Selbstwahrnehmung – Wie wirke ich nach außen?

Persönliche Kompetenzen und Kommunikation

– Meine Wirkung auf andere/Selbst- und Fremdbild
– Wie wirke ich generell auf andere?
– Welchen ersten Eindruck hinterlasse ich?
– Welche Ausstrahlung habe ich durch meine Körperhaltung, Mimik, Gestik, Stimme?
– Wie wirkt mein Kommunikationsverhalten?
– Wie komme ich als Präsentator, im Dialog und in größeren Gruppen an?
– Welcher Persönlichkeitstyp bin ich?

Inhalte:

- **Jeder Persönlichkeitstyp hat eine bestimmte Außenwirkung.**
  – Abgleich Selbst- und Fremdeinschätzung
  – Mein bevorzugtes Verhalten und meine Eigenschaften
  – Verstehen, wie ich bei anderen Persönlichkeitstypen ankomme und was ich bei ihnen bewirke
  – An welchen „Stellschrauben" kann ich drehen?
  – Herstellung eines realistischen Selbstbilds

- **Wie kann ich schon im ersten Kontakt mit anderen „punkten"?**
  – Verbales und nonverbales Verhalten in Übereinstimmung bringen
  – Authentizität und Überzeugungskraft herstellen
  – Auf nonverbale Signale anderer achten
  – Bewusster Umgang mit Körpersprache und Stimme
  – Anpassung der Gesprächsinhalte an andere Persönlichkeitstypen und situative Erfordernisse

- **Der persönliche Entwicklungsplan/Praxistransfer**
  – Was will ich beibehalten, was verändern bzw. neu mit aufnehmen und entwickeln?
  – Was könnte mich daran hindern?
  – Wer begleitet mich dabei, gibt mir Feedback?

Methoden:

Trainerimpulse, Einzel- und Gruppenarbeit, schriftliche und mündliche Übungen an eigenen Themen und Fallbeispielen, Rollenspiele mit Feedback und Analyse

Kurs-ID:

TP-0496

Zielgruppe:

Mitarbeiter:innen aus allen Unternehmensbereichen

Verein für Sozialpolitik, Bildung
und Berufsförderung e. V.
– Akademie der Wirtschaft –
Karthäuserstraße 23
34117 Kassel
Telefon 0561 1091-53

Zu unseren Inhouse-Seminaren