

Präsentation vor Jury

HERAUSFORDERUNGEN MEISTERN. ZIELE ERREICHEN.

IST-Situation / Ausgangslage

Der Klient soll sein Unternehmen vor einer internationalen Jury repräsentieren. Es geht um einen Wettbewerb, wo der Sieger 10.000 EUR erhält. Die Präsentationsstruktur ist vorgegeben und die Zeitvorgabe darf nicht überschritten werden. Es muss auf Englisch präsentiert werden, da es sich um einen internationalen Wettbewerb handelt.

Unsere Zusammenarbeit

Wir vereinbaren zwei Wingwave®-Coachingsitzungen, da der Wettbewerb bereits in zwei Wochen stattfinden wird. Im ersten Coaching hat der Klient seine Präsentation geübt. Anschließend wurden mittels Wingwave® getestet, welche Stressoren mit Präsentationen und Auftritten verbunden waren. Es zeigte sich dabei, dass ein Stress aus der Schulzeit vorhanden war. Nachdem dieser mittels "Wegwinken" rasch verarbeitet werden konnte, wurde getestet, ob einzelne Wörter - die im Zusammenhang mit dem Wettbewerb, der Jury, etc. stehen - ebenfalls leistungsmindernd sind. Der Klient testet auf das Wort "englischsprachig" schwach, d.h. dieses ist ebenfalls ein Stressor. Mittels der Magic-Word-Technik wird nun die mentale "Bedrohung" durch die visualisierte Darstellung dieses Wortes - das als düster, riesig groß und unangenehm nah vor dem geistigen Auge beschrieben wird - eliminiert. Das Wortbild wird so lange in seinen visuellen Eigenschaften verändert, bis der Klient die "englischsprachige" Präsentation als interessante Herausforderung annehmen kann und stark testet. Das Wort löst keinen Leistungsstress mehr aus.

Beim zweiten Coaching in der darauffolgenden Woche kam mein Klient im Outfit - welches er bei der Präsentation tragen wollte - zu mir. Wir stellten uns direkt vor einen Spiegel und testeten, ob und wo Stressoren und Energieräuber vorhanden sind. Beispielsweise hat - als er sich auf seinen Bart fokussiert hat - schwach getestet. Mit Wingwave® wurde dieser Energieräuber beseitigt. Zwei weitere Stressoren - Krawatte und Hose - wurden auf dem gleichen Wege beseitigt.

Anschließend wurde der gesamt 3-Minuten-Pitch mehrmals vor dem Spiegel geübt. Es zeigte sich, dass der größte Fortschritt erzielt werden konnte, indem eine einfache Mentaltechnik genutzt wurde, um den Einstieg in die Präsentation zu erleichtern. Bei einer "kritischen" Stelle der Präsentation wurde diese nochmals erfolgreich integriert.

Ergebnis / Resümee

- Der Klient hat an Sicherheit für seinen Pitch gewonnen
- Auftrittsstress wurde durch Auftrittsfreude ersetzt
- Eine Mentaltechnik - für den Einstieg in Präsentationen - wurde erlernt
- Der Klient hatte Spaß an seiner Präsentation und war vom Feedback der Jury begeistert

Statt jemanden in eine Person zu verwandeln, die er nicht ist, wurde der Klient genau von dort abholt wo er steht. Seine Fortschritte in den zwei Coachings haben bewirkt, dass er viel Spass und Freude an seiner Präsentation hatte.



„Besprechen wir Ihr Anliegen bei einem kostenlosen Erstgespräch ...“

Gerhard Neustädter
COACHING • BERATUNG • TRAINING
office@zielapp.com | +43 660 724 88 54