

Selbstsicher und authentisch
zum Erfolg!

Seminar

Sicheres Auftreten



Die Top-Themen:

- **Die Wirkung auf andere stärken und an Überzeugungskraft gewinnen**
- **Mit Kompetenz und Sympathie Ihr Gegenüber begeistern**
- **Kommunikationsverläufe souverän und zielorientiert steuern**
- **Positiv und locker mit Lampenfieber umgehen**
- **In unvorhergesehenen Situationen gelassen bleiben und Einwände konstruktiv kontern**

Termine und Orte

03. und 04. Juni 2025
Frankfurt am Main

29. und 30. September 2025
Berlin

Optimieren Sie gezielt Ihre Außenwirkung!

Ihre Seminarleitung
Bettina Schilling, Business
Coach und Beraterin für
Kommunikation & Kooperation,
Kronberg im Taunus



Allgemeine Informationen

Zielsetzung

Für beruflichen und geschäftlichen Erfolg zählt nicht nur die Fachkompetenz, sondern vor allem auch die Fähigkeit, selbstsicher und klar aufzutreten. Ob bei Präsentationen, in Gesprächen oder Meetings: Die inhaltliche Botschaft entfaltet ihre volle Wirkung erst bei überzeugender Darbietung. Es gilt, die Gesprächsbeteiligten und das Publikum zu erreichen. Die besten Argumente können unberücksichtigt verhallen, wenn sie nicht kraftvoll und gewinnend präsentiert werden.

In diesem Seminar reflektieren Sie Ihr Selbstbild und erkennen, wie Ihre innere Einstellung mit Ihrer Ausstrahlung verknüpft ist. In praxisorientierten Übungen erproben Sie verschiedene Verhaltensstrategien und kommunikative Techniken, mit denen Sie Ihre Botschaften einladend vermitteln und Ihre Interessen durchsetzen.

Setzen Sie Ihre Sprache und Körpersprache vom ersten Moment an bewusst ein. Erfahren Sie, wie Sie Gesprächsbeteiligte zielgruppenorientiert adressieren und begeistern. Nach dem Seminar wissen Sie, Lampenfieber positiv für sich zu nutzen und auch in herausfordernden Situationen Ihre Souveränität beizubehalten.

Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte, die in Praxisituationen

- im eigenen Unternehmen
- oder vor Kundschaft und geschäftlichen Kontakten sicher auftreten wollen.

Inhouse-Seminar

Dieses Seminar können Sie auch als firmeninterne Schulung buchen:

Wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot. Rufen Sie uns an.

Frau Angela Bungert/Herr Jens Wilk

Tel.: +49 211 6214-200, E-Mail: inhouse@vdi.de

Herr Heinz Küsters  

Tel.: +49 211 6214-278, E-Mail: kuesters@vdi.de

Veranstaltungsdokumentation

Jeder Teilnehmer erhält eine Dokumentation wie Präsentationsunterlagen, Handbuch o.ä. und eine VDI Wissensforum-Teilnahmebescheinigung.



Seminarleitung

Bettina Schilling, Business Coach und Beraterin für Kommunikation & Kooperation, Kronberg im Taunus



Bettina Schilling berät seit rund 20 Jahren Fach- und Führungskräfte erfolgreich darin, ihre Kommunikationsprozesse, Gespräche und Redesituationen optimal zu gestalten. Vom Aufbau einer Beziehung zu Gesprächsbeteiligten und Publikum bis zum verständlichen und nachhaltigen Vermitteln der unterschiedlichsten Inhalte unterstützt sie ihre Kundschaft dabei, einen individuellen Erfolgsstil zu entwickeln, mit dem sie überzeugend reden, gewinnend auftreten und ihre Ziele erreichen.

Sie kooperiert mit öffentlichen Verwaltungen, Wirtschafts- und Weiterbildungsunternehmen sowie Hochschulen und Vereinen bundesweit. Sie hat Ausbildungen als systemische Coach und Personalreferentin absolviert und einen geisteswissenschaftlichen Hochschulabschluss. Hinzu kommen zahlreiche Fortbildungen, unter anderem zu Improvisations-Techniken, interkultureller Kommunikation, Werte- und Bedürfnisarbeit sowie Wissenstransfer.

Seminarmethoden

Theoretischer Input wechselt sich ab mit Simulationen und Rollenspielen – die Inhalte kommen somit unmittelbar zur Anwendung. Anhand eigener Fallbeispiele können mögliche Lösungen direkt erprobt werden. Sie erhalten wertvolle Impulse, um das Erlernete nachhaltig in Ihren Arbeitsalltag zu integrieren.



Weitere interessante Veranstaltungen

Gesprächs- und Verhandlungstechnik für Ingenieure

25. und 26. August 2025, Düsseldorf

03. und 04. November 2025, Wien

Souverän präsentieren - vor Ort und digital

07. und 08. Juli 2025, Frankfurt am Main

04. und 05. November 2025, Berlin

Seminarinhalte

- 1. Tag** 10:00 bis 17:30 Uhr
2. Tag 09:00 bis 16:00 Uhr

Selbstbild und Selbstsicherheit

- Was genau heißt sicheres Auftreten?
- Persönlichkeit und Auftritt: Den eigenen Stil entdecken
- Die Macht des ersten Eindrucks: Die eigene Außenwirkung reflektieren und steuern
- Durch Einstellung zu Ausstrahlung: Die Macht der Gedanken nutzen und sich selbst stärken

++ Kurzanalyse Selbst- und Fremdbild: Wie sehe ich mich? Wie wirke ich? Wie will ich wirken?

Sich gewinnend und authentisch präsentieren

- Die Wirkung von Sprache und Körpersprache gezielt nutzen
- Die Stimme bewusst führen und Anklang finden
- Kleider machen Leute – und Eindrücke: Spielregeln und Freiräume
- Präsenz zeigen und Resonanz erzeugen

++ Übungen zur Selbstpräsentation und erstem Eindruck

Souverän in unterschiedlichen Kommunikationssituationen

- Gespräche, Präsentationen, Moderationen: Erfolgsfaktoren
- Kontaktaufbau zu Kundschaft und Geschäftsbeteiligten
- Argumente überzeugend vermitteln
- Kommunikationsprozesse lenken, Techniken einsetzen
- Small Talk als Türöffner: DOs and DON'Ts

++ Präsentations- und Gesprächsübungen: Vom gelungenen Einstieg zum erfolgreichen Abschluss

Lust auf Lampenfieber?

- Den eigenen Sprechtyp erkennen und ungenutzte Potentiale entdecken
- Mit Lampenfieber zum Erfolg
- Mut zu Improvisation – keine Furcht vor dem verlorenen Faden

++ Präsenz- und Improvisationsübungen: Das eigene Improvisationspotential entdecken, Leichtigkeit gewinnen

Gelassen in herausfordernden Situationen

- Einwände, Widerstände und Störungen klar und kraftvoll kontern
- Manipulationen und Machtspiele durchschauen und entkräften
- Sich (noch besser) Aufmerksamkeit und Gehör verschaffen

++ Reaktionsübungen: Die Führung behalten bei „Gegenwind“



Sie erhalten Antworten auf diese Fragen

1. Wie erziele ich mehr Aufmerksamkeit und Zuspruch für meine Inhalte?
2. Wie präsentiere ich mich kompetent und einladend?
3. Wie reagiere ich in anspruchsvollen Situationen gelassen und lösungsorientiert?
4. Wie gewinne ich Leichtigkeit und Lockerheit?
5. Wie meistere ich Lampenfieber und Redeblockaden?



VDI Wissensforum GmbH | VDI-Platz 1 | 40468 Düsseldorf | Deutschland

Sie haben noch Fragen?
Kontaktieren Sie uns einfach!

VDI Wissensforum GmbH
Kundenzentrum
Postfach 10 11 39
40002 Düsseldorf
Telefon: +49 211 6214-201
Telefax: +49 211 6214-154
E-Mail: wissensforum@vdi.de
www.vdi-wissensforum.de

Ich nehme wie folgt teil (zum Preis p. P. zzgl. MwSt.):

Seminar	
<input type="checkbox"/> 03. und 04. Juni 2025 Frankfurt am Main (09SE043059)	<input type="checkbox"/> 29. und 30. September 2025 Berlin (09SE043060)
EUR 1.990,-	EUR 1.990,-

www

Ich bin VDI-Mitglied und erhalte **pro Veranstaltungstag EUR 50,- Rabatt** auf die Teilnahmegebühr: VDI-Mitgliedsnummer* _____

*Für den VDI-Mitglieder-Rabatt ist die Angabe der VDI-Mitgliedsnummer erforderlich.

Meine Kontaktdaten:	
Nachname _____	Vorname _____
Titel _____	Funktion/Jobtitel _____
Abteilung/Tätigkeitsbereich _____	
Firma/Institut _____	
Straße/Postfach _____	
PLZ, Ort, Land _____	
Telefon _____	Mobil _____
E-Mail _____	Fax _____
Abweichende Rechnungsanschrift _____	
Datum _____	Unterschrift _____

Teilnehmer mit einer Rechnungsanschrift außerhalb Deutschlands, Österreichs oder der Schweiz bitten wir, mit Kreditkarte zu zahlen. Bitte melden Sie sich über www.vdi-wissensforum.de an. Auf unserer Webseite werden Ihre Kreditkartendaten verschlüsselt übertragen, um die Sicherheit Ihrer Daten zu gewährleisten.

Die **allgemeinen Geschäftsbedingungen** der VDI Wissensforum GmbH finden Sie im Internet: www.vdi-wissensforum.de/de/agb/

Veranstaltungsort(e)

Frankfurt am Main: Relexa Hotel Frankfurt am Main, Lurgiallee 2, 60439 Frankfurt am Main, Tel. +49 69/95778-0, E-Mail: frankfurt.main@relexa-hotel.de
Berlin: Ibis Styles Berlin Treptow, Spreestraße 14, 12439 Berlin, Tel. +49 30/63903-0, E-Mail: info.ber20@gchhotelgroup.com

Im Veranstaltungshotel steht Ihnen ein begrenztes **Zimmerkontingent** zu Sonderkonditionen zur Verfügung. Bitte buchen Sie Ihr Zimmer frühzeitig per Telefon oder E-Mail direkt bei dem Hotel mit dem Hinweis auf die „VDI-Veranstaltung“. Weitere Hotels in der Nähe des Veranstaltungsortes finden Sie auch über unseren kostenlosen Service von HRS, www.vdi-wissensforum.de/hrs

Leistungen: Im Leistungsumfang ist die Bereitstellung der Veranstaltungunterlagen enthalten. Bei Präsenzveranstaltungen werden die Pausengetränke und an jedem vollen Veranstaltungstag ein Mittagessen gestellt.

Exklusiv-Angebot: Als Teilnehmer dieser Veranstaltung bieten wir Ihnen eine 3-monatige, kostenfreie VDI-Probemitgliedschaft an (dieses Angebot gilt ausschließlich bei Neuaufnahme).

Datenschutz: Die VDI Wissensforum GmbH verwendet die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse, um Sie regelmäßig über ähnliche Veranstaltungen der VDI Wissensforum GmbH zu informieren. Wenn Sie zukünftig keine Informationen und Angebote mehr erhalten möchten, können Sie der Verwendung Ihrer Daten zu diesem Zweck jederzeit widersprechen. Nutzen Sie dazu die E-Mail Adresse wissensforum@vdi.de oder eine andere der oben angegebenen Kontaktmöglichkeiten.

Auf unsere allgemeinen Informationen zur Verwendung Ihrer Daten auf <https://www.vdi-wissensforum.de/datenschutz-print> weisen wir hin. Hiermit bestätige ich die AGBs der VDI Wissensforum GmbH sowie die Richtigkeit der oben angegebenen Daten zur Anmeldung.

Ihre Kontaktdaten haben wir basierend auf Art. 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO (berechtigtes Interesse) zu Werbezwecken erhoben. Unser berechtigtes Interesse liegt in der zielgerichteten Auswahl möglicher Interessenten für unsere Veranstaltungen. Mehr Informationen zur Quelle und der Verwendung Ihrer Daten finden Sie hier: www.wissensforum.de/adressquelle

Mit dem FSC® Warenzeichen werden Holzprodukte ausgezeichnet, die aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern stammen, unabhängig zertifiziert nach den strengen Kriterien des Forest Stewardship Council® (FSC). Für den Druck sämtlicher Programme des VDI Wissensforums werden ausschließlich FSC-Papiere verwendet.

