

## Ein Seminar für Frauen: Wirken durch Persönlichkeit. Klar. Selbstbewusst. Authentisch.

### KURZBESCHREIBUNG

Was zeichnet eine Persönlichkeit aus? Sie kann ihre Vorstellungen und Ziele nachvollziehbar, klar strukturiert, kompetent und respektvoll darstellen und vermitteln. Wie Sie dies erreichen können, lernen Sie in drei intensiven Tagen: Sie bekommen die Möglichkeit, sich selbst in Ihrem Auftreten, Ihrer Außenwirkung, Ihrer Ausrichtung und Ihrem Selbstbewusstsein zu reflektieren und neu zu justieren. Dadurch wird Ihr Auftreten authentisch, wirkungsvoll und klar. Das vereinfacht Ihnen den Umgang mit den Menschen in Ihrer Umgebung, sowohl beruflich als auch privat.

### HINWEIS

Zur Vertiefung und Fortsetzung können Sie das Aufbauseminar "Ein Seminar für Frauen: Wirken durch Persönlichkeit II. Potenziale erkennen. Stärken stärken. Ziele umsetzen" (44 408) besuchen.

### IHR NUTZEN

Sie lernen, Ihre eigene Persönlichkeit einzuschätzen und wissen, wie Sie auf andere wirken und was auf andere wirkt.

Sie sind sensibilisiert für Ihre Vorstellungen von der Zukunft (Visionen).

Sie definieren und differenzieren Ihre Rollen, Ihre Werte, Grundeinstellungen, Stärken und Potenziale.

Sie erkennen eigene Limitierungen und Blockaden und bauen diese ab.

### SCHWERPUNKT

Schwerpunkt des Seminars sind praktische und erfahrungsorientierte Übungen.

### ZIELGRUPPE

Alle Mitarbeiterinnen

### THEMEN

Der erste Eindruck

Aufbau der Persönlichkeit

Persönlichkeit und "Kraft"

Authentizität – Abgleich von Selbstbild und Fremdbild

Die persönlichen Energiegeber und Antreiber

Die eigenen Bedürfnisse

Visionen: klare Vorstellungen von der Zukunft

Das eigene Glaubenssystem auf dem Prüfstand

Im Gleichgewicht der eigenen Stärken

Selbstverantwortung: wirken, bewirken und motivieren

Orientierung und Klarheit nach innen und außen

### LEHRMETHODEN

Trainerinnen-Input, Einzel- und Gruppenarbeiten, Reflexionsphasen, Feedback. Das Seminar hat Workshop-Charakter.

### TERMINE

**23.03.2022 (11:00 Uhr) bis**

**25.03.2022 (16:00 Uhr)**

Präsenz | Nürnberg

ARD.ZDF medienakademie (BR-Gelände)

Preis: 1.710,- € p.P.

Seminarleitung: Heidelinde Kablitz

### INHALTLICH VERANTWORTLICH

Bettina Winter

E-Mail: [b.winter@ard-zdf-](mailto:b.winter@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:b.winter@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-458

### KUNDENSERVICE

Ute Sperling

E-Mail: [kundenservice@ard-zdf-](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-367

### SEMINARNUMMER

44 407