MANAGEMENT®
Akademie

Selbstsicher kommunizieren und auftreten

In Dialogen und Diskussionen selbstsicher kommunizieren

EINFACH GUT SEIN.
JEDER KANN ES.

Zielgruppen:
Fachkräfte und Nachwuchsführungskräfte

SEMINARINHALTE

Auf einen Blick

Mit einem selbstsicheren Kommunikationsverhalten stärken Sie Ihre Überzeugungskraft und Wertschätzung bei Ihren Gesprächspartnern.

Dieses Seminar spricht vor allem MitarbeiterInnen an, die in häufigen kommunikativen Kontakten mit Kollegen und/oder Kunden stehen.

Die TeilnehmerInnen erhalten zahlreichen Tipps und Methoden für ein selbstsicheren Umgang mit kontroversen Gesprächssituationen im Berufsalltag.

Das bietet Ihnen das Seminar:

- ☑ Körpersprache selbstsicher einsetzen
- ☑ Sprachliche Stilmerkmale von Selbstsicherheit
- ☑ Selbstbehauptung bei schwierigen Dialogen
- ☑ Faire Konter bei unfairen Taktiken anderer

Methoden

Key Notes und Vortragsinputs vom Trainer. Fall- und Praxisbeispiele. Analysen, Reflexionen, Bewertungen, Lösungen. Übungen und Trainer Feedback.

Vormittags

9.00 Uhr Begrüßung und gemeinsame Vorstellung

Wertschätzung und Selbstsicherheit
- Das eigene Ziel, der eigene Standpunkt, das eigene Standing – der Kompass Ihrer Selbstsicherheit
- Meine Haltung zu mir und anderen
- Das „One Eye Level" Prinzip
- Ich bin o.k. Du bist o.k.
- Kennzeichen von partnerschaftlicher Kommunikation

Die Spiele der anderen – die eigenen Fallen
- No Go`s Hochstatus und Niedrigstatus beachten
- Vorsicht Harmoniefalle
- Nein sagen – erlaubt und respektiert
- Keine faulen Kompromisse
- Distanzierungsvermögen – die Welt ist nicht perfekt
- Wahrheit ist wie Schatzsuche

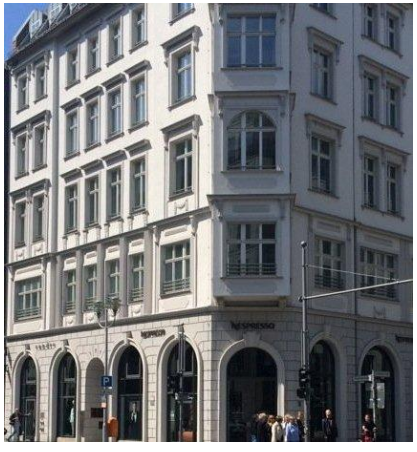
Nachmittags

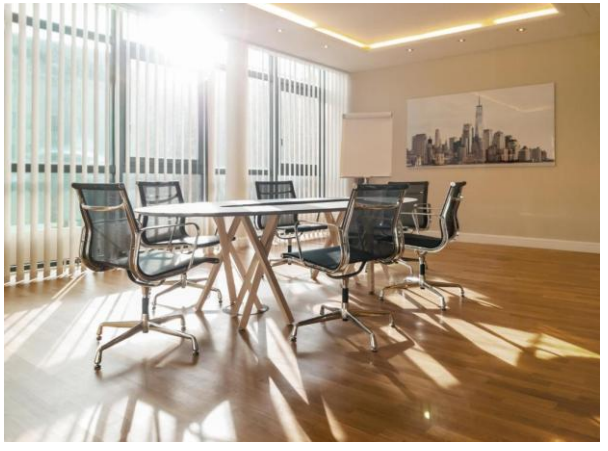
Praxis Tipps für einen selbstsicheren Auftritt
- Selbstsicherheit zeigen – auf das situativ richtige Maß kommt es an
- Selbstsicher auftreten - Körper, Gestik und Mimik der Selbstsicheren
- Selbstsicher sprechen – Weichmacher vermeiden und verlernen
- Selbstsicher bleiben bei Einschüchterungen anderer
- Selbstsicher kontern bei unfairen Angriffen

Übungen
Standing gegenüber Kollegen
Standing gegenüber schwierigen Kunden

Reale Fallbeispiele
Lösungen, Sprache und Körpersprache
Simulationen, Erprobungen, Video Feedback

17.00 Uhr Ende des Seminars





Seminar Veranstaltungssort

Berlin	UP MANAGEMENT Akademie
10117	Friedrichstraße 171

MANAGEMENT® Akademie

IHR Erfolgstrainer

15 Jahre Führungskompetenz
Middle und Topmanagement
Mittelstand und Konzern
Studierter Psychologe

10 Jahre Executive Coach
8 Jahre Management Trainer
Geschäftsführer der
UP MANAGEMENT Akademie ®

Experte für Führungs- und
Kommunikationskompetenzen

Fortbildungen

General Management SGMI St. Gallen
Leadership und Personalführung
Kommunikationstechniken
Change Management
Präsentationsdramaturgie
Konfliktmanagement
Strategieentwicklung
Projektmanagement
Brandmanagement

Gipfelstürmer Jahre

4 Jahre UNILEVER
8 Jahre Continental AG
3 Jahre Rodenstock

UP MANAGEMENT® Akademie

BUCHUNG

ONLINE

Buchen Sie Ihr gewünschtes Seminar bequem online über unsere Website www.up-akademie.de

E-Mail

Teilen Sie uns Ihr Interesse an einem Seminar alternativ per e-mail mit. An torsten.meier@up-akademie.de

Telefon

Bei Rückfragen zu diesem Seminar oder dem Veranstaltungsort erreichen Sie uns telefonisch unter 030/ 276 96 566

KONTAKT

UP MANAGEMENT Akademie
Friedrichstraße 171
D – 10117 Berlin
Tel.: +49 (0) 30/ 276 96 566
www.up-akademie.de
service@up-akademie.de
Inhaber und Akademieleitung:
Torsten Meier
USt.-ID: DE232398971

MANAGEMENT® Akademie