

# Sicher auftreten, digital wirken

## Ihre Präsenz und kommunikative Stärke im Online-Format



### Intensiv-Seminar

Sicher auftreten,  
online überzeugen –  
authentisch und  
souverän!

- Persönliche Wirkung stärken
- Präsenz schulen
- Selbstsicherheit gewinnen
- Publikum oder Gesprächspartner\*innen erreichen
- Präsentationen gestalten

Weitere Themen und Details im Innenteil ►

**20**  
Jahre  
AKADEMIE  
HEIDELBERG

#### Referentin



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

## Programm

### Persönliche Wirkung stärken

- Setzen Sie Ihre Körpersprache online bewusst und gezielt ein
- Lernen Sie, welche Kriterien Ihre persönliche Wirkung bestimmen, und entwickeln Sie diese weiter

### Präsenz schulen

- Treten Sie authentisch auf und wirken Sie überzeugend
- Finden und entwickeln Sie Ihren individuellen Ausdruck, der zu Ihnen passt

### Selbstsicherheit gewinnen

- Lernen Sie, mit Stress in herausfordernden Situationen umzugehen
- Wenden Sie Strategien zur Stressregulierung in Auftritten, Konflikten und Krisensituationen an
- Nutzen Sie Ihre innere und äußere Haltung gezielt, um Sicherheit auszustrahlen

### Publikum oder Gesprächspartner\*innen erreichen

- Setzen Sie Stimme und Sprechen überzeugend ein, um Ihre Botschaften klar und wirkungsvoll zu vermitteln
- Erkennen und verändern Sie persönliche Stimm- und Sprechmuster
- Üben Sie, strukturiert und anschaulich zu formulieren, um Ihr Publikum oder Ihre Gesprächspartner\*innen online zu erreichen

### Präsentationen kompetent gestalten

- Präsentieren Sie sich und Ihre Fachthemen online kompetent und überzeugend
- Üben Sie, spontan und flexibel auf Zwischenfragen oder Einwände zu reagieren

## Seminarziel

In Online-Veranstaltungen, in denen der persönliche Kontakt eingeschränkt ist, spielt das **WIE** eine entscheidende Rolle. Ihre Art zu sprechen und zu präsentieren beeinflusst maßgeblich, ob Sie Ihre Zuhörer\*innen nicht nur mit Ihren Inhalten erreichen, sondern auch emotional berühren. Eine überzeugende und authentische Kommunikation ermöglicht es Ihnen, Ihre Zuhörerschaft zu gewinnen – und Ihre Themen nachhaltig zu vermitteln.

Das Ziel des Seminars ist es, Ihre persönliche Präsenz und kommunikative Wirkung in virtuellen Formaten zu stärken. Sie lernen, Ihre Körpersprache, Stimme und Ausdruck gezielt einzusetzen, um sicher, authentisch und überzeugend aufzutreten. Durch praktische Übungen und individuell angepasste Strategien entwickeln Sie die Fähigkeit, auch in herausfordernden Situationen souverän zu agieren, Ihre Inhalte klar und anschaulich zu präsentieren und damit Ihre Zuhörerschaft zu überzeugen.

Das Training findet an einem intensiven Seminartag statt, an dem Sie praxisnah und individuell Ihre Präsenz und Wirkung in Online-Formaten stärken. Drei Wochen nach dem Seminar gibt es einen Follow-up-Tag, um gemeinsam zu reflektieren, wie das Gelernte umgesetzt wurde. Dabei analysieren wir Ihre Fortschritte und werten aktuelle Präsentationen aus, um Ihre Entwicklung weiter zu fördern.

## Wissenswertes

### Zielgruppe

Dieses Training richtet sich an alle, die ihre persönliche Präsenz und kommunikative Wirkung in virtuellen Formaten verbessern möchten – unabhängig von Branche oder Position. Es ist ideal für:

- Personen, die online in Meetings oder Präsentationen überzeugen und einen bleibenden Eindruck hinterlassen wollen
- Menschen, die in Gesprächen, Telefonaten oder bei Vorträgen souverän und professionell auftreten möchten
- Alle, die Stimme, Körpersprache und Ausdruck gezielt einsetzen wollen, um online sicher und wirkungsvoll zu kommunizieren

Die Veranstaltung ist auf 10 Teilnehmende begrenzt, um eine Atmosphäre zu gewährleisten, in der die anspruchsvolle Thematik praxisnah vermittelt und auf Fragen intensiv eingegangen werden kann.

### Ihre Vorteile

- Sicher und authentisch in Online-Formaten auftreten
- Stimme, Körpersprache und Ausdruck gezielt einsetzen
- Selbstsicherheit und Stressbewältigung stärken
- Fachthemen professionell und überzeugend präsentieren

## 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 Focus 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.*

# Seminar-Vorschläge

**So geht Instagram-Reichweite:  
Erfolgsstrategien mit Reels, Storys und Hashtags**  
16. Mai 2025, Online-Veranstaltung

**Projektmanagement für die Assistenz**  
20./21. Mai 2025, Online-Veranstaltung

**Wirkungsvoll sprechen – Stimme u. Sprechen online einsetzen**  
7./8. Juli 2025, Online-Veranstaltung

**Effektives Zeit- und Selbstmanagement**  
30. September/ 1. Oktober 2025, Online-Veranstaltung

**Prompt Engineering effektiv nutzen**  
9. Oktober 2025, Online-Veranstaltung

**BWL kompakt für die Assistenz**  
27./28. Oktober 2025, Online-Veranstaltung

## 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](mailto:info@akademie-heidelberg.de)

## Anmeldeformular

Sicher auftreten, digital wirken

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Position \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

Telefon/Fax \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Name der Assistenz \_\_\_\_\_

Datum Unterschrift \_\_\_\_\_

Senden Sie Ihre Anmeldung bitte an: [anmeldung@akademie-heidelberg.de](mailto:anmeldung@akademie-heidelberg.de)

### Termin und Seminarzeiten

Di., 7. Oktober / 28. Oktober 2025  
9:00–17:00 Uhr  
Online-Zugang ab 8:45 Uhr  
Seminar-Nr. 25 10 SW536 W

### Teilnahmegebühr

€ 890,– (zzgl. gesetzl. USt)

Die Gebühr beinhaltet die Teilnahme am Online-Seminar sowie die Präsentation als PDF-Datei.

Im Anschluss an das Seminar erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihnen die Teilnahme an der Fortbildung bestätigt.

### 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](http://www.akademie-heidelberg.de/agb)

### Zum Ablauf

- Vor dem Seminartag erhalten Sie von uns eine E-Mail mit einem Link, über den Sie sich direkt in die Online-Veranstaltung einwählen können.
- Für Ihre Teilnahme ist es nicht notwendig, ein Programm herunterzuladen. Sie können am Seminar direkt per Zoom im Browser teilnehmen.
- Über Ihr Mikrofon und Ihre Kamera können Sie jederzeit Fragen stellen und mit den Referierenden und weiteren Teilnehmenden diskutieren. Alternativ steht auch ein Chat zur Verfügung.



**AH Akademie für Fortbildung Heidelberg GmbH**  
Maaßstraße 28 · 69123 Heidelberg  
Telefon 06221/65033-0  
[info@akademie-heidelberg.de](mailto:info@akademie-heidelberg.de)  
[www.akademie-heidelberg.de](http://www.akademie-heidelberg.de)