

## Training Essentials

*Kommunikation – Performance – Technik  
in Einklang bringen und wirken!*

### Perfekte Performance in Online-Formaten

#### Sind Sie bereit, Ihre Online-Veranstaltungen auf das nächste Level zu heben?

Wirkungskompetenz im Online-Format ist eine Fähigkeit, die man erlernen kann. Dabei spielen Einflussfaktoren wie Körpersprache, Stimme, innere Einstellung sowie die Kleidung, die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit der Teilnehmer zu binden, eine wichtige Rolle. Wirkungskompetenz ist entscheidender Faktor für den Erfolg von Online-Veranstaltungen. Es geht darum, wie Vortragsredner, Präsentatoren und Moderatoren ihre Botschaft effektiv und überzeugend an das virtuelle Publikum vermitteln können.

#### Für wen ist dieses Training geeignet?

Diese Schulung ist ideal für alle, die ihre Wirkungskompetenz in Online-Veranstaltungen verbessern möchten, Solo-Selbständige, Trainer, Coaches, Berater, Pädagogen, aber auch Führungskräfte und ihre Teams, ganz gleich welche Erfahrungen vorhanden sind.

#### Warum sollten Sie an diesem Training teilnehmen?

In einer Welt, in der virtuelle Kommunikation eine große Bedeutung hat, ist es entscheidend, sich als Sprecher in Online-Veranstaltungen zu positionieren. Dieses Training bietet Ihnen die Werkzeuge und Techniken, um Ihre Wirkung zu maximieren. Dies trägt dazu bei, Ihre Ziele zu erreichen.

#### Ihre Benefits

- **Präsenz und Wirkung steigern:** Lernen Sie die Einflussfaktoren bewusst einzusetzen, um Ihre Präsenz in virtuellen Räumen zu verstärken.
- **Kommunikationsfähigkeiten verbessern:** Kommunizieren Sie klar und prägnant, um Ihre Botschaft effektiv zu vermitteln und das Engagement der Zuhörer zu erhöhen.
- **Selbstbewusstsein und Sicherheit:** Erhöhen Sie Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Sicherheit vor der Kamera, um souverän und authentisch zu wirken.
- **Praktische Techniken:** Erhalten Sie praxisnahe Tipps, um Struktur und Ablauf Ihre Veranstaltungen zu verbessern.
- Nach diesem Training sind Sie bestens gerüstet, um Ihre Online-Präsenz zu stärken und erfolgreich zu brillieren.

Ein detailliertes Programm finden Sie unter diesem [Link](#).

Dieses Training bieten wir als Einzel-Training, E-Learning, Blended Learning, Webinar oder auch Inhouse-Session an. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite [www.sjpdevelopment.ch](http://www.sjpdevelopment.ch)

## Trainings-Inhalte (Details siehe unten)

Im E-Learning haben wir 9 Lektionen vorbereitet. Sie decken folgende Schwerpunkte ab:

- **Selbstreflexion und Feedback sind wichtig, um sich fortzuentwickeln.**  
Keiner von uns wird als Profi für Online-Veranstaltungen geboren. Manchen fällt es schwer, sich selbst zuzuhören oder anzusehen. Dies ist jedoch notwendig, wenn wir unsere Wirkung im Online-Format verbessern wollen. Nur Mut! Wir gehen behutsam vor und lernen konstruktive Kritik zu üben.
- **Indirekte Einflussfaktoren (Ziele, Zielgruppe, Grösse, Rolle, technische Voraussetzungen, Struktur, Ergonomie)**  
Wenn wir wissen, was wir erzielen wollen, wer unsere Zielgruppe ist und wie unsere Rolle aussieht, können wir die technischen Voraussetzungen sowie Struktur und Ablauf einer Online-Veranstaltung optimal planen. Dann können wir auch unsere Körpersprache, unsere Stimme und Kleidung besser einsetzen.
- **Direkte Einflussfaktoren (Körpersprache, Stimme, innere Einflussfaktoren, Kleidung)**  
Wir üben und lernen, wie wir optimal in einer Veranstaltung auftreten.
- **Praktische Übungen schliessen sich an.** Sie präsentieren ebenfalls eine Begrüssungs-Sequenz sowie eine weitere Sequenz in einer Ihrer Online-Veranstaltungen.

Jede Lektion enthält ein Video mit dem Skript zum Vertiefen sowie Übungen, Aufgaben, Fragebögen und Checklisten. Es stehen insgesamt 34 Dateien zur Verfügung.

Wenn Sie Fragen haben, zögern Sie nicht, mich zu kontaktieren. Vereinbaren Sie ein Gespräch über diesen [Link](#) für ein unverbindliches Gespräch!

Ich freue mich, Sie kennenzulernen.

Elisabeth Brommer-Kern

SJP Development GmbH  
Hafenweg 2  
8280 Kreuzlingen  
Tel. +41 79 570 03 43  
[ebk@sjpdevelopment.ch](mailto:ebk@sjpdevelopment.ch)



Über mich: [Über mich - SJP Development GmbH](#)

# Perfekte Performance in Online-Formaten - Detailliertes Programm

Einführung (Lektion 1) Die Trainingsinhalte sowie die Schwerpunktsetzung bei einzelnen Aspekten werden insbesondere bei Einzeltraining individuell und in Webinaren mit Rücksicht auf die Anforderungen der Gruppe jeweils angepasst.

## Lernsprint 1: Selbstreflexion und Feedback wertschätzend begegnen (Lektionen 2 + 3)

- **Selbstreflexions-Fähigkeit steigern und mit Feedback abgleichen:** Sind Sie bereit, sich selbst zu begegnen, um noch besser zu werden? Erhalten Sie Einblicke in Selbstwahrnehmung und zwischenmenschliche Beziehungen, um Ihre Interaktionen und damit Ihre Wirkung in Online-Formaten zu steigern.

**Lernziele:** Selbstreflexion und Feedback wertschätzend und konstruktiv formulieren sowie abgleichen, um Verbesserungen an der eigenen Performance vorzunehmen.

---

## Lernsprint 2: Rahmenbedingungen und indirekte Einflussfaktoren (Lektionen 4 + 5)

- Voraussetzungen: Ziele, Rolle, Zielgruppe, Gruppengröße
- Technische Vorbereitung, Gestaltung und Struktur einer Online-Veranstaltung sowie Teilnehmeraktivierung

**Lernziele:** Lernen Sie die Voraussetzungen für Ihre Veranstaltung zu definieren sowie die technische Vorbereitung und die Struktur für den Ablauf festzulegen.

---

## Lernsprint 3: Direkte Einflussfaktoren (Lektionen 6-9)

- **Körpersprache.** Lernen Sie, nonverbale Signale noch effektiver zu nutzen, um zu kommunizieren und eine Beziehung aufzubauen.
- **Stimme.** Meistern Sie die Kunst des stimmlichen Vortrags, um Ihr Publikum noch mehr zu fesseln und zu inspirieren.
- **Innere Einflussfaktoren.** Von innen heraus strahlen! Mit Ihrer Einstellung wirken Sie auf andere.
- **Kleidung.** Entdecken Sie die Bedeutung professioneller Kleidung und wie sie die Wahrnehmung und Glaubwürdigkeit beeinflusst.

**Lernziele:** Lernen Sie die direkten Einflussfaktoren in der Aufnahme Ihrer Online-Veranstaltung zu analysieren sowie das Feedback anderer anzunehmen und daraus Ansätze zur Verbesserung zu entwickeln.

---

## Lernsprint 4: Praktische Umsetzung – das Gelernte anwenden (Lektion 10)

Sie probieren aus, Ihre Wirkung selbstbewusst zu steuern, die Online-Veranstaltung souverän zu meistern und Ihre Teilnehmer zu begeistern und zu bewegen.

- Ziele und Zielgruppen für Online-Veranstaltungen definieren
- Struktur bzw. Ablauf einer Online-Veranstaltung gestalten
- Teilnehmeraktivierung planen
- Setting für den Start einer Veranstaltung planen und dann praktisch umsetzen
- Einen Praxisteil mit Teilnehmeraktivierung umsetzen
- Steuerung der eigenen Wirkung und Souveränität erfahren
- Selbstreflexion vornehmen und Feedback einholen

**Lernziele:** Sie probieren das Gelernte aus und wenden es im Rahmen des Trainings an. Mit diesen Übungen sind Sie gerüstet, um ihre Online-Veranstaltungen souverän zu meistern.