



Portfolio

Inhalt

Vita.....	3
Arbeitsweise.....	3
Angebote:	
• Sprech- und Stimmtraining.....	4
• Vortrags- und Präsentationstraining.....	5
• Gesprächsführung.....	6
• Einzelcoaching für Führungskräfte.....	7
• Teamentwicklung.....	7
• Weitere Angebote.....	7
Kontaktdaten.....	8



Über mich

Christian Römer

Mich gibt es seit 1969 und seit 2001 arbeite ich als Coach für Sprech-, Stimm- und Präsentationstraining.

Grundlage meiner Arbeit ist meine Ausbildung als staatlich geprüfter Atem-, Sprech- und Stimmlehrer und meine achtsame und humorvolle Art im Umgang mit Menschen. Daneben erweist sich das eine oder andere aus meinem Hochschulstudium der Germanistik Anglistik und Theaterwissenschaft und sowie aus meiner kaufmännischen Ausbildung als hilfreich.

In 2007 habe ich mich zum systemischen Coach fortgebildet. Durch diesen Ansatz erweiterte ich meine Tätigkeit um die Bereiche Persönlichkeits- und Teamentwicklung. Ich mag es, Entwicklungsprozesse anzustoßen und zu erleben, wie Menschen ihre Fähigkeiten entfalten. Deswegen bin ich leidenschaftlich gerne Trainer.



Arbeitsweise

Fertige Konzepte und verheißungsvolle Erfolgsversprechungen habe ich nicht zu bieten. Für mich stehen immer die Situation, das Umfeld und vor allem der Mensch selbst im Mittelpunkt. Daraus ergibt sich für die Gestaltung von...

Einzelcoachings:

Nach einer ausführlichen Bedarfsanalyse erarbeite ich mit Ihnen ein individuell auf Sie abgestimmtes Coachingkonzept, das Ihre persönlichen Fähigkeiten mit einbezieht und Sie Ihr Ziel erreichen lässt.

Seminaren:

Im Vorfeld findet eine gründliche Problem- bzw. Bedarfsanalyse statt. Zielvorstellungen erarbeite ich mit der Leitung und dem Team gemeinsam. So entsteht ein auf Ihre Situation zugeschnittenes Seminarkonzept, das einen maximalen Erfolg ermöglicht.

Sprech- & Stimmtraining

für klares Sprechen und sympathischen Stimmklang

- Beschreibung:** Wie wir etwas sagen, hinterlässt oft einen größeren Eindruck auf unser Gegenüber als das, was wir sagen. Unser Stimmklang und unsere Körpersprache bestimmen, wie wir von anderen in einer Kommunikationssituation wahrgenommen und eingeschätzt werden. Wenn Sie Ihr Sprechen als mühevoll und Ihren Stimmklang als ungenügend empfinden, fällt es schwer, überzeugend zu reden. Das Training macht Sie mit den Grundlagen ökonomischen Sprechens und müheloser Stimmgebung vertraut. Sie erfahren, wie Sie Ihren Stimmklang, Ihr Sprechen und Ihre Atmung nutzen können, um individuell und authentisch zu kommunizieren.
- Inhalte:** nach Notwendigkeit und Bedarf z.B.:
- Verbesserung der Artikulation
 - Erweiterung der Sprechmelodie und des Stimmklangs
 - Verminderung der Stimmbelastung bei langem Reden
 - Atemtechniken
 - Sensibilisierung für die Abläufe beim Sprechen
 - Haltung, Mimik und Gestik
- Methoden:**
- praktische Übungen
 - Transfer in den Berufsalltag
 - Trainer-, ggf. Gruppen- und Videofeedback

Zielgruppe Einzelcoaching:

- Führungs- und Nachwuchskräfte, Teamleiter/innen, die authentisch ihren Mitarbeiter/innen gegenüber treten möchten
- Unternehmensangehörige mit Stimmproblemen, die sich negativ auf ihre Arbeitsperformance auswirken

Zielgruppe Seminare:

- Mitarbeiter/innen, deren stimmliche und sprecherische Performance unmittelbar Einfluss auf die Außenwirkung Ihres Unternehmens hat
- Mitarbeiter/innen, die durch eine Verbesserung ihrer stimmlichen und sprecherischen Performance die eigene Leistung steigern möchten

Rhetorik- & Präsentationstraining

für authentisches Vortragen, das starken Eindruck macht

Beschreibung: Wie ein Vortrag wirkt und aufgenommen wird, ist in hohem Maße von der Persönlichkeit des/der Vortragenden abhängig. Eine überfrachtete Powerpointpräsentation, hinter der sich der/die Vortragende versteckt, schwächt die Wirkung des Vortrags. Nur wenn Sie als Mensch in den Mittelpunkt rücken, wird Ihr Vortrag einen bleibenden Eindruck hinterlassen.

Das Training verhilft Ihnen zu einer authentischen, klaren und verständlichen Vortragsweise, mit der Sie Ihre Zuhörer erreichen und den Inhalt Ihrer Präsentation überzeugend und erfolgreich kommunizieren.

Inhalte: nach Notwendigkeit und Bedarf z.B.:

- Atem-, Sprech- und Stimmtraining
- Präsenz, innere und äußere Haltung, Mimik und Gestik
- Vortragshilfen (Powerpoint, Karteikarten u.a.)
- Vortragsstile und Rahmengestaltung
- Rhetorik und Aufbau eines Vortrags
- Wechselwirkungen zwischen Sender und Empfänger
- Umgang mit Nervosität und Lampenfieber

Methoden:

- praktische Übungen und Theorie
- Durchspielen der Vortragsituation
- Transfer in den konkreten Situation
- Trainer-, ggf. Gruppen- und Videofeedback

Zielgruppe Einzelcoaching:

- Führungs- und Nachwuchskräfte, Teamleiter/innen, die sicher und überzeugend auftreten und präsentieren möchten
- Unternehmensangehörige, die wichtige Präsentationen gezielt vorbereiten wollen

Zielgruppe Seminare:

- Mitarbeiter/innen, die ihre Arbeitsergebnisse im Team verständlich vorstellen wollen
- Mitarbeiter/innen, deren Tätigkeit Ihr Unternehmen nach außen präsentiert

Gesprächsführung & Statustraining

für wertschätzende und motivierende Kommunikation

Beschreibung: Ob Verhandlungs- oder Mitarbeitergespräch: Unser Gegenüber möchte verstanden und wahrgenommen werden. Eine offene und wertschätzende Haltung fördert das Vertrauen und die Bereitschaft, gemeinsam tragfähige Lösungen zu finden.

In dem Training entwickeln Sie eine wertschätzende Grundhaltung, wodurch Sie sich besser in die Lage Ihres Gegenübers versetzen können. Sie verbinden Ihre Zielvorstellung mit der Situation des Gesprächspartners und schaffen die Voraussetzung, um zu guten Ergebnissen für beide Seiten zu gelangen.

Inhalte: nach Notwendigkeit und Bedarf z.B.:

- Präsenzaufbau, Körperhaltung, Mimik und Gestik
- wertschätzende Gesprächsführung
- Beziehungs- und Sachebene trennen lernen
- Atem-, Sprech- und Stimmtraining
- Konfliktlösungen ermöglichen und herbeiführen
- symmetrische und asymmetrische Gespräche
- Gesprächssettings und Medieneinsatz

Methoden:

- praktische Übungen und Theorie
- Körperübungen zur Schulung der Wahrnehmung
- Rollenspiele
- Transfer in konkrete Situationen
- Trainer- und Videofeedback

Zielgruppe Einzelcoaching:

- Führungs- und Nachwuchskräfte, Teamleiter/innen, die Ihre Mitarbeiter/innen motivierend und wertschätzend führen möchten
- Führungskräfte, die Verhandlungen führen und Vertragsabschlüsse aushandeln

Zielgruppe Seminare:

Dieser Bereich des Persönlichkeits- und Kommunikationstrainings kann besser im Einzelcoaching bearbeitet werden. Seminare sind auf Anfrage möglich. Zielgruppen s.o.

Einzelcoaching für Führungskräfte

für sicheres und authentisches Handeln und Verhandeln

Dieses Training ist auf Ihre individuelle Situation und Persönlichkeit zugeschnitten. Die Trainingsmaßnahmen betreffen die Bereiche, die wir gemeinsam nach einer ausführlichen Bedarfsanalyse ermittelt haben. Sie greifen auf Methoden, Ansätze und Werkzeuge aus der Körperarbeit, dem Atem-, Sprech- und Stimmtraining sowie dem systemischen Coaching zurück. Das Training dient Ihrer Persönlichkeitsentwicklung und zielt darauf ab, dass Sie Ihre berufliche Position und Rolle Ihren Persönlichkeitsanlagen gemäß voll und ganz ausfüllen. Mit diesem Ansatz ist sowohl eine Begleitung über einen längeren Zeitraum als auch ein Kurzcoaching zur Überwindung akuter Probleme möglich.

Teamentwicklung

für gegenseitige Anerkennung und gesteigerte Performance

Ein Team bringt seine optimale Leistung, wenn alle Teammitglieder und auch Teamleiter ihren Platz im Team finden und sich ihrer Rolle bewusst werden. Erst dann können alle Ressourcen genutzt und Fähigkeiten entfaltet werden, um das gemeinsame Ziel zu erreichen. Mit diesem Seminar möchte ich Prozesse anregen, die eine Entwicklung zu einem im besten Sinne leistungsstarken Team möglich machen. Durch eine systemische Arbeitsweise werden Mitglieder aus der inneren Immigration geholt, Verantwortungen klar definiert, Arbeits- und Kommunikationsabläufe optimiert. Dem Teamcoaching voraus geht eine Situationsanalyse durch Interviews mit der Leitung und den einzelnen Teammitgliedern.

Weitere Angebote

auf Ihre Anforderungen und Bedürfnisse zugeschnitten

Neben den beschriebenen Kernbereichen kann ich nach Ihren Anliegen und Themenvorstellung Coaching-Konzepte entwickeln. Auch zu besonderen Einzelthemen wie z.B. Stressbewältigung, Lampenfieber, Ruhe und Präsenz durch Meditation, Präsentieren mit Powerpoint biete ich Einzelcoaching und Seminare an. Bitte sprechen Sie mich auf Ihre besonderen Wünsche an.

Kontakt

DAS **Coaching**

Dynamisch-Authentisch-Stimmig

Christian Römer

Coach, Stimm- und Sprechtrainer

Kaakweg 11 - 37077 Göttingen

Tel.: 0551 3054738 - Fax: 3056873

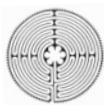
www.christian-roemer.de

info@christian-roemer.de

Abbildungen:



Marcus Tullius Cicero (106 - 43 v. Chr.) galt als größter Redner seiner Zeit. Dank seiner Redekunst wurde er Konsul, das höchste Amt im antiken Rom.



Das Labyrinth der Kathedrale in Chartres führt auf verschlungenen Wegen zum Ziel. Wer es begeht, wechselt auf seinem Weg immer wieder die Perspektive und nimmt neue Aspekte des umgebenden Raums wahr.



Die Atemschriftzeichen von Gertrude Schümann sind bildgewordene Vitalität und Dynamik des Atems und der Stimme.