Sich durchsetzen. Klar und selbstsicher auftreten

Wochenendseminar

Kursnummer 27M572530

Beginn Samstag, 13.03.2027, 09:00 - 16:00 Uhr

Dauer 2 Termin(e)

Ort VHS im Komed, Raum 637

Dozent Dirk Hannemann

Kursentgelt 145,00 €

Wer die eigenen Ideen und Interessen im Berufsleben realisieren möchte, braucht Durchsetzungskraft. In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie, wie Sie sich klar und deutlich positionieren, ohne Beziehungen und Zusammenarbeit nachhaltig zu belasten. Das erreichen Sie, indem Sie eine konstruktive Einstellung zu sich selbst und anderen entwickeln, klare Ziele vor Augen haben und kraftvolle Kommunikationsstrategien nutzen. Bei jedem Meeting, in jeder Projekt- oder Teamsitzung werden die Karten neu verteilt. Damit Sie nicht untergehen, müssen Sie nicht nur Ihr Bedürfnis nach Harmonie und Sympathie zeitweise zurückstellen. Da hilft es, Gruppenstrukturen zu erkennen und für sich zu nutzen sowie manipulative Spielchen zu durchschauen.
Themen:

- Faktoren persönlicher Durchsetzungsstärke
- Selbstbild und Selbstachtung als Weg zum Erfolg
- Harmoniefallen erkennen, Blockaden lösen
- Das Kritikgespräch: Position beziehen, Grenzen setzen
- Der Überzeugungsgespräch: Andere ins Boot holen
- Rückgrat zeigen und persönlichen Biss entwickeln
- Souveränität auch in Drucksituationen bewahren
- Willkommen auf dem Affenfelsen: Spiele erkennen
- Umgang mit Status und Hierarchie: Platzhirsche & Co.
- Selbstsichere Körpersprache

Dozent: Nach einem Studium der Politikwissenschaften hat Dirk Hannemann zum Thema Prozessoptimierung bei DAX-Konzernen gearbeitet, bevor er im Jahr 2005 als freiberuflicher Trainer begann. Seitdem hat er ca. 800 Trainings abgehalten, anfangs zum Thema Präsentieren oder Gesprächsführung und ist heute Spezialist für Train-the-Trainer- Kurse.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
13.03.2027	09:00 - 16:00 Uhr	VHS im Komed, Raum 637
14.03.2027	09:00 - 16:00 Uhr	VHS im Komed, Raum 637

zur Kursdetail-Seite