

J1021 Entfesseln Sie Ihre Stärken: Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen - Online-Seminar

Beginn	Montag, 06.10.2025, 18:30 - 21:30 Uhr
Kursgebühr	70,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Matthias Dahms
Kursort	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum, , Online von zu Hause oder anderswo

Entfesseln Sie Ihre Stärken im Seminar "Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen"! Manchmal fällt es schwer, Forderungen durchzusetzen, im Mittelpunkt zu stehen oder "nein" zu sagen. Mangelndes Selbstvertrauen kann eine Ursache sein: Sie erhalten nicht das, was Sie wollen, werden von anderen überholt und ärgern sich im Nachhinein über sich selbst. Aber gute Nachrichten: Selbstvertrauen lässt sich erlernen. In diesem Online-Workshop trainieren Sie, sich selbst zu vertrauen, sich zu motivieren und das Ruder in die Hand zu nehmen. Sichere Argumentation, flüssiges Sprechen und Überzeugungskraft werden Ihre Partner sein, während Sie Schritt für Schritt den Zugang zu Ihren eigenen Kraftquellen und Ressourcen gewinnen. Darüber hinaus bietet Ihnen dieses Seminar zahlreiche Tipps und Anregungen zur Umsetzung, um Ihre Stärke auch über das Seminar hinaus zu entfesseln.

Seminarinhalte:

- Ge- und Verbote für eine starke Persönlichkeit
- Vom Mut aus dem Schatten herauszutreten
- Die Rolle von Sprache und Körpersprache
- Strategien der Motivation und der Selbstmotivation
- Aufmerksamkeit erzeugen
- Souverän und überzeugend auftreten
- Anregungen für karriereentscheidende Situationen

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
06.10.2025	18:30 - 21:30 Uhr	vhs-online: Zoom-Live aus allgemeinem Meetingraum

[zur Kursdetail-Seite](#)