



**WISSEN  
MACHT  
ERFOLG**

# Power-Posen

Einfache Übungen für schwierige  
Gespräche & Situationen

## 🔔 Darum lohnt sich der Kurs

Haltung bewahren: In schwierigen Situationen bringt eine souveräne Körpersprache Sicherheit und Ausstrahlung. Mit verschiedenen Übungen lernen Sie auch in schwierigen Gesprächen Stärke und Gelassenheit zu zeigen.

## Das nehmen Sie mit

„Wie du kommst gegangen, so wirst du empfangen“ (Johann Wolfgang von Goethe)

Egal ob beruflich oder privat: Es gibt im Leben immer wieder herausfordernde Situationen, in denen Gelassenheit und Stärke entscheidend sind. Die innere Haltung wirkt immer nach außen. Sie lässt sich nonverbal durch verschiedene Körperhaltungen - Power-Posen – beeinflussen.

In diesem Webinar lernen Sie Übungen, um herausfordernde Situationen souverän zu bewältigen. Sie erfahren, wie Sie durch unterschiedliche Körperhaltungen Gelassenheit und Stärke in schwierigen Gesprächen zeigen - und erhalten zusätzliche Tipps zu souveräner Rhetorik. So sind Sie in schwierigen Situationen bestens vorbereitet.

## Ihr Programm im Überblick

- Power-Posen für eine starke Ausstrahlung
- Der Körper lügt nicht: Irrtümer über Körpersprache
- Kleine Übungen mit großer Wirkung
- Mögliche Hindernisse auf dem Weg
- Praxis-Tipps für mehr Gelassenheit in schwierigen Situationen

## Interessant für

- Alle, die ihre mentale Stärke (innere Haltung) mit Powerposen trainieren möchten, um schwierige Situationen leichter zu bewältigen
- Alle, die Präsentationen oder Verhandlungen führen v.a. Verkäufer, Berater und Vortragende
- Alle, die sich auf jede Art von Bewerbungssituation vorbereiten müssen

## Referent\*in



**Marianne Strasser**

Zertifizierte Trainerin zum Thema Kommunikation mit Wirkung

## Termine & Optionen

DATUM	DAUER	ORT	FORMAT	PREIS
23.10.2024	0.5 Tage	Virtual Classroom	Online	€ 300,-

## Beratung & Buchung



**Michael Hauptstock**

+43 1 713 80 24-71 ✉ [michael.hauptstock@ars.at](mailto:michael.hauptstock@ars.at)