

INHALT

Vorwort	9
----------------------	---

Kapitel 1

Sie können bereits präsentieren - vollkommen und natürlich	11
„Die hohe Kunst der Präsentation“ – ist gar keine	15

Kapitel 2

Die Sprache des Körpers: Ihre Ausdrucksmittel natürlich nutzen	19
Ihre Mimik: Nur beim Pokern gewinnt das „Pokerface“	20
Verbindung herstellen über Blickkontakt	22
Ohne Gestik sprechen? Das ist Zurückhaltung am falschen Ort	25
Ihre Haltung – innen wie außen	27
Der „zweite erste Eindruck“ und das gute Gefühl	29
Eine „Parkposition“ für Ihren sicheren Start	30
Der Ton macht die Musik und Ihre Stimme die Stimmung	33

Kapitel 3

Sprache: Nehmen Sie dem Sprachperfektionisten das Steuer aus der Hand	37
„Ähm“ oder der Mut zur Pause	40
Souveräne Führung dank „Sprech-Denken“	42
Wenn Sie überzeugen wollen, packen Sie den „Weichspüler“ weg	44

Kapitel 4

Gewinnen Sie Profil mit einer sympathischen

Selbstdarstellung	49
Grundzutaten und besondere „Gewürze“ für Ihre Selbst-Präsentation	51
Persönliche Stärken präsentieren mit der „Nebensatz-Technik“	55

Kapitel 5

Erfolgsfaktor Team in der Präsentation	57
Souveräne Überleitungen	59
Die Technik des „verabredeten Dialogs“	60
Zeit und Inhalt als Team managen	64

Kapitel 6

Dramaturgie - Vom kraftvollen Einstieg zum nachhaltigen Schluss

.....	69
Die Einleitung: Anwärmphase für Sie und Ihre Zuhörer	70
Eröffnung: „Mit einem Erdbeben starten und dann langsam steigern.“	72
Der Höhepunkt muss eindeutig sein	77
Der nachhaltige Schluss	81

Kapitel 7

Den Spannungsbogen gestalten: Stilmittel für

„Zwischendurch“	85
Strategisch Geschichten erzählen - Storytelling	86
Die Technik der Wiederholung	88
Kurze Unterbrechung Ihres Monologs	89
Führen Sie Regie im Kopfkino Ihrer Zuhörer	91
Seien Sie Ihr eigener Regisseur - Die Formel für eine klare Struktur	92

Kapitel 8

Erfolgreich „trotz“ PowerPoint - Charts sinnvoll einsetzen	95
Raus aus der Präsentationsfalle	96

Kapitel 9

„Das kann nicht sein ...“ - Wenn der Monolog zum Dialog wird	107
Fragen professionell handhaben	108
Einwänden souverän begegnen	111

Kapitel 10

Kompetenter Umgang mit Störungen, Desinteresse & Co.	119
Die Technik des „Dreiklangs“	122
Umgang mit Seitengesprächen	127

Kapitel 11

Lampenfieber oder die Macht des Kopfkinos positiv nutzen	129
Der Realitätsabgleich: Den Ängsten den Spiegel vorhalten	132
Ihr Kopfkino positiv nutzen: Die Methode der inneren Leinwand	133
Auf die Plätze, fertig ...: Entspannt starten	138
Worauf es wirklich ankommt	141
Zur Erinnerung: Ihr Werkzeugkasten	145
Danksagung	156
Martina Pütz persönlich	157