

Psychologische Durchsetzungskraft und natürliche Autorität – Präsenzschulung

Kennziffer: W550667
Termin: 19.07.2023 Darmstadt
Seminargebühr: 645,- EUR zzgl. MwSt.
inkl. Mittagessen, Kaffeepausen & Unterlagen.

Teilnehmer

Name _____
Firma / Institution _____
Straße / Nr. _____
PLZ / Ort _____
E-Mail _____
Telefon _____

Rechnungsdaten

Ich zahle selbst Mein Arbeitgeber zahlt

Firma / Institution _____

Ansprechpartner

Name _____
E-Mail _____
Straße / Nr. _____
PLZ / Ort _____

- Ich beantrage Fortbildungspunkte (Psychotherapeuten Kammer Hessen).
- Ich habe die Anmelde- & Rücktrittsbedingungen gelesen und stimme ihnen zu.
- Ich habe die Datenschutzbestimmungen auf der I:P:Bm-Homepage gelesen und akzeptiert - www.i-p-bm.com/datenschutz

Datum / Unterschrift _____

SEMINAR

Psychologische Durchsetzungskraft und natürliche Autorität – Präsenzschulung

Termin: 19.07.2023 Darmstadt

Durchsetzungskraft ist eine Grundvoraussetzung für Erfolg und Weiterkommen im beruflichen Alltag. Ein entscheidender Baustein ist dabei eine selbstbewusste und zugleich wertschätzende Kommunikation im Umgang mit Kollegen, Mitarbeitern und Vorgesetzten, besonders auch in konfliktreichen Situationen.

Ziel des Seminars ist die Erhöhung der eigenen Handlungssicherheit, gerade bei schwierigen Interaktionen, sowie die Prävention von Konflikten. Die Anwendung spezifischer Kommunikationsstrategien stärkt die eigene Sicherheit und erhöht eine natürliche Autorität.

Bitte beachten Sie: Dieses Seminar enthält wesentliche Überschneidungen mit dem Seminar "Psychologische Selbstbehauptung für Frauen". Auf vielfachen Wunsch haben wir es angepasst, so dass es jetzt sowohl für Männer als auch für Frauen gleichermaßen gewinnbringend ist.

Dieses Seminar kann auch als Inhouse-Veranstaltung bei Ihnen vor Ort gebucht werden. Gerne können Sie uns für ein unverbindliches Angebot kontaktieren.

Inhalte

Durchsetzungskraft wird in Rollenspielen, Übungen und anhand von Beispielen alltäglich stattfindender Konfliktsituationen und unfairer verbaler Angriffe trainiert. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erarbeiten sich dabei ein Verhaltensrepertoire für eine bessere Selbstwahrnehmung und eine sichere selbstbewusste Kommunikation. Dabei erkennen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auch die Bedeutung der eigenen körperlichen Präsenz und wie sie gezielt mit Körpersprache arbeiten können. Das Anwenden von sanften Schlagfertigkeitstechniken unterstützt ein sicheres Auftreten und vermeidet Konflikte.

Durch das Zusammenwirken einer sicheren Körpersprache, eines bewussten Kommunikationsstils und sanfter Schlagfertigkeit entsteht eine natürliche Autorität und Durchsetzungskraft.

Themenschwerpunkte:

- Konfliktsituationen wahrnehmen, erkennen und diesen frühzeitig entgegenwirken
- Selbstwahrnehmung des eigenen Kommunikationsstils als Grundlage für ein sicheres Auftreten (am Beispiel vom TA-Kommunikationsmodell, mit Übungen)
- Reaktionen auf Stress und Erkennen der dabei auftretenden eigenen Muster und körperlichen Auswirkungen
- Stressregulation in affektaufgeladenen Interaktionen durch Arbeit mit inneren Bildern (Übungen zu innerer Haltung und Erfahren der eigenen äußeren Wirkung)
- Umgang mit unfairen verbalen Angriffen – Schlagfertigkeitstechniken (mit Übungen und Rollenspielen)
- Körpersprache – die richtigen Signale ausstrahlen (Übungen zur Wirkung der eigenen Körpersprache)
- Strategien, um sich in Besprechungen besser durchzusetzen
- Gezielte Verhaltensstrategien (Embodiment) vor schwierigen Gesprächen oder Präsentationen

An diesem Seminartag wird intensiv mit vielen Rollenspielen und Übungen mit maximal 12 Teilnehmerinnen und Teilnehmern gearbeitet.

Bitte beachten Sie, dass das Thema Kommunikation bei interkulturellen Konflikten nicht explizit behandelt wird, da es den Rahmen dieses Seminars sprengen würde. Zu diesem Thema bieten wir eigenständige Seminare an.

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich sowohl an Personen, die im beruflichen Alltag selbstsicher auftreten möchten als auch an Führungskräfte, die aus einer natürlichen Autorität heraus mit ihren Teams kommunizieren wollen. Es ist kein Train-the-Trainer-Seminar, sodass Trainer und andere Referenten nicht zugelassen werden.

Ort / Zeiten

Termin: 19.07.2023

Veranstaltungsort:

Holiday Inn Express Darmstadt

Dornheimer Weg 764293 Darmstadt
Telefon: +49 (0)6151 800820
info@express-darmstadt.de
64293 Darmstadt

Link zum Veranstaltungsort:

<https://www.tristar-hotelgruppe.de/de/>

Uhrzeiten

Bei unseren 1-tägigen Seminaren:

Beginn: 10:00 Uhr / Ende: 17:00 Uhr

Bei unseren 2-tägigen Seminaren:

1. Tag / Beginn: 10:00 Uhr / Ende: 17:00 Uhr

2. Tag / Beginn: 09:00 Uhr / Ende: 16:00 Uhr

Übernachtung

Das Holiday Inn Express Darmstadt bietet Ihnen Hotelzimmer an, für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an folgende Telefonnummer +49 (0)6151-800820.

Anreise

Anreise per Pkw

A5/A67 Darmstädter Kreuz: Abfahrt DARMSTADT STADTMITTE, auf der Rheinstraße nehmen Sie die Ausfahrt Starkenburg-Kaserne, um zum Eifelring zu gelangen. Biegen Sie rechts in den Dornheimer Weg ab, um uns auf der linken Seite zu erreichen. Auf dem Hotelgelände stehen Parkplätze zur Verfügung – 45 Stellplätze in der Tiefgarage, 10 Außenstellplätze – Kosten: 12 EUR.

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Sie fahren mit dem Zug bis Darmstadt Hauptbahnhof. Nutzen Sie den Ausgang West und folgen Sie der Straße "Zweifalltor" in nördlicher Richtung. Sie laufen geradewegs auf das Hotel zu. Geschätzte Entfernung zum Hotel: 0,45 km.

Anmeldung / Preise

Sie können sich per E-Mail, Fax oder postalisch bei uns verbindlich anmelden. Danach erhalten Sie von uns per E-Mail eine Bestätigung Ihrer Anmeldung sowie eine Rechnung. Bitte berücksichtigen Sie, dass ein Anspruch auf einen Teilnehmerplatz erst nach Eingang der vollen Teilnahmegebühr besteht.

Die Teilnehmerzahl ist bei einem Seminar auf max. 12 Personen begrenzt, die Platzreservierung erfolgt nach Eingang der Anmeldungen.

Rücktrittsbedingungen

Bei Stornierungen ab sechs Wochen vor der Veranstaltung berechnen wir die Hälfte der Teilnahmegebühren für den Verwaltungsaufwand. Bei Stornierungen ab einer Woche vor der Veranstaltung berechnen wir die volle Teilnahmegebühr. Ein Ersatzteilnehmer kann selbstverständlich immer gestellt werden.

Das Seminar findet als Präsenzschiilung ab einer Teilnehmerzahl von 8 Personen statt. Als Live-Web-Seminar ab einer Teilnehmerzahl von 4 Personen. Spätestens vier Wochen vor Seminarbeginn verpflichten wir uns, Sie im Fall einer Absage per E-Mail zu informieren. Bei Ausfall eines Referenten sind wir bemüht, einen fachlich adäquaten Ersatzreferenten zu stellen.

Seminargebühr **645,- EUR zzgl. MwSt.**

Teilnehmergebühr für 1-tägiges Seminar, max. 12 Teilnehmer*innen.

Bei Buchungen über firmeninterne Bestell- und Lieferantensysteme (z. B. Ariba) erheben wir eine zusätzliche Bearbeitungsgebühr von **50,- EUR zzgl. MwSt.** pro Bestellvorgang.

Wichtig bei unseren Live-Web-Seminaren:

Da diese Seminare sehr interaktiv gestaltet sind, ist eine Teilnahme nur mit eingeschalteter Kamera möglich!

Referenten



Monika Hoffmann

Monika Hoffmann ist gemeinsam mit Dr. Jens Hoffmann Gesellschafterin des Instituts Psychologie und Bedrohungsmanagement. Frau Hoffmann ist hypnosystemischer Coach (Ausbildung bei Dr. Gunther Schmidt, Milton-Erickson-Institut in Heidelberg) und Heilpraktikerin Psychotherapie. Ihr Schwerpunkt ist die Persönlichkeitsentwicklung in den Bereichen Selbstwertgefühl, Selbstbehauptung und Kompetenzzentfaltung.