

# Souverän auftreten in der Führungsrolle: Stimme & Körpersprache

## Stärke deine Präsenz und trete sicher auf

Du stehst vor deinem Team und weißt: Dein Auftritt entscheidet. Wie möchtest du als Führungskraft wahrgenommen werden? Hier trainierst du Stimme, Sprache und Körpersprache dort, wo es im Führungsalltag zählt – in Meetings, Gesprächen und anspruchsvollen Situationen. Du probierst typische Führungssituationen aus, reflektierst direkt und bekommst ehrliches Feedback. So gewinnst du Selbstsicherheit und wirkungsvolle Präsenz für deine Führungsrolle.

### Inhalte

#### Deine neue Rolle als Führungskraft

- Du reflektierst dein Führungsverhalten und deine Führungspersönlichkeit.
- Du wirst deine eigene Wirkung bewusst wahrnehmen.

#### Stimme: Ausdruck und Überzeugungskraft

- Du wirst sensibilisiert für deine eigene Stimme - sie ist deine klingende Visitenkarte.
- Du erfährst, wie du mehr Überzeugungskraft durch eine präsenzte Stimme erzeugst.
- Du lernst, deine Stimme wirkungsvoll als Führungsinstrument einzusetzen.
- Wir machen Übungen zur Stärkung des Volumens, der Ausdrucksfähigkeit und Klarheit deiner Stimme.
- Deine Stimme kraftvoll einsetzen: Das Potenzial der eigenen Stimme nutzen.

#### Sprache: Klarheit und Wirkung

- Du entwickelst ein Bewusstsein für dein eigenes Sprechverhalten.
- Welche Wirkung hat Sprache auf dich selbst, dein eigenes Denken und Handeln sowie auf Andere?

#### Körpersprache: Präsenz und persönliche Souveränität

- Lerne Wechselwirkungen von Körper und Psyche zu verstehen und für den Führungsalltag zu nutzen: Embodiment.
- Die Wirkung des eigenen Körpers auf sich selbst und Andere.
- Du lernst souveräne und präsenzte Haltungen aus - für Selbstsicherheit und Überzeugungskraft in herausfordernden Situationen.

#### Wirksame Kommunikation in der Führung

- Welchen Einfluss hat der Körper auf die Kommunikation?
- Du wirst Kommunikation als System verstehen.
- Du tauchst tiefer ein: Die soziale und psychologische Ebene in Gesprächen.
- Wie mache ich innere Haltung sichtbar?
- Du bekommst Werkzeuge für mögliche Interventionen in herausfordernden Situationen an die Hand.

### Lernumgebung

In deiner Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung nützliche Informationen, Downloads und Extra-Services zu dieser Qualifizierungsmaßnahme.

### Dein Nutzen

- Du stärkst deine Überzeugungskraft, indem du mit deiner Stimme, Sprache und Körpersprache experimentierst – in sicherem Rahmen.
- Geschärfte Selbstwahrnehmung, gestärkte Führungspersönlichkeit – erkenne deine Stärken und Entwicklungsfelder.
- Du trainierst die bessere Nutzung deines individuellen Potenzials und baust dieses aus.
- Gemeinsam betrachten wir deine Führungsrolle aus mehreren Perspektiven und du gewinnst so Souveränität für deinen Führungsalltag.

## Methoden

Du wirst ein aktivierendes, erlebnisorientiertes Training zur Förderung der Spontaneität und Selbsterfahrung in deiner Führungsrolle erleben. Dich erwarten lebendige und kreative Methoden und Übungen aus der Theaterarbeit, dem Psychodrama und dem Coaching. Diese wechseln sich ab mit kurzen theoretischen Inputs sowie klassischer Einzel- und Partnerarbeit.

Alle Teilnehmenden erhalten ca. 6 Wochen vor Seminarstart eine E-Mail zur individuellen Vorbereitung auf das Seminar

## Teilnehmer:innenkreis

Alle Fach- und Nachwuchsführungskräfte, die am Anfang ihrer Führungskarriere stehen oder in Kürze ihre erste Führungsrolle übernehmen. Alle Branchen sind uns willkommen!

Als Teilnehmender solltest du die persönliche Bereitschaft zur Selbstreflexion mitbringen. Wir werden in diesem Seminar mit echten Szenen aus dem Führungsalltag arbeiten.

## Open Badges - Zeige auch digital, was du kannst.

Open Badges sind anerkannte, digitale Teilnahmezertifikate. Diese verifizierbaren Nachweise sind der aktuelle Standard für die Einbindung in Karrierenetzwerken wie z.B. LinkedIn.

Damit zeigst du digital, über welche Kompetenzen du verfügst.

Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du von uns ein Open Badge.

Mehr erfahren kannst du unter:

<https://www.haufe-akademie.de/seminare-lehrgaenge/trending-topics/open-badges>



## Trainer:in



### Kerstin Frey

„Wir lernen und verändern uns aus und durch Erfahrungen!“

Mit Leichtigkeit, Kreativität, Tiefe und Humor - ohne Perfektionsanspruch in Entwicklung kommen, das ist der Fokus meiner Arbeit mit Einzelpersonen und Gruppen.

Menschen behutsam aus ihrer Routine zu locken - sie für sich und andere zu öffnen - dafür brenne ich.

Ziel ist es, das eigene Wirken kognitiv, emotional und körperlich wahrzunehmen und über die eigene Rolle hinauszuwachsen.

## Details zur Weiterbildung

### Seminar | Präsenz

2 Tage  
max. 10 Teilnehmer:innen

### Termine & Orte

**23.-24.09.2026**

Stuttgart

**Veranstaltungsort**

Mercure Hotel Stuttgart Airport  
Messe

**Tage & Uhrzeit**

Mittwoch, 23.09.2026  
09:30 Uhr - 17:30 Uhr  
Donnerstag, 24.09.2026  
08:30 Uhr - 16:00 Uhr

**27.-28.01.2027**

Düsseldorf

**Veranstaltungsort**

Novotel City West

**Tage & Uhrzeit**

Mittwoch, 27.01.2027  
09:30 Uhr - 17:30 Uhr  
Donnerstag, 28.01.2027  
08:30 Uhr - 16:00 Uhr

**03.-04.03.2027**

Berlin

**Veranstaltungsort**

andel's by Vienna House

**Tage & Uhrzeit**

Mittwoch, 03.03.2027  
09:30 Uhr - 17:30 Uhr  
Donnerstag, 04.03.2027  
08:30 Uhr - 16:00 Uhr

Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter [www.haufe-akademie.de/30555](http://www.haufe-akademie.de/30555)

### Teilnahmegebühr

**€ 1.590,- zzgl. MwSt.**

€ 1.892,10 inkl. MwSt.

Die angegebene Teilnahmegebühr beinhaltet

- ein gemeinsames Mittagessen pro vollem Seminartag,
- Pausenverpflegung und
- umfangreiche Arbeitsunterlagen.

Die Übernachtungskosten im Hotel werden von den Teilnehmenden direkt mit dem Hotel abgerechnet. Für die Hotelbuchung findest du in deiner Lernumgebung ein Reservierungsformular.

## Deine Anmeldemöglichkeiten

Online: [www.haufe-akademie.de/30555](http://www.haufe-akademie.de/30555)E-Mail: [anmelden@haufe-akademie.de](mailto:anmelden@haufe-akademie.de)

Buche deine Weiterbildung einfach und schnell online. Gib sonst bitte unbedingt den Namen des Teilnehmenden und die vollständige Rechnungsanschrift mit Telefonnummer sowie E-Mail-Adresse an.

In unserem Bereich Fragen & Antworten (FAQ) findest du alle Antworten auf die häufigsten Fragen rund um unsere Weiterbildungen:

<https://www.haufe-akademie.de/faqs>

Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen findest du auch im Internet unter [www.haufe-akademie.de/agb](http://www.haufe-akademie.de/agb) oder im Gesamtprogramm.

Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter [www.haufe-akademie.de/datenschutz](http://www.haufe-akademie.de/datenschutz).

