

## Selbstbild – Fremdbild

Ob bei öffentlichen Auftritten, im Kundenkontakt oder bei internen Gesprächen – Ihre Wirkung als Fach- und Führungskraft trägt wesentlich zum Ansehen und Erfolg Ihres Unternehmens bei. Denn Menschen, die „gut rüberkommen“, also ihre eigene Ausdruckskraft sicher einschätzen und nutzen können, sind beruflich erfolgreicher.

Im Seminar setzen Sie sich intensiv mit Ihrer eigenen Persönlichkeit auseinander. Mittels eines Selbsttests, Praxissimulationen und konstruktivem Feedback lernen Sie sich selbst und Ihre Wirkung auf andere besser kennen. So verbessern Sie einerseits Ihre Selbstwahrnehmung und lernen andererseits, Ihre Ausstrahlung in den für Sie relevanten beruflichen Situationen zu optimieren. Überlassen Sie Ihre Wirkung nicht dem Zufall!

---

### Inhalte

- **Mein Persönlichkeitsprofil**
    - Wer bin ich? Was tue ich?
    - Wie beeinflusst das mein Auftreten?
  - **Fremdbild**
    - Mein erster Eindruck auf Fremde
    - So wirke ich auf Kunden, Mitarbeiter, Vorgesetzte,...
    - Die Kunst des konstruktiven Feedbacks
  - **Die eigene Wirkung optimieren**
    - Blinde Flecken aufdecken
    - Umgang mit Idealbildern und Fremderwartungen
    - (Körper-)Sprache gekonnt einsetzen
    - Effektiv mit anderen Menschen umgehen
    - Praxisübungen: Erfolgreiche Strategien entwickeln
  - **Persönliche Fortschrittsplanung**
- 

### Zielgruppe

Alle Personen, die ihr eigenes Verhalten besser verstehen und ihre Wirkung auf andere Menschen optimieren wollen.

---

### Trainer



---

## Teilnehmerstimmen

Das sagen unsere Teilnehmer zu diesem Seminar:

"Interessant und spannend gestaltet. Kann ich weiter empfehlen!"

*Michael Kirchner, DG Verlag*

---

"Menschen mit so viel Vergnügen und Kompetenz bei der Arbeit sind sehr inspirierend. Es sollte mehr davon geben!"

*Stefanie Henkes, Alte Hansestadt Lemgo*

---

"Habe einiges gelernt und es wird mir sehr weiterhelfen."

*Manfred Rosenberg, Clariant Plastics & Coatings (DE) GmbH*

---

"Ein sehr informatives und lebendiges Seminar, welches durch die Dozentin ausgezeichnet wird."

*Luise Sokolowski, Stadtparkasse Wuppertal*

---

"Tolles Seminar in angenehmer kleiner Gruppe, die sich schnell zum Team entwickelt hat."

*Christine Bohry, PSB PresseService Bonn GmbH & Co. KG*

---

"Sehr gute Möglichkeit mehr über sich selber, das eigene Handeln und die eigene Wirkung auf andere zu erfahren."

*Henning Wehrstedt, Vaillant GmbH*

---

"Ich nehme durchweg positive Eindrücke mit!"

*Stephanie Schmitz, Rheinische Baustoffwerke GmbH*

---

"Es war einfach toll zu erfahren, wie man mit einfachen Übungen so viele Dinge über sich selbst und andere erfahren kann."

*Steffen Weiß*

---

[mehr »](#)

**Dauer** 2 Tage, je von 9.00 bis 17.00 Uhr

**Teilnehmer** max. 10

**Termine** nach Vereinbarung!

---