

Schlagfertig statt sprachlos: Herausfordernde Gesprächssituationen souverän meistern

Ob in Besprechungen, Verhandlungen oder bei Vorträgen – im beruflichen Alltag kommt es immer wieder zu Einwänden und Widerständen mitunter auch zu Provokationen und Verbalattacken. Hier ist entscheidend, sich klar zu positionieren und lösungsorientiert zu verhalten. Wer schlagfertig auftritt, gilt als durchsetzungsstark und erntet Respekt und Sympathie.

Doch wie gelingt es, in unvorhergesehenen Situationen schlagfertig und zielführend statt sprachlos und irritiert zu reagieren? Und was ist zu beachten, um konstruktiv zu kontern und eine positive Gesprächsatmosphäre zu erhalten? Inwieweit kontern Frauen anders als Männer?

In diesem Seminar lernen Sie verschiedene Schlagfertigkeitstechniken kennen, mit denen Sie in unvorhergesehenen Situationen klar und kraftvoll auftreten, ohne sich aus der Spur bringen zu lassen. In praxisorientierten Übungen entdecken Sie Ihren individuellen Erfolgsstil und lernen, sich besser zu behaupten. Sie gewinnen an Selbstsicherheit und stärken Ihre Durchsetzungskraft.

Inhalte:

- Schlagfertigkeit: Was genau ist das und wann ist sie von Vorteil?
- Das realistische Selbstbild: Wo bin ich stark, wo verletzlich?
- Haltung und Verhalten: Die Macht der Gedanken nutzen
- Techniken und Situationen: Argumentations-, Humor- und Abwehr-Techniken
- Auftritt mit Eindruck: Sprache und Körpersprache gezielt einsetzen und richtig deuten
- Spezielle Techniken für spezielle Situationen und Grenzüberschreitungen
- Fallen und Erfolgsfaktoren: Die Kunst des konstruktiven Konterns

Referentin:

Bettina Schilling, Business Coach und Karriereberaterin, Kronberg

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Mindestens 6 und maximal 12 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Die Veranstaltung kann als 3-4 stündige Abendveranstaltung und als 6-7 stündiges Tagesseminar am Wochenende gebucht werden.

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Flipchart mit Papier, Pinnwand, Moderationskarten und –stifte, Kreis ohne Tische

Maximale Entfernung:

Nach Absprache (vorzugsweise Rhein-Main-Gebiet mit öffentlichen Verkehrsmitteln)