

Selbst- und Fremdbild

FK400

Mehr Ausstrahlung durch ein starkes Selbstbewusstsein

Wie wirken Sie auf Ihre Mitmenschen? Was finden andere an Ihnen gut oder nicht gut? Nehmen die anderen das Gleiche wahr, wie Sie selbst?

Entwickeln Sie ein realistisches Selbstbild, - indem Sie sich selbst bewusst wahrnehmen: Ihre Körpersprache, Sprache, Stimme, Sprechweise, Ihr Verhalten und Ihre Ausstrahlung - indem Sie Rückmeldungen von den anderen Teilnehmer/innen und der Trainerin erhalten - indem Sie per Videoanalyse sehen, was Ihnen gefällt und was Sie verändern möchten

Es werden folgende Themen behandelt:

- Was bedeutet Selbst- und Fremdbild? Das Johari-Fenster
- Wie wirke ich? Wie will ich wirken? Nehmen Sie sich bewusst wahr!
- Wie ist der erste Eindruck? Eigen- und Fremdwahrnehmung
- Auf welchen Ebenen wirkt der Mensch?
- Was macht Sie aus? Was sind Ihre Stärken?
- Selbsteinschätzung / Fremdeinschätzung
- Wie ist Ihre Haltung, Sprache, Gestik und Mimik?
- Was soll ich und wie kann ich mich weiter entwickeln?
- Stärkungs- und Wahrnehmungsübungen
- Selbst- und Fremdbildanalyse per Videofilm
- Wie hole ich mir Feedback von anderen?
- Glaubwürdigkeit, Kompetenz und eine positive Grundhaltung spüren und ausstrahlen.

Der Kurs findet in einem Hotel in Karlsruhe statt.

Dauer: 2 Tage

TERMINE, PREISE UND BUCHUNGSMÖGLICHKEIT

[↗ zur aktuellen Terminübersicht mit Preisangabe und Buchungsmöglichkeit](#)

Geplante Termine:

—

Kurspreis⁽¹⁾: 995 EUR

(1) Änderungen vorbehalten

KONTAKT UND BERATUNG

Administration/Beratung: **Paula Seipenbusch**, [↗ Kontakt](#)

Fachliche Fragen: **Elisabeth Gillich**, [↗ Kontakt](#)

INFORMATIONEN

soft-skills@ftu.kit.edu

[↗ Übersicht Themenbereich](#)

[20005876] 05.11.2022