Auch leise überzeugen (Präsenz)

Wie Introvertierte mehr Präsenz gewinnen und Gehör erhalten

Reputation, Relevanz, Reichweite – das Trio der modernen Aufmerksamkeitsökonomie beflügelt längst auch Karrieren. Im Job geht es darum, positiv aufzufallen, sich selbst, seine Leistungen und Potenziale zu präsentieren und zu inszenieren. Klappern gehört zum persönlichen Handwerk – auch zum persönlichen. Doch nicht jeder kann oder will klappern. Manchen ist es unangenehm oder peinlich, sich selbst in Szene zu setzen. Und jetzt? Lerne, dich sichtbar zu machen und deinem Umfeld zu zeigen, was wirklich in dir steckt – ohne dich zu verstellen.

Inhalte

Sichtbarkeit und was ihr im Wege steht
- Zufriedenheit mit der eigenen Sichtbarkeit.
- Innere Barrieren, die der Sichtbarkeit im Wege stehen und wie man mit ihnen umgeht.
- Wie Introversion und Sichtbarkeit zusammenpassen.

Bereits mehr als 800 Teilnehmende!

Das starke innere Leitbild
- Selbstakzeptanz als Fundament.
- Stärken und Grenzen von Introvertierten.
- Die eigenen Fähigkeiten und Leistungen würdigen.
- Das persönliche Stärkebewusstsein.

Die „Graue-Maus-Zone“ verlassen: Status nutzen
- Was ist Status?
- Hochstatus, Tiefstatus, Augenhöhe: Was signalisiere ich anderen?
- Status aktiv gestalten.

Regeln für mehr Präsenz und Sichtbarkeit
- Kleine Experimente mit großer Wirkung.

Schritt für Schritt zu mehr Sichtbarkeit
- Von der Komfortzone in die Entwicklungszone.
- Typische Herausforderungen meistern.

Lernumgebung

In deiner Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung nützliche Informationen, Downloads und Extra-Services zu dieser Qualifizierungsmaßnahme.

Dein Nutzen

- Lerne die Regeln für mehr Präsenz kennen.
- Gewinne die innere Kraft, um dich auf leichte und selbstverständliche Art deutlich zu zeigen, ohne dich zu verstellen.
- Erweitere deine Handlungsspielräume und profitiere von einem praxiserprobten Konzept.
- Erhalte alltagstaugliche Tipps zur sofortigen Umsetzung.

Methoden

Kurzinput, Diskussion, Übungen und Gruppenarbeit. Das Seminar ist interaktiv und lebt von der Bereitschaft der Teilnehmenden, sich persönlich einzubringen und aktiv zu sein.

Teilnehmer:innenkreis

Alle eher introvertierten Fach- und Führungskräfte, die mehr Präsenz und Sichtbarkeit herstellen möchten, ohne sich zu verstellen.

Open Badges - Zeige auch digital, was du kannst.

Open Badges sind anerkannte, digitale Teilnahmezertifikate. Diese verifizierbaren Nachweise sind der aktuelle Standard für die Einbindung in Karrierenetzwerken wie z.B. LinkedIn.

Damit zeigst du digital, über welche Kompetenzen du verfügst.

Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du von uns ein Open Badge.

Mehr erfahren kannst du unter:
https://www.haufe-akademie.de/seminare-lehrgaenge/trending-topics/open-badges



Trainer:in



Susanne Dölz
Mein Lebensweg: Punkerin, Diplom-Pädagogin, Modedesignerin, Trainerin, Coach. Alle Umwege und Schwierigkeiten haben mich als Persönlichkeit weitergebracht. So entstand der Wunsch, andere in ihrer Entwicklung zu begleiten. Seit 30 Jahren arbeite ich mit Fach- und Führungskräften und erlebe regelmäßig, wie viel sich verändert, wenn Klarheit entsteht - im Denken, Fühlen und Handeln. Wenn Menschen Zugang zu ihren Ressourcen bekommen, wachsen Sicherheit, Mut und neue Optionen. In meiner Arbeit verbinde ich fundiertes Wissen mit Praxisnähe, Leichtigkeit, Humor und vertrauensvoller Atmosphäre. Meine Mission: Entwicklung, die im Leben spürbar wird.



Simone Rechel
Mein Name ist Simone Rechel. Ich bin 41 Jahre alt, überzeugte Unternehmerin und gesellschaftlich engagiert.

Als Coach begleite ich Menschen dabei, ihre Themen souverän und wirkungsvoll nach außen zu tragen. Als Trainerin biete ich Seminare für Rhetorik und Introvertierte im Business an.

Nach zwölf Jahren in der Logistikbranche entschied ich mich 2016 für den Schritt in die Selbstständigkeit. Seither begleite ich inspirierende Menschen aus allen Branchen und Lebensbereichen bei ihren persönlichen Herausforderungen – und kann mich dadurch auch beruflich mit den Themen und Menschen beschäftigen, die mich selbst begeistern und interessieren.

Deine Vorteile im Überblick

Open Badges
Binde deinen digitalen Badge in die Karrierenetzwerke ein und zeige, was du kannst.

Kleine Gruppe – großer Lernerfolg
Für optimales Lernen ist die Teilnahmezahl bei dieser Qualifizierung begrenzt.

Rundum versorgt
Bei Präsenzveranstaltungen inklusive:
- gemeinsames Mittagessen pro vollem Seminartag
- Pausenverpflegung

Alle Lernmaterialien auf einen Blick
In deiner App oder Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung alle relevanten Infos, Services & Arbeitsunterlagen zu deiner Qualifizierung.

Details zur Weiterbildung

Seminar | Präsenz

2 Tage
Zahl der Teilnehmenden begrenzt

Termine

07.-08.12.2026
München
Veranstaltungsort
Holiday Inn Leuchtenbergring München

Tage & Uhrzeit
Montag, 07.12.2026
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Dienstag, 08.12.2026
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

11.-12.02.2027
Hamburg
Veranstaltungsort
Best Western Plus Hotel Böttcherhof

Tage & Uhrzeit
Donnerstag, 11.02.2027
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Freitag, 12.02.2027
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

12.-13.04.2027
Frankfurt a. M./Kelsterbach
Veranstaltungsort
Sunday Hotel Frankfurt Airport Kelsterbach

Tage & Uhrzeit
Montag, 12.04.2027
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Dienstag, 13.04.2027
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

31.05.-01.06.2027
Berlin
Veranstaltungsort
RIU Plaza

Tage & Uhrzeit
Montag, 31.05.2027
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Dienstag, 01.06.2027
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

15.-16.07.2027
Stuttgart
Veranstaltungsort
Mövenpick Hotel Stuttgart Messe&Congress

Tage & Uhrzeit
Donnerstag, 15.07.2027
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Freitag, 16.07.2027
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

20.-21.09.2027
Düsseldorf/Neuss
Veranstaltungsort
Dorint Kongresshotel Düsseldorf /Neuss

Tage & Uhrzeit
Montag, 20.09.2027
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Dienstag, 21.09.2027
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter www.haufe-akademie.de/2233

Teilnahmegebühr

€ 1.590,- zzgl. MwSt.
€ 1.892,10 inkl. MwSt.

Die angegebene Teilnahmegebühr beinhaltet
- ein gemeinsames Mittagessen pro vollem Seminartag,
- Pausenverpflegung und
- umfangreiche Arbeitsunterlagen.

Die Übernachtungskosten im Hotel werden von den Teilnehmenden direkt mit dem Hotel abgerechnet. Für die Hotelbuchung findest du in deiner Lernumgebung ein Reservierungsformular.

Deine Anmeldemöglichkeiten

Online: www.haufe-akademie.de/2233
E-Mail: anmelden@haufe-akademie.de

Buche deine Weiterbildung einfach und schnell online. Gib sonst bitte unbedingt den Namen des Teilnehmenden und die vollständige Rechnungsanschrift mit Telefonnummer sowie E-Mail-Adresse an.

In unserem Bereich Fragen & Antworten (FAQ) findest du alle Antworten auf die häufigsten Fragen rund um unsere Weiterbildungen:
https://www.haufe-akademie.de/faqs

Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen findest du auch im Internet unter www.haufe-akademie.de/agb oder im Gesamtprogramm.
Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter www.haufe-akademie.de/datenschutz.

Auch leise überzeugen (Live-Online)

Wie Introvertierte mehr Präsenz gewinnen und Gehör erhalten

Reputation, Relevanz, Reichweite – das Trio der modernen Aufmerksamkeitsökonomie beflügelt längst auch Karrieren. Im Job geht es darum, positiv aufzufallen, sich selbst, seine Leistungen und Potenziale zu präsentieren und zu inszenieren. Klappern gehört zum Handwerk – auch zum persönlichen. Doch nicht jeder kann oder will klappern. Manchen ist es unangenehm oder peinlich, sich selbst in Szene zu setzen. Und jetzt? Lerne, dich sichtbar zu machen und deinem Umfeld zu zeigen, was wirklich in dir steckt – ohne dich zu verstellen.

Inhalte

Sichtbarkeit und was ihr im Wege steht
- Zufriedenheit mit der eigenen Sichtbarkeit.
- Innere Barrieren, die der Sichtbarkeit im Wege stehen und wie man mit ihnen umgeht.
- Wie Introversion und Sichtbarkeit zusammenpassen.

Bereits mehr als 800 Teilnehmende!

Das starke innere Leitbild
- Selbstakzeptanz als Fundament.
- Stärken und Grenzen von Introvertierten.
- Die eigenen Fähigkeiten und Leistungen würdigen.
- Das persönliche Stärkebewusstsein.

Die „Graue-Maus-Zone“ verlassen: Status nutzen
- Was ist Status?
- Hochstatus, Tiefstatus, Augenhöhe: Was signalisiere ich anderen?
- Status aktiv gestalten.

Regeln für mehr Präsenz und Sichtbarkeit
- Kleine Experimente mit großer Wirkung.

Schritt für Schritt zu mehr Sichtbarkeit
- Von der Komfortzone in die Entwicklungszone.
- Typische Herausforderungen meistern.

Lernumgebung

In deiner Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung nützliche Informationen, Downloads und Extra-Services zu dieser Qualifizierungsmaßnahme.

Dein Nutzen

- Lerne die Regeln für mehr Präsenz kennen.
- Gewinne die innere Kraft, um dich auf leichte und selbstverständliche Art deutlich zu zeigen, ohne dich zu verstellen.
- Erweitere deine Handlungsspielräume und profitieren von einem praxiserprobten Konzept.
- Du bekommst alltagstaugliche Tipps zur sofortigen Umsetzung.

Methoden

Kurzinput, Diskussion, Übungen und Gruppenarbeit. Das Seminar ist interaktiv und lebt von der Bereitschaft der Teilnehmer, sich persönlich einzubringen und aktiv zu sein.

Teilnehmer:innenkreis

Alle eher introvertierten Fach- und Führungskräfte, die mehr Präsenz und Sichtbarkeit herstellen möchten, ohne sich zu verstellen.

Open Badges - Zeige auch digital, was du kannst.

Open Badges sind anerkannte, digitale Teilnahmezertifikate. Diese verifizierbaren Nachweise sind der aktuelle Standard für die Einbindung in Karrierenetzwerken wie z.B. LinkedIn.

Damit zeigst du digital, über welche Kompetenzen du verfügst.

Nach erfolgreichem Abschluss erhältst du von uns ein Open Badge.

Mehr erfahren kannst du unter:
https://www.haufe-akademie.de/seminare-lehrgaenge/trending-topics/open-badges



Trainer:in



Susanne Dölz
Mein Lebensweg: Punkerin, Diplom-Pädagogin, Modedesignerin, Trainerin, Coach. Alle Umwege und Schwierigkeiten haben mich als Persönlichkeit weitergebracht. So entstand der Wunsch, andere in ihrer Entwicklung zu begleiten. Seit 30 Jahren arbeite ich mit Fach- und Führungskräften und erlebe regelmäßig, wie viel sich verändert, wenn Klarheit entsteht - im Denken, Fühlen und Handeln. Wenn Menschen Zugang zu ihren Ressourcen bekommen, wachsen Sicherheit, Mut und neue Optionen. In meiner Arbeit verbinde ich fundiertes Wissen mit Praxisnähe, Leichtigkeit, Humor und vertrauensvoller Atmosphäre. Meine Mission: Entwicklung, die im Leben spürbar wird.

Deine Vorteile im Überblick

Open Badges
Binde deinen digitalen Badge in die Karrierenetzwerke ein und zeige, was du kannst.

Kleine Gruppe – großer Lernerfolg
Für optimales Lernen ist die Teilnahmezahl bei dieser Qualifizierung begrenzt.

Alle Lernmaterialien auf einen Blick
In deiner App oder Online-Lernumgebung findest du nach deiner Anmeldung alle relevanten Infos, Services & Arbeitsunterlagen zu deiner Qualifizierung.

Details zur Weiterbildung

Training | Online

2 Tage
Zahl der Teilnehmenden begrenzt

Starttermine

22.-23.02.2027
Live-Online
Durchführung
zoom

Modulzeiten
Montag, 22.02.2027
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Dienstag, 23.02.2027
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

19.-20.05.2027
Live-Online
Durchführung
zoom

Modulzeiten
Mittwoch, 19.05.2027
09:00 Uhr - 17:30 Uhr
Donnerstag, 20.05.2027
09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter www.haufe-akademie.de/32859

Teilnahmegebühr

€ 1.590,- zzgl. MwSt.
€ 1.892,10 inkl. MwSt.

Deine Anmeldemöglichkeiten

Online: www.haufe-akademie.de/2233
E-Mail: anmelden@haufe-akademie.de

Buche deine Weiterbildung einfach und schnell online. Gib sonst bitte unbedingt den Namen des Teilnehmenden und die vollständige Rechnungsanschrift mit Telefonnummer sowie E-Mail-Adresse an.

In unserem Bereich Fragen & Antworten (FAQ) findest du alle Antworten auf die häufigsten Fragen rund um unsere Weiterbildungen:
https://www.haufe-akademie.de/faqs

Unsere ausführlichen Teilnahmebedingungen findest du auch im Internet unter www.haufe-akademie.de/agb oder im Gesamtprogramm.
Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter www.haufe-akademie.de/datenschutz.