

# Wie sehen mich die anderen? Das Feedbackseminar

Feedback für mehr persönliche Wirkung, Selbstreflexion und erfolgreiche Zusammenarbeit

**Jeden Tag hinterlassen wir einen Eindruck – in Gesprächen, Meetings, Präsentationen oder der Zusammenarbeit im Team. Doch nur selten erfahren wir ehrlich, wie wir tatsächlich auf andere wirken.**

Nach einem Gespräch haben Sie das Gefühl, Ihr Thema klar vermittelt zu haben. Erst später merken Sie, dass Ihr Gegenüber etwas ganz anderes verstanden hat. Ein Meeting entwickelt sich anders als erwartet, eine Rückmeldung überrascht Sie oder ein gut gemeinter Vorschlag stößt auf Widerstand. Solche Situationen gehören zum Berufsalltag – und sie zeigen, dass unsere Wirkung nicht allein von unserer Absicht bestimmt wird.

Oft nehmen wir uns selbst anders wahr als unser Umfeld. Genau deshalb fällt es schwer einzuschätzen, wie wir auf Kolleginnen und Kollegen, Mitarbeitende oder Kunden tatsächlich wirken. Ehrliches Feedback eröffnet eine neue Perspektive: Es macht Stärken sichtbar, deckt blinde Flecken auf und schafft die Grundlage für persönliche und berufliche Weiterentwicklung.

Die eigene Wirkung entsteht nicht durch das, was wir beabsichtigen, sondern durch das, was bei anderen ankommt. Wer seine Wirkung kennt, kann bewusster kommunizieren, erfolgreicher zusammenarbeiten und andere leichter für gemeinsame Ziele gewinnen.

## **Vielleicht fragen Sie sich:**

- Wie wirke ich auf andere Menschen?
- Stimmen mein Selbstbild und mein Fremdbild überein?
- Welche Verhaltensweisen unterstützen meine Wirkung – und welche stehen mir eher im Weg?
- Wie kann ich authentisch auftreten und gleichzeitig professionell wirken?
- Wie nutze ich Feedback, um mich gezielt weiterzuentwickeln?

Genau dabei unterstützt Sie dieses Seminar. In einem geschützten und vertrauensvollen Rahmen erhalten Sie ehrliches, wertschätzendes Feedback zu Ihrer persönlichen Wirkung. Sie reflektieren Ihr Selbstbild, erkennen blinde Flecken und entwickeln konkrete Ansatzpunkte, um Ihre Kommunikation und Ihr Auftreten im Berufsalltag bewusst weiterzuentwickeln.

01 · Nutzen

## Ihr Nutzen

### Nach dem Seminar können Sie

- Ihre persönliche Wirkung bewusster wahrnehmen und gezielt gestalten.
- Selbstbild und Fremdbild besser miteinander abgleichen.
- blinde Flecken erkennen und konstruktiv nutzen.
- authentischer und souveräner auftreten.
- Ihre Kommunikation klarer und wirkungsvoller gestalten.
- Feedback als Chance für Ihre persönliche und berufliche Weiterentwicklung nutzen.
- konkrete Entwicklungsziele für Ihren Berufsalltag ableiten.

02 · Inhalte

## Seminarinhalte

### Selbstbild und Fremdbild verstehen

- Die eigenen Wirkung reflektieren
- Selbstbild und Fremdbild miteinander vergleichen
- Blinde Flecken erkennen und Entwicklungspotenziale ableiten

### Persönliche Wirkung bewusst gestalten

- Kommunikation, Auftreten und Präsenz reflektieren
- Körpersprache, Stimme und nonverbale Signale bewusst einsetzen
- Authentisch und situationsgerecht auftreten

### **Feedback professionell nutzen**

- Strukturiertes Feedback geben und annehmen
- Rückmeldungen konstruktiv einordnen
- Feedback als Instrument der persönlichen Entwicklung nutzen

### **Persönlichkeit besser verstehen**

- Das Persolog®-Persönlichkeitsprofil einordnen
- Eigene Stärken und bevorzugte Verhaltensmuster erkennen
- Unterschiedliche Verhaltensstile im Berufsalltag verstehen

### **Transfer in den Berufsalltag**

- Persönliche Entwicklungsziele formulieren
- Konkrete Maßnahmen für die berufliche Praxis ableiten
- Die eigene Wirkung nachhaltig weiterentwickeln

## **03 · Zielgruppe**

# **Für wen ist das Seminar geeignet?**

Dieses Seminar richtet sich an:

- Fach- und Führungskräfte, Projektleitungen sowie Mitarbeitende, die ihre persönliche Wirkung bewusster wahrnehmen und ihre Kommunikation gezielt weiterentwickeln möchten.
- alle, die offen für ehrliches Feedback sind und ihre Zusammenarbeit mit anderen nachhaltig verbessern möchten.

## **04 · Arbeitsweise**

# **So arbeiten wir im Seminar**

Dieses Seminar lebt von Offenheit, Vertrauen und einem respektvollen Miteinander. Deshalb schaffen wir einen geschützten Rahmen, in dem ehrliches Feedback möglich ist und persönliche Entwicklung gelingen kann.

Sie erhalten strukturiertes Feedback zu Ihrer Wirkung, reflektieren Ihr Verhalten anhand praxisnaher Übungen und arbeiten mit dem Persolog®-Persönlichkeitsprofil. Gemeinsam entwickeln wir konkrete Ansatzpunkte, die Sie direkt in Ihren beruflichen Alltag übertragen können.

Sie profitieren von:

- strukturierten Feedbacksequenzen
- Reflexionsübungen
- dem Persolog®-Persönlichkeitsprofil
- Einzel- und Gruppenarbeiten
- individuellem Feedback
- konkreten Empfehlungen für Ihre persönliche Weiterentwicklung

#### 05 · Fragen & Antworten

## Häufige Fragen zum Seminar

### **Benötige ich besondere Vorkenntnisse?**

Nein. Das Seminar setzt keine besonderen Vorkenntnisse voraus. Wichtig ist die Bereitschaft, sich mit der eigenen Wirkung auseinanderzusetzen und Feedback als Chance für die persönliche Entwicklung zu nutzen.

### **Was nehme ich aus dem Seminar mit?**

Sie gewinnen ein klareres Bild davon, wie Sie auf andere wirken, erkennen persönliche Stärken und Entwicklungspotenziale und erhalten konkrete Anregungen, um Ihre Kommunikation und Ihr Auftreten im Berufsalltag bewusster zu gestalten.

### **Ist das Feedback im Seminar vertraulich?**

Ja. Das Seminar findet in einem geschützten und wertschätzenden Rahmen statt. Vertraulichkeit und gegenseitiger Respekt bilden die Grundlage für offene Gespräche und ehrliches Feedback.

### **Muss ich persönliche Dinge preisgeben**

Nein. Im Seminar geht es nicht darum, private Themen zu besprechen. Im Mittelpunkt steht Ihre berufliche Rolle, Ihre Kommunikation und Ihre Wirkung im Arbeitsalltag. Sie entscheiden jederzeit selbst, welche Erfahrungen oder Situationen Sie einbringen möchten.

# Häufige Fragen zu Feedback, Selbstbild und persönlicher Wirkung

## Warum ist Feedback für die persönliche Entwicklung wichtig?

Wir selbst nehmen unser Verhalten oft anders wahr als unser Umfeld. Ehrliches Feedback hilft dabei, blinde Flecken zu erkennen, die eigene Wirkung besser einzuschätzen und gezielt an der persönlichen Weiterentwicklung zu arbeiten.

## Was versteht man unter Selbstbild und Fremdbild?

Das Selbstbild beschreibt, wie wir uns selbst wahrnehmen. Das Fremdbild zeigt, wie andere Menschen uns erleben. Stimmen beide Bilder weitgehend überein, gelingt Kommunikation häufig leichter. Unterschiede bieten wertvolle Hinweise für die persönliche Entwicklung.

## Kann ich meine Wirkung auf andere bewusst verändern?

Ja. Persönliche Wirkung ist kein Zufall. Wer seine Kommunikation, Körpersprache und sein Verhalten reflektiert, kann seine Wirkung gezielt weiterentwickeln – ohne dabei unauthentisch zu wirken.

## Was sind blinde Flecken?

Blinde Flecken sind Verhaltensweisen oder Gewohnheiten, die anderen auffallen, uns selbst jedoch oft nicht bewusst sind. Gerade diese Erkenntnisse bieten häufig die größten Entwicklungsmöglichkeiten.

## Welche Rolle spielt Körpersprache für die persönliche Wirkung?

Mimik, Gestik, Haltung und Stimme beeinflussen maßgeblich, wie Botschaften wahrgenommen werden. Sie können Worte unterstützen, ihnen widersprechen oder ihre Wirkung verstärken. Deshalb ist Körpersprache ein wichtiger Bestandteil authentischer Kommunikation.

## Was bringt mir ein Persönlichkeitsprofil wie Persolog®?

Das Persolog®-Persönlichkeitsprofil hilft dabei, eigene Verhaltenspräferenzen besser zu verstehen und Unterschiede im Verhalten anderer Menschen einzuordnen. Es schafft eine gute Grundlage für Selbstreflexion, Zusammenarbeit und eine bewusste persönliche Weiterentwicklung.

|  <b>Format</b> |  <b>Teilnehmer</b> |  <b>Dauer</b> |  <b>Seminarzeit</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wahlweise<br>Präsenzseminar oder<br>Live-Online-Training                                        | Max. 8                                                                                              | 2 Tage                                                                                         | Nach Vereinbarung                                                                                      |

## Termine

Seminarnummer D01

### 2026

02.12.-03.12.2026      **Mercure Hotel Köln  
West**

### 2027

30.03.-31.03.2027      **Region Stuttgart**

12.04.-13.04.2027      **Region Köln**

28.06.-29.06.2027      **Region Berlin**

29.09.-30.09.2027      **Region Frankfurt**

23.11.-24.11.2027      **Region Bielefeld**

### Kein passender Termin dabei?

Sprechen Sie uns an: Wir prüfen gern einen individuellen Firmentermin oder weitere Termine für unsere offenen Seminare.

### Über das ime

ime Institut für Management-Entwicklung  
Sunderweg 4 · 33649 Bielefeld  
0521 94206-0  
[info@ime-seminare.de](mailto:info@ime-seminare.de)

### Fragen zum Seminar?

**Christian Kaufmann**  
0521 94206-18  
[christian.kaufmann@ime-seminare.de](mailto:christian.kaufmann@ime-seminare.de)

### Infos & Anmeldung



### Seminarseite öffnen

QR-Code scannen oder  
die Seminareseite öffnen.