# Authentische Präsenz im Beruf – jenseits von Perfektion und Fassade

## Tagesworkshop

Kursnummer 27M504053

Beginn Freitag, 19.11.2027, 09:30 - 16:30 Uhr

Dauer 1 Termin

Ort VHS im Komed, Raum 639

Dozent Marcus Nilgus

Kursentgelt 73,00 €

*Selbstbewusst auftreten oder sich seiner selbst bewusst sein? -Authentische Präsenz im Beruf entwickeln – mit Methoden aus dem Improvisationstheater*

Kennen Sie das? Sie betreten das Büro, das Meeting oder die Bühne und mit dem ersten Schritt schaltet sich Ihr innerer Autopilot ein: Souverän wirken, keine Fehler machen, alle Erwartungen erfüllen. Dieses antrainierte „Selbstbewusstsein“ ist oft anstrengend – und oft nicht authentisch oder stimmig.

Im beruflichen Alltag wird häufig erwartet, sicher und überzeugend aufzutreten. Gleichzeitig entsteht dabei nicht selten ein Spannungsfeld zwischen äußerer Wirkung und innerem Erleben. Genau hier setzt das Seminar an: Es geht nicht darum, eine weitere „Rolle“ zu perfektionieren, sondern die eigene Präsenz bewusster wahrzunehmen und gezielt zu gestalten. In diesem Tagesseminar nutzen wir die befreienden Methoden des Theaters und der Schauspielpraxis. Keine Sorge: Sie müssen kein Textbuch auswendig lernen und sich nicht verstellen. Im Gegenteil! Sie nutzen Improvisations- und Rollenspiele, um Masken fallen zu lassen, Stressmuster spielerisch zu entlarven und Ihre ganz persönliche, echte Präsenz freizulegen.

Erleben Sie, wie viel leichter, überzeugender und charismatischer Sie wirken, wenn Sie aufhören, eine Rolle zu spielen – und anfangen, einfach da zu sein.

## Kurstermine

| Datum | Uhrzeit | Ort |
|---|---|---|
| 19.11.2027 | 09:30 - 16:30 Uhr | VHS im Komed, Raum 639 |

zur Kursdetail-Seite