

Selbstbehauptung: Wie Sie sich souverän durchsetzen

SBH2-25-dod

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Frauen aller Ebenen, die selbstbewusst auftreten wollen und an Frauen, die in leitenden Funktionen tätig sind und ihr Führungspotenzial weiterentwickeln möchten.

Ihr Nutzen

- ✓ Sie erlangen ein erhöhtes Bewusstsein für Machtstrukturen und Dynamiken in Teams
- ✓ Sie erlernen einen souveränen Umgang mit Manipulationen und „Machtspielen“
- ✓ Sie stärken Ihren eigenen Status und die persönliche Wirkung
- ✓ Sie haben die Fähigkeit, Teamdynamiken positiv zu beeinflussen
- ✓ Sie erreichen eine bessere Sichtbarkeit in Meetings und Projekten
- ✓ Sie erhalten praktische Werkzeuge für mehr Selbstverantwortung und beruflichen Erfolg

Inhalt

- ✓ Die Psychologie von Status und Macht
- ✓ Strategien zur Bewältigung von „Machtspielen“ und Manipulationen
- ✓ Techniken zur Erhöhung des eigenen Status
- ✓ Teamdynamik positiv beeinflussen
- ✓ Praktische Tipps, um in Meetings, Projekten und bei Beförderungen wahrgenommen zu werden
- ✓ Selbstverantwortung übernehmen: praktische Tools für den Alltag

Hinweis

In diesem Seminar werden folgende Methoden eingesetzt:

- ✓ Interaktive Vorträge und Präsentationen
- ✓ Gruppenarbeiten und Diskussionen
- ✓ Rollenspiele und praktische Übungen
- ✓ Feedback
- ✓ Selbstreflektion
- ✓ LINC Personality Profiler

 **Termin**

 **Ort**

 **Preis**
800,00 €



Ansprechpartner

Julia-Sophie Maier
08461/650-1374
julia-sophie.maier@abg-bayern.de
Julia Gabler
08461/650-1320
julia.gabler@abg-bayern.de

Buchen