

Auftritts- und Stimm-Coaching

Selbstbewusst auftreten – das Wort ergreifen



Intensiv-Seminar

- Mit Präsenz überzeugen: Körpersprache bewusst einsetzen und Wirkung steigern
- Sicher auftreten: Innere Haltung stärken und Selbstvertrauen ausstrahlen
- Klar und klangvoll sprechen: Stimme gezielt einsetzen, verständlich und tragfähig
- Fachlich überzeugen: Inhalte souverän präsentieren und Gehör finden

Referentin



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

Programm

Stehen in Ihrem beruflichen Alltag Gespräche, Meetings oder Präsentationen an, in denen Sie klarer, sicherer und präsenter auftreten möchten? Wünschen Sie sich eine Stimme, die tragfähig und überzeugend klingt, und eine Körpersprache, die Ihre Inhalte unterstützt statt sie abzuschwächen?

Im Auftritts- und Stimm-Coaching arbeiten Sie gezielt an genau diesen Situationen. Sie entwickeln Ihre persönliche Ausdruckskraft weiter und lernen, Stimme, Körpersprache und innere Haltung bewusst einzusetzen – damit Sie in unterschiedlichen beruflichen Kontexten sicher, authentisch und klangvoll das Wort ergreifen.

Mögliche Themen im Coaching

Der Umfang des Coachings richtet sich nach Ihren Zielen und wird individuell vereinbart.

Im Coaching arbeiten Sie praxisnah an den Situationen, die für Sie aktuell relevant sind. Mögliche Schwerpunkte sind:

- Authentisch auftreten: Ihren individuellen Ausdruck finden und gezielt weiterentwickeln
- Stimme und Sprechen: Persönliche Stimm- und Sprechmuster erkennen und bewusst verändern
- Körpersprache und Haltung: Präsenz, Standfestigkeit und Wirkung im Auftritt stärken
- Umgang mit Stress: Strategien zur Selbstregulation in Auftritten, Konflikten und herausfordernden Situationen
- Kommunikation mit Wirkung: Inhalte klar strukturieren, verständlich und anschaulich formulieren
- Spontan reagieren: Sicher mit Zwischenfragen, Einwänden und unerwarteten Situationen umgehen

Die Auswahl und Gewichtung der Themen erfolgt individuell – orientiert an Ihren Zielen und Ihrem beruflichen Alltag.

Coaching-Ansatz

Der Coaching-Ansatz ist individuell, ressourcenorientiert und praxisnah. Im Mittelpunkt stehen Ihre persönlichen Anliegen, Stärken und Entwicklungsziele.

Gemeinsam entwickeln wir konkrete Strategien und Vorgehensweisen, die zu Ihnen passen und sich direkt in Ihren beruflichen Kontext übertragen lassen. Theorie dient dabei als Grundlage – der Fokus liegt auf Erleben, Ausprobieren und Reflektieren. Ziel ist eine nachhaltige Veränderung, die sich spürbar in Ihrem Auftreten und Ihrer Kommunikation zeigt.

Vorgehensweise

Das Coaching folgt einem klar strukturierten, zugleich flexiblen Prozess:

- Erstgespräch und Zielklärung: In einem persönlichen Gespräch analysieren wir Ihre Ausgangssituation und definieren klare Coaching-Ziele.
- Individuelle Methoden und Übungen: Sie arbeiten mit gezielten Wahrnehmungs-, Körper-, Atem-, Stimm- und Sprechtechniken, die auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt sind.
- Transfer in den Alltag: Zwischen den Sitzungen erhalten Sie Reflexionsaufgaben und praktische Übungen, um das Erarbeitete im Alltag zu erproben und zu festigen.
- Prozessreflexion und Weiterentwicklung: Nach mehreren Sitzungen ziehen wir eine Zwischenbilanz, überprüfen Fortschritte und entwickeln Schritte zur langfristigen Sicherung Ihrer Ergebnisse.

Coachingziel

Stehen Sie in Meetings, Gesprächen oder Präsentationen immer wieder vor der Situation, dass Sie fachlich viel beitragen könnten – aber nicht so wirken, wie Sie es sich wünschen? Möchten Sie klarer sprechen, präsenter auftreten und auch in anspruchsvollen Situationen souverän das Wort ergreifen?

Das Auftritts- und Stimm-Coaching unterstützt Sie dabei, Ihre persönliche Präsenz gezielt zu stärken, innere Sicherheit aufzubauen und Ihre Stimme sowie Körpersprache bewusst einzusetzen. Sie gewinnen mehr Klarheit im Ausdruck, treten authentisch auf und überzeugen durch eine ruhige, tragfähige Wirkung – statt sich anzustrengen oder zu verstellen.

Ziel des Coachings ist es, dass Sie hörbar sicherer auftreten, Ihre Kompetenz sichtbar machen und in beruflichen Situationen klar, präsent und selbstbewusst kommunizieren – ob im Meeting, im Gespräch oder vor Gruppen. Sie entwickeln Fähigkeiten, die nicht nur im Coaching wirken, sondern nachhaltig in Ihrem Alltag spürbar bleiben.

Wissenswertes

Zielgruppe

Das Auftritts- und Stimm-Coaching richtet sich an Menschen, die ihre persönliche Präsenz und kommunikative Wirkung gezielt weiterentwickeln möchten – unabhängig von Branche oder Position.

Angesprochen sind insbesondere Personen, die:

- regelmäßig in Meetings, Gesprächen oder Präsentationen auftreten,
- in beruflichen Situationen souveräner wirken möchten,
- ihre Stimme und Körpersprache bewusster einsetzen wollen,
- sich mehr Sicherheit und Klarheit im Auftritt wünschen.

Das Coaching verbindet persönliche Entwicklung mit konkreter Anwendung und bietet einen geschützten Rahmen, um neue Ausdrucks- und Kommunikationsmöglichkeiten zu erproben.

Ihr konkreter Mehrwert

- Sicherer und präsenter auftreten in Gesprächen, Meetings und Präsentationen
- Klar, tragfähig und überzeugend sprechen – ohne Anstrengung
- Körpersprache bewusst einsetzen, um Kompetenz sichtbar zu machen
- Auch unter Druck souverän bleiben und spontan reagieren

Unsere Referentin



Ursula Fetzer

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

Ursula Fetzer 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 Spontanität und Leichtigkeit geben.

Führungskräfte-Coaching

Stehen Sie vor neuen Anforderungen in Ihrer Führungsrolle oder herausfordernden Situationen im Führungsalltag?

Möchten Sie auch unter Druck klar, souverän und handlungsfähig bleiben?

Das Führungskräfte-Coaching unterstützt Sie dabei, Ihre Führungsidentität zu schärfen, Konflikte sicher zu meistern und Ihre Rolle bewusst zu gestalten – praxisnah und individuell.

Ihre Vorteile:

- Klarheit in der Führungsrolle und authentisches Führungsverhalten
- Souveräner Umgang mit Konflikten und schwierigen Gesprächen
- Gezielte Weiterentwicklung für berufliche und persönliche Ziele

Maßgeschneiderte Inhouse-Schulungen – passgenau für Ihr Team!

Möchten Sie Ihre Schulung direkt in Ihr Unternehmen holen und gezielt auf Ihre Themen zuschneiden?

Wir entwickeln individuelle Inhouse-Schulungen, die sich an Ihren Zielen, Herausforderungen und Rahmenbedingungen orientieren – praxisnah, effizient und wirkungsvoll.

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Persönliche Beratung und individuelle Konzeption
- Erfahrene Referent*innen
- Praxisnahe Inhalte mit hoher Umsetzbarkeit
- Attraktives Preis-Leistungs-Verhältnis
- Keine Reise- oder Übernachtungskosten für Ihr Team

Anmeldeformular

Auftritts- und Stimm-Coaching

Name
Vorname
Position
Firma
Straße/Nr.
PLZ/Ort
Telefon
E-Mail
Name der Assistenz
Datum/Unterschrift

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

Ablauf

In einem kostenfreien Vorgespräch (20–30 Minuten) klären wir Ihre zentralen Themen und Herausforderungen. Auf dieser Basis erstellen wir ein individuelles Angebot.

Nach der Terminvereinbarung werden die Coaching-Ziele definiert und der Coaching-Prozess beginnt. Auch nach Abschluss des Coachings besteht die Möglichkeit, weiterführende Unterstützung in Anspruch zu nehmen.

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

Vereinbaren Sie ein kostenfreies Vorabgespräch

Sie interessieren sich für ein maßgeschneidertes Angebot für Ihr Team? Sprechen Sie uns gerne an – wir beraten Sie individuell.

Ihre Ansprechpartnerin

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



AH Akademie für Fortbildung Heidelberg GmbH
Maaßstraße 32/1 · 69123 Heidelberg
Telefon 06221/65033-0
info@akademie-heidelberg.de
www.akademie-heidelberg.de