

LEITLINIEN UND ORGANISATIONSKULTUR		INDIVIDUELLE KOMPETENZ-ENTWICKLUNG		FÜHRUNG UND PERSONALMANAGEMENT		ORGANISATION UND ARBEITSTECHNIKEN	
Compliance	Chancengleichheit	Gesund bleiben am Arbeitsplatz	Karriere machen bei der Stadt Mannheim	Führung - unsere Grundlagen	Führungs-kompetenz stärken	Projekt- und Prozessmanagement	Verwaltungswissen
Umgang mit Veränderung	Kommunikation, Kooperation & Zusammenarbeit	Persönliche und soziale Kompetenzen	Coachings und Beratungsangebote	Personalentwicklung und Recruiting	Arbeitsrecht und Personalverwaltung	IT-Training	Tools, Arbeitstechniken und -methoden

## LEADERSHIP

### Präsenz, Status & die ersten fünf Sekunden

**Zielgruppe**  
alle Führungskräfte

**ZU WENIG ANMELDUNGEN**  
**SEMINAR WURDE ABGESAGT**

**ANMELDESCHLUSS VERLÄNGERT:**  
**21.09.2022**

#### Einführung

Meist sind es die ersten fünf Sekunden, die über Ihre Wirkung und letztlich über Ihre Möglichkeiten im Zusammentreffen mit Menschen entscheiden. Wirksamkeit und Sichtbarkeit sind eine Frage des Status in Beziehungen. Mache ich mich klein, oder eher groß? Und welche Spielräume erschaffe ich mir damit (un)bewusst?

Dies ist ein Seminar für alle, die das Geheimnis menschlicher Beziehungs-Dynamiken tiefer verstehen und ihre Präsenz selbstbewusst und selbstwirksam gestalten wollen.

#### Ziel

- Sie sind in der Lage Ihre Außenwirkung situationsgerecht zu steuern, um sich überzeugend und sympathisch zu positionieren.
- Sie haben Klarheit über Ihre persönlichen Ziele erlangt.
- Sie wissen, wie Sie Ihre eigene Durchsetzungsfähigkeit in Situationen steigern können.
- Sie haben (un)bewusste Verhaltensweisen und Glaubenssätze aufgedeckt.
- Sie lernen auf Machtspiele bewusst zu reagieren, statt sich reinziehen zu lassen.

#### Programm

- Definition von Präsenz & Beziehungs-Dynamiken
- Was kann ich selbst gestalten und was nicht?
- Wie verhalte ich mich, um mehr Souveränität und Stärke auszustrahlen?
- Wie verhalte ich mich, um mehr Sympathie und Unterstützung von anderen zu bekommen und mehr dazugehören?
- Auf welche Verhaltensanker kommt es an?
- Welche Glaubenssätze halten mich ab, die nicht mehr der Wahrheit entsprechen?
- Übungen

**Seminarnummer:**  
Q4.3.2.2

**Methode:**  
Theoretischer Input, praktische Übungen, Erfahrungsaustausch

**Referent\*in:**  
Helene Vöhringer  
Senior Beraterin Vöhringer & Wilhelm Consulting

**Termin:**  
05.10.2022 und  
06.10.2022

**Zeit:**  
jeweils 08:30 Uhr – 12:30 Uhr

**Ort:**  
Studieninstitut Rhein-Neckar,  
U 1, 16-19, 68161 Mannheim,  
Raum 521

**Anmeldeschluss:**  
31.08.2022

**Gebühr:**  
zentral finanziert

[ANMELDEFORMULAR](#)