

# Einzeltraining: Auftrittskompetenz

## Das 1:1-Training für Auftritt, Wirkung & Moderation

Dein Auftritt entscheidet, ob und wie deine Botschaft ankommt. In diesem individuellen 1:1 Training entwickelst du deine persönliche Ausdruckskraft – mit Stimme, Körpersprache und einer Präsenz, die zu dir passt. Du lernst, wie du Gespräche, Präsentationen und Moderationen lebendig, strukturiert und überzeugend führst. Dabei schärfst du dein Bewusstsein für Wirkung, Haltung und Sprache – und findest deinen ganz eigenen Stil, um Menschen zu erreichen. Durch gezieltes Feedback und optionale Videoanalyse erkennst du, wie du wirkst – und wie du gezielt mehr Präsenz, Klarheit und Überzeugungskraft aufbaust.

### Wähle aus diesen Themen aus:

#### Körpersprache

- Tipps und Tricks zu deiner Gestik, Mimik und Körperhaltung.
- Optionale Videoanalyse: sich der eigenen Körpersprache bewusst werden.
- Haltung, Gestik, Blickkontakt, Selbstbewusstsein und Ausstrahlung verbessern.
- Äußere und innere Haltung.
- Feedback für deinen Business-Alltag: Selbst- und Fremdwahrnehmung.

#### Stimme

- Die Stimme bewusst steuern – Lautstärke, Modulation, Tempo, Pausen.
- Durch Stimme Stimmung erzeugen.
- Die Wirkung der Stimme bewusst machen.
- Stimm-, Körper- und Atemübungen für deine Ausdruckskraft.
- Umgang mit Lampenfieber.

#### Moderation

- Souveränes Auftreten vor der Gruppe.
- Verständlich und "ansprechend" reden.
- Natürlicher Umgang mit Körpersprache.

#### Wie wirke ich auf andere

- Selbstwahrnehmung versus Fremdwahrnehmung.
- Auftreten und Wirkung unterschiedlicher Persönlichkeitstypen.
- Ice-Breaker: Menschen für sich gewinnen – im ersten Moment.

## Was ist ein Einzeltraining?

Ein Einzeltraining ist ein individuelles 1:1-Format mit einer erfahrenen Trainerin oder einem erfahrenen Trainer. Gemeinsam gestaltet ihr das Training so, dass es genau zu deinen Zielen und Bedürfnissen passt. Die Inhalte unserer seit Jahren bewährten Seminare dienen als Grundlage für die Gestaltung deines persönlichen Einzeltrainings. Profitiere von der Vermittlung von Wissen und Fertigkeiten zu deinem ausgewählten Thema.

In den FAQ unten findest du weitere Antworten zum Einzeltraining mit Personal Trainer.

## Dein Nutzen

- Du lernst, deine Körpersprache zu verbessern und gezielt einzusetzen.
- Du übst, wie du deine Stimme modulieren kannst, den passenden Ton findest und souverän und authentisch wirkst.
- Du bekommst Impulse, wie du souverän in den Vordergrund treten kannst.

- Du trainierst anhand konkreter Situationen aus deinem Arbeitsalltag und erhältst praktische Hinweise zur Verbesserung deiner Auftrittskompetenz.
- Du erhältst die besten Tipps für den Umgang mit Lampenfieber und Nervosität.

Der/Die Trainer:in konzentriert sich ausschließlich auf dich und berücksichtigt deine individuellen Bedürfnisse. Das Einzeltraining ist kürzer als die offenen Seminare, dafür aber individueller und intensiver. Optional ist auch eine Videanalyse möglich.

## Hinweis zu deiner persönlichen Lernumgebung

In deiner Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung nützliche Informationen, Downloads und Extra-Services zu dieser Qualifizierungsmaßnahme.

## Teilnehmer:innenkreis

Mitarbeitende aus der Assistenz und Sachbearbeitung sowie alle, die in Meetings, Präsentationen oder Moderationen souverän und wirkungsvoll auftreten wollen.

## Open Badges - Zeige auch digital, was du kannst.

Open Badges sind anerkannte, digitale Teilnahmezertifikate. Diese verifizierbaren Nachweise sind der aktuelle Standard für die Einbindung in Karrierenetzwerken wie z.B. LinkedIn.

Damit zeigst du digital, über welche Kompetenzen du verfügst.

Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du von uns ein Open Badge.

Mehr erfahren kannst du unter:

<https://www.haufe-akademie.de/seminare-lehrgaenge/trending-topics/open-badges>



## Personal Trainer

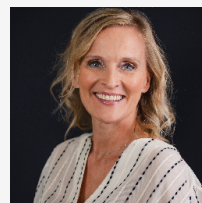


### Natali D'Abundo

Gute Auftritte reißen mit.  
Nicht, weil sie perfekt sind. Sondern weil sie echt sind.  
Ich bin Trainerin für Auftritt und Wirkung und selbst als Event-Moderatorin auf der Bühne zu Hause.

Was dort funktioniert, gebe ich als Trainerin weiter.  
Ich helfe Menschen, sich bei Präsentationen wohl zu fühlen, sich mutig zu zeigen und ihr Publikum zu begeistern.

Denn Auftritte dürfen Spaß machen.



### Mirja Mahir Welsch

Meine Wurzeln liegen im Schauspiel. Seit über 30 Jahren arbeite ich auf Bühne und vor der Kamera und habe mich durch die deutsche Fernseh- und Bühnenlandschaft gespielt, gesprochen und moderiert. Diese Erfahrung prägt meine heutige Arbeit als Präsenz-, Auftritts- und Mediencoach. Meine Coachingreise begann mit der Vorbereitung von Teilnehmerinnen der ersten Staffel von Germany's Next Topmodel und entwickelte sich zu einer fast 15-jährigen Tätigkeit in Einzelcoachings und Firmenseminaren. Mich motiviert es, Menschen dabei zu begleiten, ihre Wirkung bewusst zu gestalten – mit

**Michael Seyfried**

Ich bin Kommunikations- und Wirkungstrainer mit über 20 Jahren Erfahrung in der Arbeit mit Fach- und Führungskräften. Zuvor war ich viele Jahre als Schauspieler, Regisseur und Autor tätig – diese Perspektive prägt meine Trainings bis heute. Mein Fokus liegt darauf, Menschen dabei zu unterstützen, klar, authentisch und wirksam aufzutreten – in Präsentationen, Gesprächen, Konfliktsituationen und Führungssituationen. Theorie, Praxis und unmittelbares Erleben verbinde ich zu Trainings, die nachhaltig wirken und im Berufsalltag direkt umsetzbar sind.

**Nina Weniger**

Hallo! Mein Name ist Nina Weniger. Ich bin Diplom-Schauspielerin und Skandinavistin. Als Schauspielerin stehe ich auf der Bühne und vor der Kamera. Als Coach ist meine Herangehensweise geprägt von meinem schauspielerischen Hintergrund. Dinge auszuprobieren, sie praktisch zu erleben, das ist für mich der Weg zum authentischen Auftritt. Dafür habe ich jede Menge Übungen im Gepäck. Wichtig ist mir die Atmosphäre meiner Workshops, die respektvoll, freundlich und heiter ist. So können alle entspannt lernen und ihre Komfortzone erweitern. Die Teilnehmer:innen gehen gestärkt, ermutigt & mit neuen Perspektiven aus dem Workshop.

Klarheit, Leichtigkeit, Humor und authentischer Präsenz.

## Details zur Weiterbildung

### Einzeltraining | Online

4 Stunden

### Teilnahmegebühr

€ 1.140,- zzgl. MwSt.  
€ 1.356,60 inkl. MwSt.

## Deine Anmeldemöglichkeiten

Online: [www.haufe-akademie.de/42566](http://www.haufe-akademie.de/42566)

E-Mail: [anmelden@haufe-akademie.de](mailto:anmelden@haufe-akademie.de)

Buche deine Weiterbildung einfach und schnell online. Gib sonst bitte unbedingt den Namen des Teilnehmenden und die vollständige Rechnungsanschrift mit Telefonnummer sowie E-Mail-Adresse an.

In unserem Bereich Fragen & Antworten (FAQ) findest du alle Antworten auf die häufigsten Fragen rund um unsere Weiterbildungen:

<https://www.haufe-akademie.de/faqs>

Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen findest du auch im Internet unter [www.haufe-akademie.de/agb](http://www.haufe-akademie.de/agb) oder im Gesamtprogramm.

Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter [www.haufe-akademie.de/datenschutz](http://www.haufe-akademie.de/datenschutz).

