Das Bildungszentrum
für die Ver- und
Entsorgungswirtschaft

Wie leise Menschen Gehör und Präsenz finden!

Wie introvertierte Menschen die Aufmerksamkeit bekommen, die sie sich wünschen und verdienen

10.06.2027 | BEW-Essen

09:00 bis 17:00

Angela Trappen
0201 8406-804, trappen@bew.de

Teilnahmepreise in €	Präsenz
Regulär*	735,-
Verbandsmitglieder*	705,-
AAV, BDE, BDG, BVB, BVK, BWK, DGAW, DVGW, DWA, EdDE, InwesD, ITAD, ITVA, VDRK, vero, VKS im VKU, WFZruhr	
Behörden und Kommunen*	645,-
Preis für Behörden der unmittelbaren Bundes-, Landes- und Kommunalverwaltung. Gilt nicht für kommunale Gesellschaften, Eigenbetriebe und andere rechtlich selbstständige Organisationen, auch wenn sich diese ganz oder teilweise in öffentlicher Trägerschaft befinden.	

In der Teilnahmegebühr sind jeweils seminargebundene Unterlagen und bei Präsenzveranstaltungen das Mittagsbuffet sowie Erfrischungsgetränke enthalten.

*zzgl. gesetzl. MwSt. auf MwSt.-pflichtige Leistungen

Weitere Infos
und Anmeldung

bew.de/ma121

Wie leise Menschen Gehör und Präsenz finden!

Wie introvertierte Menschen die Aufmerksamkeit bekommen, die sie sich wünschen und verdienen

Beschreibung

In einer Welt, die oft die lauten Stimmen bevorzugt, ist es für viele leise Menschen eine Herausforderung, sich Gehör zu verschaffen und ihre Präsenz zu entfalten.
Doch Stille bedeutet nicht Unwichtigkeit. Im Gegenteil – leise Menschen besitzen oft eine tiefe Weisheit, eine bemerkenswerte Kreativität und eine einzigartige Perspektive, die es wert sind, gehört zu werden.

Introvertierte Menschen sind oft sehr aufmerksame Beobachter, können gut zuhören und sind innerlich sehr präsent. Doch in einer extrovertierten Geschäftswelt, in der man sich zeigen, laut auf sich aufmerksam machen und seine Ellenbogen benutzen soll, gehen sie oft unter. Sie bekommen nicht die Anerkennung, die sie verdienen, weil sie zu leise sind. Zurückhaltende, leise Menschen sollen sich nicht verbiegen, um gesehen und gehört zu werden. Sie sollen es nicht auf die laute Art versuchen. Das passt nicht zu ihrem Naturell.

Ihr Nutzen

- Entwickeln Sie Wege, um mehr Gehör zu erhalten und sichtbarer zu werden, ohne sich zu verstellen
- Verlassen Sie sanft Ihre Komfortzone durch Hilfestellungen und Anregungen, die Sie in Ihren beruflichen Alltag integrieren können
- Verändern Sie Ihre Wirkungskompetenz und werden wahrgenommen

Zielgruppe

Alle eher leisen, introvertierten Menschen, die mehr Gehör finden wollen und Sichtbarkeit herstellen möchten, ohne sich zu verbiegen.

Themen/Programm

Leise und souverän sichtbar sein

- Introvertiertheit und sichtbar sein passen zusammen.
- Bremsende Verhaltensweisen und Denkstrukturen erkennen und die Komfortzone sanft verlassen
- Die Bedeutung von Selbstbewusstheit und Selbststeuerung in der eigenen Außenwirkung

Leise sein und doch gehört werden

- Die positiven Seiten der Introvertiertheit kennen und nutzen
- Stark argumentieren ohne die Stimme zu erheben
- Energetisch sprechen, um Gehör zu finden

Sich auf Augenhöhe behaupten: Die Bedeutung von Status

- Status hat man nicht, Status macht man
- Status-Zusammenhänge erkennen
- Hochstatus, Tiefstatus, Augenhöhe: Was signalisiere ich anderen?
- Das innere und äußere Statusverhalten reflektieren und aktiv gestalten

Nein-Sagen lernen und Grenzen setzen

- Was bin ich für ein Nein-Sager-Typ?
- Wie kann ich deutlich Grenzen setzen und gehört werden

Dozent/Dozentin

- **Christiane Möller**, Inhaberin, Beratung – Training – Coaching, Recklinghausen

Abschluss

Zertifikat

Anmeldemöglichkeiten zur Kurs-Nr.: MA121

- Direkt über unser Online-Anmeldeformular: www.bew.de/veranstaltungen/anmeldung/ma121
- Über einen PDF-Ausdruck per E-Mail oder Fax: www.bew.de/anmeldeformular