



Training Speziell für Frauen

- Weibliche Kommunikationsstärken gezielt nutzen
- Rhetorik für Frauen: Überzeugend reden
- Umgang mit schwierigen Situationen und Dominanzverhalten

Mit weiblichen Kommunikationsstärken souverän präsent sein. Frauen kommunizieren anders als Männer. Nutzen Sie diese Stärke.

Frauen kommunizieren anders als Männer. Frauen haben den größeren Wortschatz, ein besseres Sprachgefühl, sie können gut zuhören, Interesse zeigen und Beziehungen aufbauen.

Das sind optimale Voraussetzungen für eine **erfolgreiche** und zielgerichtete **Kommunikation**. Dieses Potenzial von Frauen in der Kommunikation lässt sich positiv nutzen, ausbauen und einsetzen.

Gleichzeitig haben Frauen so eine gute Basis in Führungspositionen, um auch wichtige und heikle Kommunikationssituationen im Business-Alltag auf der Beziehungsebene gut zu bewältigen. Bei Dominanzverhalten (meist) männlicher Gesprächspartner brauchen Frauen besonderes Geschick und Durchhaltevermögen. Dann gilt es als Frau, standzuhalten, klar zu argumentieren, bei sich und beim Thema zu bleiben.

In unserem Kommunikationstraining und Führungsseminar für Frauen erhalten Managerinnen und Frauen in **Führungspositionen** im Einzeltraining oder Gruppentraining ihr persönliches kommunikatives Rüstzeug, um solche Herausforderungen und Situationen meistern zu können.

Lerninhalte in Stichpunkten

1. Weibliche Kommunikationsstärken bewusster in der Führung einsetzen
2. Kompetenz für das Leiten von Teams
3. Richtige Reaktion auf Angriffe, Einwände, komplizierte Fragen oder Dominanzverhalten
4. In Verhandlungen standfest bleiben – die eigene Position durchsetzen
5. Körpersprache der Männer lesen lernen
6. Informieren oder überzeugen? Kernbotschaften formulieren und platzieren
7. Körpersprache und Haltung: Gestik, Mimik, Blickkontakt und Charisma entwickeln und gezielt einsetzen

Beschreibung des Kommunikationstraining Seminars

Wenn Frauen zu Ihren ureigenen Kommunikationsfertigkeiten noch weitere Kompetenzen erwerben, verfügen sie über ein gewaltiges Potenzial, um in einem von Männern dominierten Berufsfeld erfolgreich kommunizieren zu können. In unserem Kommunikationstraining für Frauen lernen Sie Ihre persönlichen Stärken durch Kommunikation bewusst einzusetzen und sich kommunikativ z.B. **gegen Dominanzverhalten zu wehren**. Unsere Trainerin entwickelt mit Ihnen gemeinsam Ihr persönliches Führungsverhalten und Kommunikationsverhalten weiter, sodass Sie sich in Zukunft durch den bewussten Einsatz Ihrer persönlichen Fähigkeiten als Führungskraft besser positionieren können.

Dieses Seminar für Frauen zeigt Ihnen, wie Sie durch Ihre Kommunikation in Verhandlungen und anderen Gesprächssituationen standfest bleiben und Ihre **Anliegen durchsetzen**. Denn eine überzeugende Kommunikation stärkt Ihre Professionalität und Führungsposition. Sie wissen wie Sie die Körpersprache der Männer zu lesen haben und können ihre eigene Haltung darauf abstimmen. Sie lernen in diesem Seminar Ihre natürliche Autorität als Frau zu behalten und sich durch Ihren Auftritt mit Mimik, Gestik und Blickkontakt Akzeptanz und Anerkennung zu verschaffen. Mit Dominanzverhalten, Widerständen, Konflikten und ungerechtfertigten Äußerungen in den unterschiedlichsten Kommunikationssituationen können Sie nach diesem Seminar konstruktiv und souverän umgehen. Wertvolle Tipps zu typischen Gesprächssituationen von Ihrer Trainerin **stärken** Sie in Ihrer **Rolle als Frau** und Führungskraft.

Infos zu Speziell für Frauen im Überblick

Inhalte

In diesem Seminar für Frauen lernen Sie von Expertinnen:

1. Wie nutze ich meine weiblichen Stärken für meine Kommunikation?
2. Wie behalte ich die Sach- und Beziehungsebene im Blick?
3. Wie setze ich meine Körpersprache und mein äußeres Erscheinungsbild für einen überzeugenden Auftritt bewusst ein?
4. Wie kann meine Stimmlage meine Kommunikation bei Auftritten unterstützen?
5. Wie optimiere ich meine persönliche Ausstrahlung und Repräsentationsfähigkeit?
6. Wie bekomme ich meine Emotionen in den Griff und bleibe selbstsicher?
7. Wie reagiere ich in schwierigen Situationen souverän?

Zielgruppe

Dieses Kommunikationstraining richtet sich an Frauen, die ihr berufliches Standing und Kommunikationsverhalten verbessern möchten.

1. Frauen in Führungspositionen und Leitungspositionen
2. Geschäftsführerinnen und Managerinnen
3. Weibliche Vorstände, Vorstandsvorsitzende, Aufsichtsräte
4. Projektmanagerinnen
5. Büroleiterinnen

Nutzen

1. Kennenlernen der eigenen Stärken und Entwicklungspotenziale in der Kommunikation
2. Mehr Sicherheit bei Entscheidungen und Führungshandlungen
3. Wirksamere Überzeugungskraft und mehr Souveränität
4. Herauskrystallisieren des eigenen Stils

Ablauf / Dauer

- Eintägiges Kommunikationstraining für Frauen
- Als individuelles Einzeltraining oder Gruppentraining (mit bis zu 6 Mitarbeiterinnen Ihres Unternehmens) buchbar
- Teile des Seminars finden vor der Kamera statt und werden aufgezeichnet, um das persönliche Kommunikationsverhalten besser analysieren zu können
- Das Training für Frauen findet in den Seminarräumen und im TV-Studio des hbw, Max-Joseph-Straße 5, 80333 München, statt.
- Termine nach Vereinbarung Inhouse-Training bei Ihnen vor Ort möglich
- Preis auf Anfrage

Trainer/innen



Sabine Appelhagen

Zertifizierte Trainerin, Business-Coach und Medienfrau. Seit vielen Jahren setzt sie sich dafür ein, dass Frauen auch die Anerkennung bekommen, die sie verdienen.



Cornelia Klaila

Cornelia Klaila ist vielseitig interessiert und umfassend qualifiziert. Sie hat für die Medien und Unternehmen gearbeitet, ist mit der Finanzkommunikation vertraut und kennt auch Branchen wie den Maschinenbau.