

# Mut zur Selbstsicherheit - Selbstsicherheitstraining

Kursnummer 26M570503

Beginn Freitag, 06.03.2026, 18:00 - 21:00 Uhr

Dauer 2 Termin(e)

Ort VHS im Komed, 637, Im Mediapark 7, 50670 Köln

Lehrkraft Wolfgang Uhle

Kursentgelt 109,00 €

Selbstsicherheit ist weit mehr als gleichauf mitzuschwimmen, es ist die Grundlage für Zivilcourage und vieles mehr. Es ist das Wissen um einen selbst, um die eigenen Leitbilder und den zentralen Lebensentwurf und die daraus resultierende Sicherheit im Auftritt anderen gegenüber. Ziel dieses Seminars ist es, mehr Selbstsicherheit zu gewinnen, zu erfahren, wie man ankommt und worauf man achten muss, um souverän zu wirken. Der Blick richtet sich auch auf kritische Situationen. Therapeutischen Erwartungen kann im Seminar nicht entsprochen werden.

In diesem Praxisworkshop wird ohne Skript oder Handout gearbeitet.

**Dozent:** Wolfgang Uhle ist Kommunikationsmanager, Trainer und Coach. Er verfügt über langjährige Erfahrungen als Arbeitgeber, Pressesprecher, Personalberater und Bewerbungscoach.

## Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

06.03.2026 18:00 - 21:00 Uhr VHS im Komed, 637

07.03.2026 10:00 - 16:45 Uhr VHS im Komed, 637

[zur Kursdetail-Seite](#)