



**WISSEN
MACHT
ERFOLG**

Ausdrucksstärke durch Power-Posen gewinnen

Techniken für souveräne
Auftritte in beruflichen und
privaten 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

- 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

Ihr Programm im Überblick

„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.

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 |
|------------|----------|-------------------|--------|---------|
| 20.02.2025 | 0.5 Tage | Virtual Classroom | Online | € 300,- |
| 16.10.2025 | 0.5 Tage | Virtual Classroom | Online | € 300,- |

Beratung & Buchung



Christine Walser

+43 1 713 80 24-26 [✉ christine.walser@ars.at](mailto:christine.walser@ars.at)