

Sicher auftreten – selbstbewusst und wertschätzend argumentieren –

Bildungsurlaub / Bildungszeit

„Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf“

Maja Storch

Was ist ein Schlüssel zum Erfolg?
Wie überzeuge ich mein Gegenüber?
Ist es der selbstbewusste, souveräne Auftritt, meine Ausstrahlung und meine innere Haltung?
Darf ich authentisch sein oder muss ich nicht nur die besten Argumente, sondern auch möglichst schlagfertig sein?

Ein sicherer und souveräner Auftritt hat viele Facetten. Auf der einen Seite ist es unsere Persönlichkeit, auf der anderen Seite unsere Art der Kommunikation, die uns erfolgreich werden lassen.

Sicher auftreten, erfolgreich kommunizieren, bedeutet, sachlich und klar sowie gleichzeitig wertschätzend und empathisch zu sein, eine Verbindung zum Gegenüber herzustellen, auch und gerade in schwierigen Situationen.

Machen wir uns immer Gedanken darüber, wie wir miteinander sprechen? Wir gehen unvorbereitet in Gespräche, reden miteinander und hoffen, dass das Ergebnis zufriedenstellend ist. Das ist jedoch leider häufig nicht der Fall. Wenn es um unsere Gehaltserhöhung geht und wir unseren Chef nicht davon überzeugen, dass diese angemessen ist oder die Kollegen in der Teamsitzung nicht von unseren Argumenten zu überzeugen waren.... Woran liegt das? Sind meine Argumente nicht überzeugend, bin ich nicht überzeugend?

Diese und ähnliche Fragen führen uns zum Thema:

Was macht ein Gespräch zu einem erfolgreichen Gespräch?

Wie bleibe ich auch in schwierigen Gesprächen konstruktiv?

Und wie schaffe ich es auch hier souverän und gewinnend zu bleiben, meine eigenen Standpunkte überzeugend zu vertreten, Einwänden ruhig und lösungsorientiert zu begegnen?

Und was hat das alles mit meiner Haltung zu tun?

"Man kann nicht nicht kommunizieren, denn jede Kommunikation (nicht nur mit Worten) ist Verhalten und genauso wie man sich nicht nicht verhalten kann, kann man nicht nicht kommunizieren." (Paul Watzlawick)

Seminar Nr.:	811825
Termin:	30.11. – 05.12.2025 Sonntag, 18:00 Uhr – Freitag, 13:00 Uhr Beginn mit dem Abendessen um ca. 18 Uhr.
Ort:	Baltrum
Preis:	875,- € (Ü/VP) 1075,- € für Einrichtungen/Firmen EZ-Zuschlag: 45,- € insgesamt

Dozentin:

Renate Huppertz (Jhrg. 1963) ist Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung, Mediatorin, Systemischer Coach und NLP-Practitioner. Ihre Schwerpunkte sind Seminare zu Selbst- und Stressmanagement, der Entfaltung persönlicher Schlüsselkompetenzen sowie der Vertiefung der kommunikativen Kompetenz, Konfliktmanagement und Konfliktmoderation. Sie ist ZENbo Balance Trainerin Basic und Live Online Trainerin und arbeitet seit vielen Jahren als selbständige Trainerin, Mediatorin und systemischer Coach.

Teilnehmer*innenzahl: 8 – 16

Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung



Renate Huppertz

Seminarinhalte

- Die Grundlagen der Kommunikation
Zuhören/ Aktives Zuhören
Fragetechniken
Empathie
- Ebenen der Kommunikation/
Trennung von Sach- und Beziehungsebene
Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Selbstwert in Diskussionen
den eigenen Standpunkt klar vertreten
- Körpersprache
- Äußere und innere Haltung
- Gespräche ziel- und lösungsorientiert führen und steuern
- Argumentation und Gegenargumentation
- Üben und Verfeinern von Argumentationsstrategien
- Umgang mit Störfaktoren, Einwänden
- Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern und –situationen

Ihr Nutzen

- Sie erfahren, wie Sie sich zielgerichtet auf (schwierige) Gespräche im beruflichen Kontext vorbereiten.
- Sie lernen Ihre Reaktionsmuster in beruflichen Interaktionen besser kennen.
- Sie üben sich in Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie dem Erkennen typischer Interaktionsabläufe in professionellen/ privaten Kommunikationssituationen.
- Sie erhalten Handwerkszeug, Lösungsansätze und Handlungsmöglichkeiten für schwierige Situationen in Ihrem Arbeitsalltag.
- Sie entwickeln Sicherheit und Souveränität und überzeugen künftig noch stärker mit Ihrer Persönlichkeit.

Arbeitsformen

- Übungen alleine, zu zweit, zu dritt und in der Gruppe
 - Fallbesprechungen
 - Reflexionen
 - Strategiegespräche
 - Trainer- und Gruppengespräche
- Die Mischung aus Theorie, Übungen und Entspannung gibt Ihnen die Möglichkeit, Neues zu erfahren. Wir nutzen die Energie der Gruppe, lernen voneinander und stärken unsere eigenen Fähigkeiten und Ressourcen. Sie lernen spielerisch Werkzeuge für ein gutes Gespräch und eine gute Argumentation.

Zu diesem Seminar bringen Sie bitte folgendes mit:

- bequeme Kleidung (Hose, Oberteil) für Meditation
- Hausschuhe oder warme Socken
- Schreibutensilien

Die Insel Baltrum

Baltrum liegt in der Mitte der wie eine Perlenkette vor der deutschen Nordseeküste aufgereihten sieben ostfriesischen Inseln. Im Westen wird das Eiland durch das Seegatt Wichter Ee von Norderney und im Osten durch die Accumer Ee von Langeoog getrennt. Baltrum misst 5 km in der Länge und maximal 1,5 km in der Breite. Mit 6,5 km² ist sie die **kleinste der ostfriesischen Inseln**; und für viele Gäste, die oft auf die Insel kommen, die Schönste – vielleicht auch, weil sie autofrei ist. Zwei Links zur Insel: www.baltrum.de und www.baltrum-online.de.

Organisatorisches

Übernachtung/Verpflegung: Das christliche Gästehaus Sonnenhütte befindet sich im Westend und ermöglicht ihren Gästen zu drei Seiten einen wunderschönen Blick auf das Meer. Sie übernachten im Doppelzimmer oder Einzelzimmer. Sie erhalten Vollpension im Haus. Link zum Haus: www.sonnenhuette.de.

Anreise

Baltrum erreichen Sie mit dem Schiff von Neßmersiel aus in ca. 30 Minuten. Neßmersiel ist mit dem Auto (z.B. über Aurich) und mit der Bahn (über Norden und dann weiter mit dem Bus) erreichbar. Bitte nutzen Sie unseren **Fahrgemeinschaft-Service**. Bitte bedenken Sie, dass das Schiff nicht häufig fährt: (Fahrzeiten finden Sie unter www.baltrum-linie.de).



Bitte beachten Sie die Hinweise zur An- und Abreise.

Sicherheit

Eine Haftpflicht- und Unfallversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten bzw. sichert Sie gegenüber Unfallfolgen ab.

Bildungsurlaub / Bildungszeit

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern für Teilnehmer/innen aus bestimmten Berufsgruppen **als Bildungsurlaub/ Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig**. Bitte beachten Sie dazu unsere **„Mitteilung für den Arbeitgeber“**. Zur **Beantragung** des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit bei Ihrem **Arbeitgeber** reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

Förderung

Verschiedene Bundesländer sowie der Bund übernehmen unter bestimmten Bedingungen einen Teil der Weiterbildungskosten. Nähere Informationen und Voraussetzung finden Sie unter <http://liw-ev.de> (Berufliche Kompetenz). Wir beraten Sie gerne.