

17. - 18. November 2022

Souverän und kompetent Auftreten in Video- konferenzen

Onlineseminar

Die Pandemie hat dazu geführt, dass viele Besprechungen in Videokonferenzen stattfinden. Das hat einige Vorteile, bringt aber auch große Nachteile mit sich. Immer wieder gibt es technische Schwierigkeiten, zum Beispiel bei der Übertragung der Video- und Tonqualität und die kleine „Kachel“ schränkt ihre Ausdrucksmöglichkeiten ein. Eine andere Art der Konzentration ist gefordert, was anstrengend ist und es ist schwieriger eine gute Gesprächsatmosphäre herzustellen.-

Ziele

In diesem praxisorientierten und inter-aktiven Onlineseminar erhalten Sie zunächst einfache Tipps im Umgang mit der Technik und zum Thema „Wie präsentiere ich mich am besten vor der Kamera“. Durch individuelles Ausprobieren und Feedback gewinnen Sie mehr Souveränität für Onlineformate.

Im zweiten Teil lernen Sie Ihrer Stimme mehr Resonanz zu verleihen, Ihren natürlichen Brustton der Überzeugung zu finden. Auch Übungen zur deutlichen Artikulation, zum ruhigen Sprechtempo und zum Einsatz der Körpersprache, verleihen Ihrem Sprechen mehr Nachdruck, auch und vor allem, wenn Sie Inhalte präsentieren müssen.

Inhalte

Teil I

Souverän vor der Kamera – Technik, Kleidung und Körpersprache

- typische Fehler bei der Selbstpräsentation in Videokonferenzen
- Positionierung des Laptops, der Kamera und Kameraausrichtung
- sich selbst gut vor der Kamera positionieren
- physiologische, aufrechte Körperhaltung
- stehen, oder sitzen?
- Wo schaue ich hin?
- Was ziehe ich an? - Wirkung der Kleidung vor der Kamera
- Welchen Hintergrund wähle ich und wie gestalte ich ihn?
- Optimale Beleuchtung des Gesichts, Umgang mit Lichtquellen

Teil II

Im Brustton der Überzeugung sprechen und gut präsentieren

- technisches Handicap für Frauen und typische Fehler beim Sprechen in Videokonferenzen
- Stimm- und Sprechübungen zur Vorbereitung auf Videokonferenzen
- angemessene Satzlänge und Betonung am Satzende nach unten führen
- angemessenes Sprechtempo und Sprechpausen
- Füllwörter vermeiden
- Zusammenhang von Atmung, Stimmklang und Körperhaltung vor dem Bildschirm
- worauf ist bei Online-Präsentationen zu achten?



Wann und wo

Start 1. und 2. Tag: 9.00 Uhr
Ende 1. und 2. Tag: 12.30 Uhr
Dauer und Format: 2 Vormittage -
Onlineseminar
TeilnehmerInnen: max. 8

Seminarleitung: Karin Gante

Buchung und Preisauskunft

Katholische Akademie des Bistums Fulda
Bonifatiushaus
Neuenberger Str. 3-5
36041 Fulda
T +49 661 83 98 114
katholische.akademie@bistum-fulda.de