

Standing: Haltung zeigen unter Druck

Wie Sie auch in schwierigen Situationen stimmig und kraftvoll auftreten

Gute Zeiten kann jeder. Erst in schwierigen Situationen zeigt sich, ob Sie über eine klare Haltung und innere Kraft verfügen. Denn „Standing“ braucht mehr als Fachkompetenz und Leistungsbereitschaft.

In diesem Seminar arbeiten Sie auf verschiedenen Ebenen an Klarheit, Stehvermögen und Überzeugungskraft: Auf der Ebene der Persönlichkeit und des Selbstwerts erkennen Sie die individuellen Faktoren, die Ihnen Stabilität geben, und auf die auch unter Druck Verlass ist. Auf der Ebene des Verhaltens arbeiten Sie an einem guten Umgang mit Konflikten und Konfrontationen. Auf der kommunikativen Ebene entwickeln Sie mehr sprachliche Klarheit und Schlagfertigkeit, wenn es drauf ankommt.

Ihr Nutzen

Sie erkennen – auch durch Praxisübungen und Feedback – was Ihr „Standing“ stärkt. Sie schärfen Ihre Selbstwahrnehmung und lernen Techniken, um noch stimmiger und kraftvoller aufzutreten und Ihre Wirkung gezielt zu nutzen.

Inhalte

- Ihr Standing im Dreieck zwischen Persönlichkeit – Expertise - Einfluss
- Was stärkt Haltung? Was raubt Kraft?
- Balance zwischen Distanz und Nähe
- Empathie, Einwände, Kritik und Konsequenz
- Sprache als wichtigstes Führungsinstrument
- Lösungsorientiert und flexibel verhandeln
- Spontan auf den Punkt kommen
- Standing mit dem „Powerstatement“

Zielgruppe

Selbstständige, Führungskräfte, Team- und Projektleiter, Menschen mit Freude an mehr Verantwortung und Sichtbarkeit

Methoden

Trainerimpulse, Einzel- und Gruppenarbeit, Übungen an eigenen Themen und Fallbeispielen, Feedback und ein paar Herausforderungen.

Hinweise

Max. Teilnehmerzahl: 8 Personen

Dauer: 2 Tage

Termine: Aktuelle Termine und Preise entnehmen Sie bitte unserer Internetseite:

[Standing: Haltung zeigen unter Druck](#)

Seminarkennziffer A63