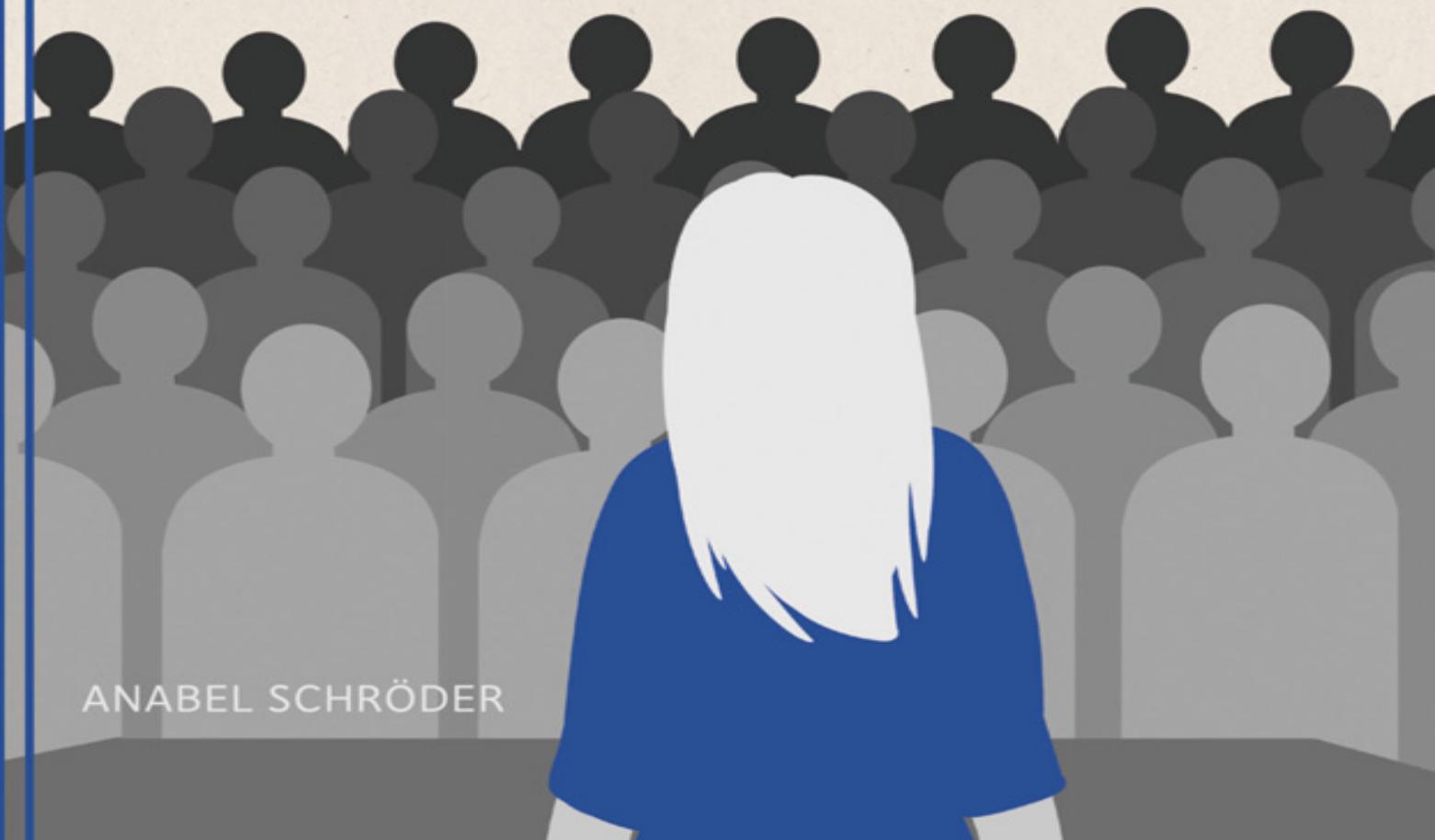


DEIN MITTAGSPAUSENCOACH

Keine Angst vor Publikum!

FÜR ALLE, DIE SICH SOUVERÄN VOR GRUPPEN
PRÄSENTIEREN MÖCHTEN



ANABEL SCHRÖDER

Inhalt

Einleitung

Teil A - Die Angst besiegen

- Sich selbstsicherer fühlen
- Verbündete finden
- Feedback einholen
- Ruhiger werden dank guter Struktur
- In die Offensive gehen
- Am Anfang eine Geschichte erzählen
- Worst Case
- Zusammenfassung Teil A

Teil B - Mit Widerstand umgehen

- Immer Danke sagen
- Erst einmal die Gruppe fragen
- Den Fragenden fragen
- Parken und nachliefern
- Eine starke Behauptung ersetzt den Beweis.
- Unangenehmen Fragen vorbeugen

Mit der eigenen Kompetenz glänzen
Den Besserwisser einbinden
Die Störer einfangen
Zusammenfassung Teil B

Wichtiger Hinweis zum Schluss

Ein Dankeschön ...

Zu mir als Autorin

Einleitung

Liebe Leserin, lieber Leser,

wir, also du und ich, sind heute verabredet. Und ich möchte diese Zeit mit dir nutzen, um dir in diesem Ratgeber einige Tipps auf den Weg zu geben, wie du deine Angst, vor Gruppen zu sprechen, besiegst, wie du dich vor Publikum nicht blamierst, wie du auf Einwände souverän reagierst und unangenehmen Fragen ausweichst.

Suche dir die Tipps aus, die sich für dich stimmig anfühlen und die du dich auszuprobieren traust. Aber sei auch mutig, Tipps anzuwenden, die du nicht so großartig oder gar skurril findest. Denn es sind gerade die ungewohnten Tipps, die dir manchmal zu unverhofftem Erfolg verhelfen können. Und das möchtest du doch – erfolgreich und souverän vor Gruppen stehen können, oder? Also musst du auch Neues und Unbequemes ausprobieren, um dein Ziel zu erreichen.

Bevor wir starten, zwei Hinweise:

1. Ich habe dich von Anfang an geduzt, ich hoffe, das ist in Ordnung – denn für mich ist das Du einfacher und persönlicher.
2. Und ich hoffe, es ist in Ordnung, wenn ich nicht die genderkorrekte Schreibweise nutze wie »Teilnehmer/-innen« oder »Kollege/-in«, denn ein flüssiges Lesen