

Gabi Brede

Präsentieren, reden und begeistern für Frauen

Erfolgreich und souverän in Besprechungen,
Meetings und Konferenzen

Inhaltsverzeichnis

Anmerkung	9
Vorwort	11
1 Die Vielfalt des Präsentierens	15
Feedback zum Vortragsstil	18
Am eigenen Stil arbeiten	19
2 Präsentieren? Na klar!	21
Präsentieren ist Handwerk	21
Burn, Baby, burn!	22
Wozu das Ganze: Ziele definieren	24
Eigene Ziele	27
Ein Thema – mehrere Ziele	28
3 Wünsch dir was	33
Zuhörer gewinnen	33
Mit den Zuhörern in Kontakt kommen	36
Ihr Ziel und die Erwartungshaltung des Publikums	38
Die Zuhörer unter die Lupe nehmen	39
Checkliste für die Zuhöreranalyse	44
Das Ishikawa-Diagramm für die Zuhöreranalyse	45
Eine interne Präsentation vorbereiten	47
Konkret werden – strategisch vorgehen	47
Trumpfkarten	49
Fazit	51
4 Was sage ich meinen Zuhörern?	53
Vom Allgemeinen zum Speziellen:	
Eine Mind Map erstellen	54
Das Ishikawa-Diagramm	57
Materialien auswerten	61



Den Inhalt strukturieren	64
Erste Worte	70
Würze für den Hauptteil	75
Die Schluss-Sequenz	77
Das Stichwortmanuskript	82
Lieber früher als später	84
Fazit	86
5 Versuch's mal mit Persönlichkeit	87
Logik oder Gefühl?	87
Das „Wie“ ist entscheidend	91
Kühn, selbstsicher, couragiert	94
Fünf Sätze, auf die Sie besser verzichten	111
Checkliste Sprachstil	112
6 Ihr Auftritt	113
Lampenfieber	113
Positiver Stress	114
Atmen und entspannen	115
Tipps für den Umgang mit Lampenfieber	116
Der Lampenfieber-Countdown	117
Der innere Film gegen negative Gedanken	118
Nichts geht mehr: Blackout	119
Der erste Eindruck	120
Kleidung	121
Sich selbst darstellen	124
Wie wollen Sie wirken?	128
Eine Schau spielen	131
Ihre Wirkungsmacht	132
Bewahren Sie Haltung	132
Hände ins Spiel bringen	134
Mit Blicken Brücken bauen	135
7 Sprechen Sie sicher	139
Bogensätze	139
Tempo, Tempo, Tempo	141
Mit Sprechpausen die Rede strukturieren	143



Eigentlich, denke ich, geht's auch ohne Füllwort	146
Deutlich sprechen	147
Man möchte Sie hören	148
Die Stimme modulieren.	148
Stimmübungen	150
Fazit	151
Checkliste	152
8 Zuhörer, die mehr wissen wollen.	153
Wir hören mit vier Ohren	153
Zwischenfragen	155
Okay, gibt's noch Fragen?	157
Mehr Biss: Widersacher abwehren	163
Was sonst noch passieren kann	168
Checkliste	170
Die Fragerunde moderieren.	171
9 Die Augen hören mit.	173
Mit Präsentationsprogrammen visualisieren	174
Checkliste PowerPoint-Folien	182
Bilder einsetzen.	183
Flipchart.	185
Overheadfolien.	190
Zeit für die Technik	192
Nicht vergessen.	193
Die organisatorische Vorbereitung	194
Fazit	195
10 In aller Kürze	197
Literaturverzeichnis	199
Stichwortverzeichnis	201
Über die Autorin.	205

