

Führung, Persönlichkeit und Gesundheit

Sie befinden sich hier:
Fortbildung
Führung, Kommunikation und Gesundheit

Selbstbewusst, klar und angemessen die eigenen Interesse vertreten So stärken Sie Ihr Selbstbewusstsein!

Termin

10.10.2019

Weitere Termine siehe unten!

Referentin

Bettina Stackelberg

WEITERE INFORMATIONEN

Seminarnummer

193-21

Kursgebühr

340,00 €

Viele Menschen haben gute Ideen und sind enorm engagiert in ihrem Job – nur merkt das niemand. Es fällt ihnen schwer, auf sich aufmerksam zu machen, sich zu Wort zu melden, wenn es um die Vergabe spannender Aufgaben geht und für ihre Belange einzustehen. Sie glauben, dass sie dazu laut und extrovertiert sein müssen. Und selbst sind sie eher zurückhaltend, sie machen sich stets viele Gedanken und sind (manchmal vielleicht zu) bescheiden. Sie verpassen den richtigen Moment und ärgern sich hinterher oft, dass sie wieder den Mund nicht aufgemacht haben.

Für sich und seine Belange einzustehen und auf sich aufmerksam zu machen funktioniert auch auf die leise Art und kann viel Erfolg und Freude bringen. Im Seminar finden Sie den Weg, der zu Ihnen passt, mit dem Sie sich auch wohlfühlen. Tun Sie Gutes und reden darüber – ohne sich zu verbiegen, zu schauspielern oder arrogant zu wirken.

In dem Training lernen Sie...

- warum (falsche) Bescheidenheit Ihnen manchmal nicht weiterhilft und welche

Stolperfallen es sonst noch gibt.

- welche Stärken Sie wirklich haben. (sich Ihrer selbst bewusst sein.)
- wie Sie Mut und Entschiedenheit finden können, um den Mund aufzumachen.
- wie Sie sich Gehör verschaffen, ohne unsympathisch zu wirken.
- welche Möglichkeiten gelungener Eigen-PR es gibt – auch für Introvertierte.
- warum die richtige innere Haltung dem richtigen Verhalten vorausgeht.

Ziele:

Nach dem Training können Sie...

- sich selbstbewusst Gehör verschaffen in Meetings und Gesprächen.
- klug taktieren und erfolgreich agieren, ohne sich zu verbiegen.
- mit Spaß und Leichtigkeit gelungene Eigen-PR betreiben und Ihre besten Seiten zeigen.
- überzeugt von sich und Ihren Stärken sein und dementsprechend auftreten.

Methoden:

Wenig Theorie, viel Praxis! Gespräche im Plenum, Input Trainerin, Gruppen- und Einzelarbeiten, Übungen. Wir beschäftigen uns ganz konkret mit Ihrem Arbeitsalltag: Wo, in welchen Situationen bzw. zu welchen Anlässen wollen Sie für Ihre Belange eintreten und sich bemerkbar machen? Für was? Bei wem? Wir entwickeln und üben die besten Strategien – Wege, die zu Ihnen passen.

Zielgruppe

offen für alle, die sich selbstbewusster präsentieren wollen

Maximale Teilnehmerzahl

16

Termine / Folgeseminare

10.10.2019

09.00-17.00

Referentin



Bettina Stackelberg

Trainerin, zertifizierter Business-Coach, Speaker und Buchautorin

Sie haben Fragen?



Inga Weise

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752

inga.weise@akademie-im-park.de