

Überzeugend reden und präsentieren !

Mündliche Prüfungen oder Präsentationen: Du weißt, dass Du es kannst: weil Du gelernt hast, weil Du gut vorbereitet bist, weil Du Menschen hast, die an Dich glauben.

Und trotzdem hast Du Lampenfieber, vielleicht sogar Angst:

- dass Dir beim Reden die Stimme versagt.
- dass Du einen Blackout hast.
- dass Dir schlecht wird und der Schweiß ausbricht.
- dass alle sehen, wie aufgereggt und unsicher Du bist.
- dass Dir die Röte ins Gesicht schießt.
- dass Du einfach nicht so sein kannst wie sonst.

Du weißt, Du musst fit sein für diesen Termin, aber die Unruhe lässt Dich nicht schlafen. Der Berg, der vor Dir liegt, scheint unüberwindlich. Er ist es aber nicht. Denn Du kannst einen Berg nur Schritt für Schritt besteigen. Und dann kannst Du die Aussicht auf dem Gipfel genießen .

Unser aktuelles Angebot für Schülerinnen und Schüler

31. Januar, 07., 14., 28. Februar 2018

von 16.00 Uhr bis 18.30 Uhr

Kosten für Schüler

99, – € p.P. (inkl. Snacks und Getränke)

Teilnehmer

maximal 8 Personen

Trainerinnen

Britta Baumbach und Dagmar Jentz

Inhalte: Aufbau, Gestaltung und Ausführung einer Präsentation, freie Rede, Blockaden lösen, Umgang mit Ängsten, Selbstwirksamkeit stärken, Feedback.

Freies Reden und sich(er) präsentieren ist kein Hexenwerk. In wenigen Schritten, mit Selbstvertrauen, Herz und Verstand und mit unserem praxisnahen Training wirst Du souverän und erfolgreich dein Ziel erreichen. Mit mehr Selbstbewusstsein und weniger Angst.

Besuche uns gern zu den kostenfreien Infoabenden am 16. oder 23. Januar 2018 um 17:00 Uhr. Dort bekommst Du einen kleinen Einblick in unsere Arbeit und schon den ein oder anderen wertvollen Tipp.

Anmeldung und mehr Information

info@psycheundgesundheit.de

Tel. 040 – 536 70 449 oder mobil 0171 1407 189