

## „Here I am“

### Präsenztraining für Frauen

#### Was

Frauen haben es oft schwerer, ihre Inhalte zu vermitteln und ernst genommen zu werden. Wie können die Redebeiträge und Auftritte von Frauen wirksamer werden, wie können sie andere von ihren Ideen überzeugen? Dafür werden die kommunikativen „Spiele der Macht“ reflektiert, eigene Erfahrungen analysiert, an der inneren Haltung gearbeitet und Strategien entwickelt, wie frau kontert, ohne zu kopieren... indem Körpersprache und Stimme bewusster eingesetzt werden.

#### Wofür

- Wirksamer für „ihre“ Inhalte streiten
- Selbstreflexion der eigenen Präsenz
- Strategien zur Weiterentwicklung „ihrer“ Auftritte

#### Für wen

Dieses Seminar richtet sich an Frauen, die sich – oft gegen männliches Redeverhalten wie Dominanzgesten oder Mansplaining – besser durchsetzen möchten.

#### Wie

Inhouse-Seminar. Das Seminar dauert 1 Tag.  
Gruppengröße zwischen 6 und 12 Teilnehmer\*innen.

#### Unser Versprechen:

Eine detailgenaue Vor- und Nachbereitung für eine maßgeschneiderte Veranstaltung.



Jetzt Angebot anfordern!