

Redeangst? Umgang mit Lampenfieber

Lampenfieber hat mit Angst vor Selbstentblößung und Blamage zu tun, welches in sogenannten Prüfungssituationen auftritt. Wer öffentlich spricht, muss Leistung erbringen und geht das Risiko ein zu versagen und die Zuhörer:innen zu enttäuschen. Doch in Wahrheit laufen meist irrationale Angstfantasien im eigenen Kopf ab, die wir uns in diesem interaktiven Online-Vortrag näher anschauen, und Sie erhalten Tipps im Umgang mit Lampenfieber.

Referentin:

Eva Heymann, Kommunikationstrainerin/Coach und Jobcoach, Frankfurt am Main

Hinweis:

Diese Veranstaltung kann als interaktiver Online-Vortrag (90-120 min.) angeboten werden.