

# Souveränitätstraining für Frauen: Die Basis für deinen Erfolg (Präsenz)

## Selbstmarketing, Durchsetzungskraft und mentale Stärke

Du möchtest beruflich weiterkommen? Dann zählt neben Fachkompetenz auch die Fähigkeit, die eigenen Leistungen optimal zu kommunizieren und sich intern und extern professionell durchzusetzen. Sichereres und souveränes Auftreten sind dabei der Schlüssel zum Erfolg. Mit Persönlichkeit, diplomatischem Feingefühl und überzeugender Kommunikation lassen sich eigene Ziele und die Weiterentwicklung des Unternehmens vorantreiben.

### Inhalte

#### Souveränität durch positive Ausstrahlungskraft

- Erfolgsfaktor „Selbstvertrauen“: Potenziale und Stärken nutzen!
- Erfolgsfaktor „Energie“: Die innere Haltung für den souveränen Auftritt.
- Erfolgsfaktor „Authentizität“: Die Macht der Emotionen in der Kommunikation.
- Erfolgsfaktor „Beziehungsebene“: Das Potenzial des Beziehungskontos.
- Wertschätzende, stärkende Kommunikation etablieren.

Erfolgstraining: Bereits über 1000 Teilnehmerinnen!

#### Souveränität durch Einzigartigkeit

- Erfolgsfaktoren und typische Hürden für Frauen im beruflichen Umfeld.
- Sich im Unternehmen positionieren.
- Bedeutung von Selbst-PR für das eigene Unternehmen.
- Der Elevator Pitch im Alltag – „Klappern gehört dazu“!
- Unterschiedliche Kommunikationsstile von Frauen und Männern verstehen.

#### Souveränität durch Durchsetzungskraft

- Feedback, Lob und Kritik souverän annehmen.
- „Nein sagen“ als Erfolgsstrategie.
- Erfolgsfaktor „sich durchsetzen“.
- Professionelle Grenzen setzen mit Blick auf die Beziehungsebene.
- Männlichen Machtstrategien erfolgreich begegnen.

#### Souveränität durch mentale Stärke

- Neue Erkenntnisse aus der Hirnforschung – Erfolg ist programmierbar!
- Eigene Motivatoren verstehen und gezielt einsetzen.
- Erfolgsfaktor „Fokus“: Persönliche Ziele klar definieren und verfolgen.

### Lernumgebung

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

### Dein Nutzen

- Eigene Leistungen klar und selbstbewusst kommunizieren.
- Strategien für eine starke Positionierung im Unternehmen entwickeln.
- Präsentationen sicher und überzeugend gestalten.
- Grenzen souverän ziehen und Konflikte konstruktiv lösen.
- Mit Persönlichkeit andere gewinnen und nachhaltig beeindruckend.

### Methoden

Trainerin-Input, Einzel- und Kleingruppenarbeiten, Plenumsdiskussionen, Beispiele aus der Praxis, Übungen, Metakommunikation, gezieltes individuelles Feedback.

## Teilnehmer:innenkreis

Weibliche Fach- und Führungskräfte, die ihre Wirkung und Durchsetzungskraft steigern und sich souverän im Unternehmen positionieren möchten.

## 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>

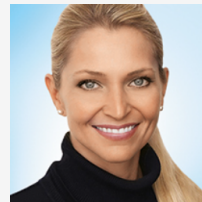


## Trainer:in



### Claudia Arens

Als Speakerin, Trainerin und Coach betrachte ich mich selbst als Possibilistin. In meiner Arbeit mit Führungskräften und Teams fördere ich das Bewusstsein dafür, dass persönliche Veränderung voller Möglichkeiten und individueller Chancen ist. Als ehemalige Offizierin der Bundeswehr bringe ich eine einzigartige Perspektive in die Führungsarbeit ein und unterstütze insbesondere Frauen auf ihrem Weg in die Führungsetagen. Gemeinsam gestalten wir die Zukunft, indem wir Herausforderungen als Wegweiser zu Innovation und Wachstum begreifen.



### Carolina von Wittken

"Der Moment, wenn Teilnehmende realisieren, dass Veränderung wirklich machbar ist, ist einfach goldwert. Es begeistert mich, die positive Entwicklung meiner Teilnehmenden schon während eines Seminars zu beobachten, während wir gemeinsam neue Handlungsoptionen entwickeln. Mit einer starken inneren Haltung, Humor und Strahlkraft lässt sich das „Leben“ mit Freude und Gelassenheit steuern. Es darf leicht sein! Mindset und Selbstwirksamkeit sind dabei Key!

## Details zur Weiterbildung

### Training | Präsenz

2 Tage

Zahl der Teilnehmenden begrenzt

**Termine**
**📍 16.-17.07.2026**

Überlingen

**Veranstaltungsort**

Parkhotel St. Leonhard Überlingen

**Tage & Uhrzeit**

Donnerstag, 16.07.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 17.07.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**10.-11.08.2026**

Mannheim

**Veranstaltungsort**

Dorint Kongresshotel

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 10.08.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 11.08.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**31.08.-01.09.2026**

Berlin

**Veranstaltungsort**

Hotel am Borsigturm

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 31.08.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 01.09.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**14.-15.09.2026**

Hamburg/Finkenwerder

**Veranstaltungsort**

elaya hotel hamburg finkenwerder

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 14.09.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 15.09.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**15.-16.10.2026**

München

**Veranstaltungsort**

Holiday Inn Unterhaching

**Tage & Uhrzeit**

Donnerstag, 15.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 16.10.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**22.-23.10.2026**

Frankfurt a. M./Sulzbach (Taunus)

**Veranstaltungsort**

Dorint Main Taunus Zentrum

**Tage & Uhrzeit**

Donnerstag, 22.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 23.10.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**26.-27.10.2026**

Düsseldorf/Hilden

**Veranstaltungsort**

Sure Hotel by Best Western Hilden

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 26.10.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 27.10.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**09.-10.11.2026**

Stuttgart

**Veranstaltungsort**

Parkhotel Messe-Airport

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 09.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 10.11.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**16.-17.11.2026**

Berlin

**Veranstaltungsort**

RIU Plaza

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 16.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 17.11.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**23.-24.11.2026**

Frankfurt a. M./Kelsterbach

**Veranstaltungsort**

Vienna House Easy Frankfurt Airport

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 23.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 24.11.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**03.-04.12.2026**

Düsseldorf/Hilden

**Veranstaltungsort**

Sure Hotel by Best Western Hilden

**Tage & Uhrzeit**

Donnerstag, 03.12.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 04.12.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**14.-15.12.2026**

Hamburg

**Veranstaltungsort**

Novotel Hamburg Alster

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 14.12.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 15.12.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**18.-19.01.2027**

Stuttgart

**Veranstaltungsort**

Mercure Hotel Stuttgart Airport

Messe

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 18.01.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 19.01.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**16.-17.02.2027**

Berlin

**Veranstaltungsort**

Hyperion Hotel Berlin

**Tage & Uhrzeit**

Dienstag, 16.02.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Mittwoch, 17.02.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**08.-09.03.2027**

München

**Veranstaltungsort**

Holiday Inn Unterhaching

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 08.03.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 09.03.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**15.-16.03.2027**

Freiburg

**Veranstaltungsort**

Hotel Stadt Freiburg

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 15.03.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 16.03.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**26.-27.04.2027**

Berlin

**Veranstaltungsort**

Leonardo Royal Berlin Alexanderplatz

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 26.04.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 27.04.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**10.-11.05.2027**

Frankfurt a. M./Kelsterbach

**Veranstaltungsort**

Vienna House Easy Frankfurt Airport

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 10.05.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 11.05.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**24.-25.05.2027**

Köln

**Veranstaltungsort**

Hotel im Wasserturm

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 24.05.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 25.05.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**07.-08.06.2027**

Hamburg

**Veranstaltungsort**

Leonardo Hotel Hamburg City Nord

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 07.06.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 08.06.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**21.-22.06.2027**

München

**Veranstaltungsort**

Holiday Inn Unterhaching

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 21.06.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 22.06.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**05.-06.07.2027**

Düsseldorf

**Veranstaltungsort**

Novotel City West

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 05.07.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 06.07.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**30.-31.08.2027**

Berlin

**Veranstaltungsort**

RIU Plaza

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 30.08.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 31.08.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**09.-10.09.2027**

München

**Veranstaltungsort**

Holiday Inn Unterhaching

**Tage & Uhrzeit**

Donnerstag, 09.09.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 10.09.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**13.-14.09.2027**

Frankfurt a. M./Kelsterbach

**Veranstaltungsort**

Vienna House Easy Frankfurt Airport

**Tage & Uhrzeit**

Montag, 13.09.2027

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 14.09.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter [www.haufe-akademie.de/5795](http://www.haufe-akademie.de/5795)****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/5795](http://www.haufe-akademie.de/5795)

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).

# Souveränitätstraining für Frauen: Die Basis für deinen Erfolg (Live-Online)

## Selbstmarketing, Durchsetzungskraft und mentale Stärke

Du möchtest beruflich weiterkommen? Dann zählt neben Fachkompetenz auch die Fähigkeit, die eigenen Leistungen optimal zu kommunizieren und sich intern und extern professionell durchzusetzen. Sicheres und souveränes Auftreten sind dabei der Schlüssel zum Erfolg. Mit Persönlichkeit, diplomatischem Feingefühl und überzeugender Kommunikation lassen sich eigene Ziele und die Weiterentwicklung des Unternehmens vorantreiben.

### Inhalte

#### Souveränität durch positive Ausstrahlungskraft

- Erfolgsfaktor „Selbstvertrauen“: Potenziale und Stärken nutzen!
- Erfolgsfaktor „Energie“: Die innere Haltung für den souveränen Auftritt.
- Erfolgsfaktor „Authentizität“: Die Macht der Emotionen in der Kommunikation.
- Erfolgsfaktor „Beziehungsebene“: Das Potenzial des Beziehungskontos.
- Wertschätzende, stärkende Kommunikation etablieren.

Erfolgstraining: Bereits über 1000 Teilnehmerinnen!

#### Souveränität durch Einzigartigkeit

- Erfolgsfaktoren und typische Hürden für Frauen im beruflichen Umfeld.
- Sich im Unternehmen positionieren.
- Bedeutung von Selbst-PR für das eigene Unternehmen.
- Der Elevator Pitch im Alltag – „Klappern gehört dazu“!
- Unterschiedliche Kommunikationsstile von Frauen und Männern verstehen.

#### Souveränität durch Durchsetzungskraft

- Feedback, Lob und Kritik souverän annehmen.
- „Nein sagen“ als Erfolgsstrategie.
- Erfolgsfaktor „sich durchsetzen“.
- Professionelle Grenzen setzen mit Blick auf die Beziehungsebene.
- Männlichen Machtstrategien erfolgreich begegnen.

#### Souveränität durch mentale Stärke

- Neue Erkenntnisse aus der Hirnforschung – Erfolg ist programmierbar!
- Eigene Motivatoren verstehen und gezielt einsetzen.
- Erfolgsfaktor „Fokus“: Persönliche Ziele klar definieren und verfolgen.

### Lernumgebung

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

### Dein Nutzen

- Eigene Leistungen klar und selbstbewusst kommunizieren.
- Strategien für eine starke Positionierung im Unternehmen entwickeln.
- Präsentationen sicher und überzeugend gestalten.
- Grenzen souverän ziehen und Konflikte konstruktiv lösen.
- Mit Persönlichkeit andere gewinnen und nachhaltig beeindrucken.

## Methoden

Trainerin-Input, Einzel- und Kleingruppenarbeiten, Plenumsdiskussionen, Beispiele aus der Praxis, Übungen, Metakommunikation, gezieltes individuelles Feedback.

## Teilnehmer:innenkreis

Weibliche Fach- und Führungskräfte, die ihre Wirkung und Durchsetzungskraft steigern und sich souverän im Unternehmen positionieren möchten.

## 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>

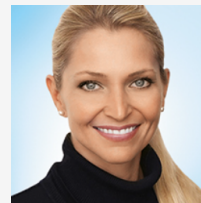


## Trainer:in



### Claudia Arens

Als Speakerin, Trainerin und Coach betrachte ich mich selbst als Possibilistin. In meiner Arbeit mit Führungskräften und Teams fördere ich das Bewusstsein dafür, dass persönliche Veränderung voller Möglichkeiten und individueller Chancen ist. Als ehemalige Offizierin der Bundeswehr bringe ich eine einzigartige Perspektive in die Führungsarbeit ein und unterstütze insbesondere Frauen auf ihrem Weg in die Führungsetagen. Gemeinsam gestalten wir die Zukunft, indem wir Herausforderungen als Wegweiser zu Innovation und Wachstum begreifen.



### Carolina von Wittken

"Der Moment, wenn Teilnehmende realisieren, dass Veränderung wirklich machbar ist, ist einfach goldwert. Es begeistert mich, die positive Entwicklung meiner Teilnehmenden schon während eines Seminars zu beobachten, während wir gemeinsam neue Handlungsoptionen entwickeln. Mit einer starken inneren Haltung, Humor und Strahlkraft lässt sich das „Leben“ mit Freude und Gelassenheit steuern. Es darf leicht sein! Mindset und Selbstwirksamkeit sind dabei Key!

## Details zur Weiterbildung

### Training | Online

2 Tage

Zahl der Teilnehmenden begrenzt

## Starttermine

### 02.-03.07.2026

Live-Online

#### Durchführung

zoom

#### Modulzeiten

Donnerstag, 02.07.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Freitag, 03.07.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

### 30.11.-01.12.2026

Live-Online

#### Durchführung

zoom

#### Modulzeiten

Montag, 30.11.2026

09:00 Uhr - 17:00 Uhr

Dienstag, 01.12.2026

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

**Aktuelle Termine und weitere Informationen findest du unter [www.haufe-akademie.de/32040](http://www.haufe-akademie.de/32040)**

## Teilnahmegebühr

€ 1.590,- zzgl. MwSt.

€ 1.892,10 inkl. MwSt.

## Deine Anmeldemöglichkeiten

Online: [www.haufe-akademie.de/5795](http://www.haufe-akademie.de/5795)

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).