

## Kompetenz zeigen – sich klar vertreten

### Durchsetzungstraining für Frauen



Erfolgreiche Frauen sind aus verantwortungsvollen Positionen schon lange nicht mehr wegzudenken. Sie meistern ihre beruflichen Herausforderungen mit Bravour, verfolgen ihre Ziele mit Nachdruck und verstehen es, diese überzeugend zu kommunizieren.

Dieses Durchsetzungstraining für Frauen zeigt Ihnen, wie Sie die eigene Entscheidungs- und Durchsetzungskraft erhöhen.

**Termin:** 14. und 15. Juni 2018

**Ort:** GRIMMWELT, Kassel

**Seminargebühr:** 560 Euro (inklusive Mittagessen und Besuch der GRIMMWELT)

**Ihre Trainerin:** Beate Hoffmann, Kommunikationstrainerin,  
Journalistin, Coach



### Seminarziele

- » Sie erkennen, wie Sie sich als Frau im Berufsalltag durchsetzen und behaupten.
- » Sie wissen, wie Sie souverän auf Kritik und Widerstände reagieren.
- » Sie wissen, wie Sie Ihre individuellen Motive, Stärken und Schwächen bewusst wahrnehmen.
- » Sie sind sensibilisiert für den Einfluss der Körpersprache (dabei hilft Ihnen ein Feedback zu Ihrer persönlichen Wirkung und Ihrem Entwicklungspotenzial).
- » Sie kennen effektive Techniken und Verhaltensmuster für die Durchsetzung Ihrer Ziele.

## Trainingsinhalte

- » **Keine falsche Bescheidenheit** - Verkaufen Sie sich selbst und Ihre Ergebnisse
- » **Body & Talk** - Gewinnen Sie mit Ihrer Ausstrahlung
- » **Das Ende des Nettigkeitssyndroms** - Wie Sie sich besser abgrenzen und "Nein" sagen
- » **Die Kunst, Männer zu motivieren** - So managen Sie Chefs, Kollegen und Mitarbeiter
- » **Die überzeugende Ansprache** - Setzen Sie Ihre Ziele durch
- » **Notfallhilfe für schwierige Situationen** - Erkennen Sie die Spiele Ihres Gegenübers
- » **Langfristige Erfolge sichern** - Aktionsplan für Ihr persönliches Wachstum

## Anmeldung:

Ziel&Impuls  
Auf der Wiedigsbreite 63  
34128 Kassel  
Fon: 0173-3286520  
[info@zielundimpuls.de](mailto:info@zielundimpuls.de)

**Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind!**