

Mit Selbstvertrauen und positivem Mindset überzeugend auftreten und handeln

Dein erfolgreicher Auftritt: selbstsicher – klar – konsequent!

Du wünschst dir, in größeren Runden oder Online-Meetings häufiger und positiver wahrgenommen zu werden? Du würdest manchmal gerne mehr aus dir herauskommen oder Aussagen deiner Gesprächspartner sachlicher betrachten können? Du willst mutiger deine Meinung zum Ausdruck bringen, ohne dabei die zwischenmenschliche Harmonie aufs Spiel zu setzen? Lerne in diesem Seminar, wie du mit einem positiven Selbstbild, klar formulierten Aussagen und einer gesunden Portion Erfolgswille eindeutig kommunizieren und dein Anliegen selbstbewusst und adressatengerecht anbringen kannst. Entwickle dein Selbstvertrauen, um eigeninitiativer und konsequenter zu agieren und erhöhe dabei deine Sichtbarkeit. Deine Zielerreichung wird dir leichter fallen, da deine Botschaften verstanden und ernst genommen werden.

Inhalte

Klare, zielgerichtete Kommunikation verwenden

- Gute Vorbereitung, roter Faden und klare Zielvorstellung.
- Ehrliches Feedback geben – authentisch bleiben.
- Ich-Botschaften, die wirklich beim Gegenüber ankommen.
- Mehr Forderungscharakter in Stimme und Körpersprache legen.
- Emotionalität und Sachlichkeit effektiv kombinieren.
- Grenzen benennen – was geht, was geht nicht?
- Höflich aber bestimmt „Nein“ sagen und Erwartungen formulieren.

Dich und andere besser wahrnehmen und steuern

- Nicht alles persönlich nehmen – ein „dickeres Fell“ zulegen durch Abgrenzung.
- Zu sich und den eigenen Bedürfnissen stehen – man muss nicht immer Allen gefallen.
- Verhalten anderer Menschen realistischer einschätzen und vorhersagen können.
- „Rechtmachen“ schadet deiner Reputation – handle gemäß deiner Überzeugung.
- Dranbleiben, auch wenn's anstrengend wird – Energieaufwand ist unerlässlich.
- Konsequenz bleiben und ernst genommen werden.

Neues Mindset entwickeln und Selbstvertrauen stärken

- Den inneren Kritiker und Zweifler ernst nehmen, aber nicht überbewerten.
- Förderliche Haltungen und Glaubenssätze entwickeln – deine innere Haltung entscheidet mit über Erfolg oder Misserfolg.
- Entscheidungen schneller treffen durch mehr Fokus und Vertrauen auf dein Inneres.
- Eigene Erwartungshaltung hinterfragen – Enttäuschung vermeiden.
- Eigene Fähigkeiten und Ideen proaktiver einbringen – schneller ins Handeln kommen.

Lernumgebung

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

Dein Nutzen

- Du nutzt den inneren Kritiker konstruktiv und installierst ein erfolgsförderndes Mindset.
- Du nimmst dich positiv wahr und vertraust auf deine Stärken.
- Du setzt deine Empathie fokussiert ein und lernst konsequentes Handeln.
- Du äußerst deine Bedürfnisse, gibst Feedback und kommunizierst dabei klarer und offensiver.
- Deine Körpersprache und Stimme strahlen Präsenz und Entschlossenheit aus.
- Du steigst dein Selbstbewusstsein und deine Durchsetzungskraft.

Methoden

Praxisorientiertes Präsenztraining: Gespräche detailliert vorbereiten und durchführen. Stimme und Körpersprache durch Videofeedback optimieren. Imaginationsübung, Glaubenssatzarbeit, Trainer:in-Input, Selbstreflexion, Gruppenübung, Checklisten für den Alltag.

Teilnehmer:innenkreis

Fach- und Führungskräfte und alle, die sich klarer positionieren und schlagkräftiger kommunizieren wollen.

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



Martina Gessner

In meinen Seminaren stehst Du im Mittelpunkt! Mir liegt es am Herzen, dass Du bereichert, gestärkt und inspiriert in Deinen Alltag zurückkehrst. Daher erwarten Dich in meinen Veranstaltungen keine langweiligen Vorträge, sondern Interaktion, Feedback und praktisches Üben.

Als Coach oder Trainerin widme ich mich Deiner individuellen Fragestellung und begegne Dir mit Empathie und Wertschätzung. Aufgrund meiner vielfältigen Qualifikationen und meiner 30-jährigen Berufserfahrung (davon rund 20 Jahre als Trainerin und Coach) kann ich Dich fachkompetent unterstützen. Ich freue mich darauf, Dich kennenzulernen!



Niels Otto

Dipl.-Psychologe: Schwerpunkte Arbeits- und Organisationspsychologie sowie klinische Psychologie; langjährige Praxis in verschiedenen Unternehmensberatungen, Personalbereichen und in Veränderungsprojekten; als Coach, Trainer und Organisationsentwickler tätig; Ausbildungen in klientenzentrierter Gesprächsführung & Coaching

Details zur Weiterbildung

Seminar | Präsenz

2 Tage

Zahl der Teilnehmenden begrenzt

Termine & Orte

09.-10.06.2026

Hamburg

Veranstaltungsort

Best Western Plus Hotel Böttcherhof

Tage & Uhrzeit

Dienstag, 09.06.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Mittwoch, 10.06.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

21.-22.07.2026

Mannheim

Veranstaltungsort

Best Western Plus Delta Park

Mannheim

Tage & Uhrzeit

Dienstag, 21.07.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Mittwoch, 22.07.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

01.-02.10.2026

Berlin

Veranstaltungsort

Leonardo Royal Berlin Alexanderplatz

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 01.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 02.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

26.-27.10.2026

Stuttgart

Veranstaltungsort

Parkhotel Messe-Airport

Tage & Uhrzeit

Montag, 26.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 27.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

05.-06.11.2026

Köln

Veranstaltungsort

Premier Inn Köln Mediapark

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 05.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 06.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

26.-27.11.2026

Hamburg

Veranstaltungsort

Villa Viva Hamburg

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 26.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 27.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

16.-17.12.2026

Mannheim

Veranstaltungsort

Best Western Plus Delta Park

Mannheim

Tage & Uhrzeit

Mittwoch, 16.12.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Donnerstag, 17.12.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

11.-12.02.2027

Berlin

Veranstaltungsort

Leonardo Royal Berlin Alexanderplatz

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 11.02.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 12.02.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

09.-10.03.2027

München/Eching

Veranstaltungsort

Olymp Munich

Tage & Uhrzeit

Dienstag, 09.03.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Mittwoch, 10.03.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

13.-14.04.2027

Düsseldorf

Veranstaltungsort

Derag Livinghotel

Tage & Uhrzeit

Dienstag, 13.04.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Mittwoch, 14.04.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

13.-14.05.2027

Hamburg

Veranstaltungsort

Radisson Blu Hotel Hamburg Airport

Tage & Uhrzeit

Donnerstag, 13.05.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 14.05.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

16.-17.06.2027

Stuttgart

Veranstaltungsort

Hotel NH Stuttgart Airport

Tage & Uhrzeit

Mittwoch, 16.06.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Donnerstag, 17.06.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

31.08.-01.09.2027

Berlin

22.-23.09.2027

Mannheim

Veranstaltungsort

RIU Plaza

Tage & Uhrzeit

Dienstag, 31.08.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Mittwoch, 01.09.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Veranstaltungsort

Best Western Plus Delta Park

Mannheim

Tage & Uhrzeit

Mittwoch, 22.09.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Donnerstag, 23.09.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter www.haufe-akademie.de/35014

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 AnmeldemöglichkeitenOnline: www.haufe-akademie.de/35014E-Mail: 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 oder im Gesamtprogramm.

Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter www.haufe-akademie.de/datenschutz.

Haufe Akademie GmbH & Co. KGMunzinger Straße 9, 79111 Freiburg, www.haufe-akademie.de, Beratung: Tel.: +49 761 595339-00, service@haufe-akademie.de