkung einschätzen
- » Kontakt herstellen: Eine gute Beziehungsebene zu den Gesprächspartnern aufbauen
- » Präsent im Rechteck: Körpersprache und Mimik bewusst einsetzen
- » Ein gutes Bild abgeben: Welche Kleidung passt für die Kamera?
- » Den richtigen Rahmen finden: Licht, Ton und Hintergrund wählen
- » Schluss mit Monotonie: Mit der Stimme Stimmung erzeugen
- » In der Kürze liegt die Würze: Auf den Punkt kommen
- » Wach bleiben: Die Aufmerksamkeit erhalten in langen Online-Meetings
- » Grundlagen der Online-Gesprächsleitung: Gezielte Fragen stellen, klare Struktur bieten

Rahmen

Teilnehmerzahl: bis zu 12 Personen

Zeitraumen des Seminars: 2 x 3,5 Stunden an zwei Tagen innerhalb einer Woche

Investition:

2900,00 € zzgl. USt.

INTENSIVWORKSHOP

Medientraining: Professionell sprechen vor Mikrofon und Kamera

Ziel des Seminars:

Ob Fernsehinterview, Imagevideo oder firmeninterne Videobotschaft: Die Teilnehmer*innen dieses Workshops wissen, wie sie vor der Kamera und am Mikrofon eine gute Figur machen. Flankiert von einem erfahrenen Kameraprofi erlernen die Teilnehmenden die wichtigsten Do's und Dont's für den medialen Auftritt und erfahren, wie sie die eigene Botschaft über das Medium gekonnt in Szene setzen.

Seminarinhalte:

- » Die besonderen Anforderungen an die Körpersprache vor der Kamera
- » Do's und Dont's beim Sprechen vor der Kamera
- » Der professionelle Umgang mit dem Teleprompter
- » Botschaften medienfreundlich auf den Punkt bringen
- » Sprechen fürs Hören: Einen Inhalt zuhörerfreundlich formulieren
- » Warming up für den großen Auftritt: Die richtige Vorbereitung
- » Erste Hilfe gegen Lampenfieber
- » Der Umgang mit verschiedenen Mikrofontypen

Inklusive dauerhaftem Zugang zum Audio-Trainingsprogramm „Annes Stimm-Gym“!

Rahmen

Teilnehmerzahl: Bis zu 10 Personen

Zeitrahmen des Seminars: 1 Tag

Besonderheit: geübt wird mit umfassendem technischen Equipment. Vor Ort sind Fernsehkamera und Teleprompter. Außerdem werden die Teilnehmenden von zwei Trainern begleitet: Ein erfahrener Kameraprofi vermittelt, was ein professionelles Kamerteam vom Sprechenden erwartet.

Investition:

4490,00 €

Das Seminar findet entweder in Ihren Räumlichkeiten statt oder in angemieteten Seminarräumen. In diesem Fall fallen zusätzliche Gebühren an.

VORTRÄGE UND MINI-WORKSHOPS

Auf Ihrer Firmenveranstaltung oder Konferenz ist ein Vortrag von Anne Kühl ein echtes Highlight. Statt trockener Fakten wird hier faszinierendes Wissen vermittelt und direkt praktisch ausprobiert. So hat jeder Vortrag Workshop-Charakter. So ein Erlebnis berührt jeden persönlich, hat hohen Alltagsnutzen und bringt wirklich weiter!

Alle Themen gibt es als knackige Keynote (ca. 30 min) oder ausführlicheren Programmpunkt (bis zu 1,5 Stunden) für alle Gruppengrößen.

Themen:

So klingt Erfolg: wie du deine Stimme als Markenzeichen nutzt

30 – 90 Minuten staunen mit Spaß und viel Praxis

Die Stimme als Führungsinstrument: Resonanz schaffen, Charisma entfalten

30 – 90 Minuten Impulsvortrag mit hohem Praxisanteil

Die Stimme ist weiblich! Wie Frauen mit der Stimme führen

30 – 90 Minuten Mini-Workshop für Frauen in Führungspositionen

Investition:

Nach Absprache