

## **Mehr Selbstsicherheit im Beruf**

### **Anleihe mit Methoden und Instrumenten der Schauspielerarbeit**

Sicherheit im Auftreten ist in vielfältigen Situationen von Vorteil und dies kann wie die Schauspielerei erlernt werden.

In diesem Seminar lernen Sie die Prinzipien der Selbstsicherheit und sind anschließend in der Lage, selbstbewusst und mit Sensibilität Ihren Gesprächspartner\*innen auf Augenhöhe zu begegnen.

Selbstsicheren Menschen fällt es leichter, sich zu behaupten und sich herausfordernden Situationen zu stellen, was wiederum Einfluss auf den Erfolg und die Lebensgestaltung haben kann.

In diesem Seminar wird besonderes Gewicht auf Vorstellungsgespräche und Gespräche im beruflichen Kontext gelegt.

Programminhalte:

- Wie erlange ich innere Sicherheit
- Wie bewirke ich bei meinen Gesprächen eine positive Resonanz?
- Wie erhöhe ich meine Akzeptanz?
- Wie steigere ich durch meine Selbstsicherheit meine Überzeugungskraft?
- Körpersprache und Selbstsicherheit

Referentin:

Ingeburg Amodé, Diplomschauspielerin, Regisseurin, Coach, Frankfurt

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Mindestens 6 bis maximal 15 Teilnehmerinnen

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Beamer, Leinwand, Stühle im Stuhlkreis und mehrere Tische am Rand

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6-7 Zeitstunden.

Maximale Entfernung:

Hessenweit