

# Praxisworkshop Schlagfertigkeit intensiv für Frauen: Nie mehr sprachlos!

## Gelassen und souverän verbale Angriffe kontern

Wie reagierst du auf verbale Angriffe? Bist du sprachlos und ärgerst dich später über verpasste Antworten. Schlagfertigkeit ist erlernbar. In diesem Praxisworkshop trainierst du intensiv, auf Provokationen schnell und schlagfertig zu reagieren. Ziel ist nicht die perfekte Antwort, sondern eine Reaktion, die Wirkung zeigt. Der Kurs bietet dir Werkzeuge für mehr Sicherheit und Spaß am Kontern.

### Inhalte

#### Was hemmt deine Schlagfertigkeit?

- Deine persönlichen "Anti-Typen" und warum sie dich aus der Fassung bringen.
- Emotionen verstehen: Wie reagierst du und was lässt dich verstummen?
- Souverän bleiben bei verbalen Angriffen: Was beantwortest du – und warum?

#### So funktioniert Schlagfertigkeit

- Die versteckten Regeln hinter Angriffen erkennen.
- Schnelle, kreative Antworten auf Knopfdruck – das lässt sich üben!
- Deine Handlungsmöglichkeiten erweitern.

#### Jetzt bist du dran!

- Stimme, Sprache und Körpersprache bewusst einsetzen.
- Wissen, wann Schweigen sinnvoller ist.
- Mut und Spontanität als Erfolgsfaktoren.

**Hoher Praxisanteil mit Spaßfaktor: Während des gesamten Trainings wird das Kontern bei verbalen Angriffen trainiert!**

### Lernumgebung

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

### Dein Nutzen

- Schnelle und clevere Reaktionen auf verbale Angriffe trainieren.
- Sprachlosigkeit bei schwierigen Situationen vermeiden.
- Souveränität im Umgang mit kritischen Kommentaren stärken.
- Freude und Gelassenheit im schlagfertigen Auftreten entwickeln.
- Strategien für den Umgang mit persönlichen Angriffen und Vorwürfen erarbeiten.

### Methoden

Input der Trainerin, Selbstreflexion in Einzelarbeit, Austausch in Kleingruppen, individuelles Feedback. Diskussion und Üben der Abwehr von verbalen Attacken im Plenum.

**Praxis intensiv: Du trainierst im Workshop direkt, Angriffe schlagfertig zu kontern!**

### Teilnehmer:innenkreis

Frauen, die gerne selbstsicher, schnell und clever kontern möchten, ohne destruktiv zu sein.

## 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



### **Bettina Stackelberg**

Ich arbeite seit 35 Jahren in meinem Traumjob!

Ich bin dankbar dafür, Geschichten von Menschen kennenzulernen und sie ein Stück ihres Weges begleiten und unterstützen zu dürfen. Ich bin eine Freundin von kleinen Schritten, die nachhaltig wirken - persönliche Aha-Momente sind mir wichtiger als ein Hochglanz Hand-out. Der Austausch unter Seminarteilnehmenden bekommt in meinen Seminaren viel Raum - es entlastet ungemein, zu merken: Ich bin nicht allein mit meinen Herausforderungen.

Meine Seminare sind ein Safe Space, in dem Menschen Zeit zur Selbstreflexion und für Entscheidungen bekommen.

Ich freu mich auf Euch!

## Details zur Weiterbildung

Seminar | Online

1 Tag

Zahl der Teilnehmenden begrenzt

Starttermine

**10.09.2026**

Live-Online

**Durchführung**

zoom

**Modulzeiten**

Donnerstag, 10.09.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

**27.11.2026**

Live-Online

**Durchführung**

zoom

**Modulzeiten**

Freitag, 27.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

**03.03.2027**

Live-Online

**Durchführung**

zoom

**Modulzeiten**

Mittwoch, 03.03.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

**Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter [www.haufe-akademie.de/34197](http://www.haufe-akademie.de/34197)**

### Teilnahmegebühr

**€ 840,- zzgl. MwSt.**

€ 999,60 inkl. MwSt.

### Deine Anmeldemöglichkeiten

Online: [www.haufe-akademie.de/34197](http://www.haufe-akademie.de/34197)E-Mail: [anmelden@haufe-akademie.de](mailto: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](http://www.haufe-akademie.de/agb) oder im Gesamtprogramm.

Die vollständigen Datenschutzbestimmungen findest du unter [www.haufe-akademie.de/datenschutz](http://www.haufe-akademie.de/datenschutz).