

Überzeugend präsent

Selbstbewusst in Erscheinung treten

Zielgruppe: Mitarbeiterinnen

Nutzen:

- Wahrnehmbare und natürliche Präsenz
- Sicheres und kompetentes Auftreten und Agieren
- Mehr Durchsetzungsstärke und nonverbale Überzeugungskraft
- Souveränes Verhalten in schwierigen Situationen und Konflikten
- Selbstbewusstsein durch eine positive innere Haltung

Inhalte:

- Persönliche Wahrnehmung und Wirkung – Abgleich von Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Überzeugungskraft und natürliche Präsenz – Kongruente Sprache, Stimme, Körpersprache
- Das weibliche Gesprächsvermögen erfolgreich nutzen und Standpunkte klar vertreten
- Sicherheit durch Selbst-Bewusst-Sein und Selbst-Wert – Erfolge spüren und ausleben
- Positive Selbstpositionierung und erfolgreiches Selbstmarketing – MARKE-ICH stärken
- Techniken zur mentalen Stärkung und Entspannung

Methode: Trainer-Input, Diskussion und Erfahrungsaustausch, Einzel- und Gruppenarbeit, praktische Übungen, Videoanalyse

Dauer: 2x2 Tage

Kontakt: act2move • 0151 50 455 260 • info@act2move.de • www.act2move.de