



# Eine intensive Selbstwahrnehmung steigert Ihre Präsenzwirkung

## Königsteiner Dialog-Training® Seminarstufe 4

Sicheres Auftreten und Überzeugungskraft sind Kennzeichen einer kompetenten Persönlichkeit. Sie können ihre Mitmenschen inspirieren und motivieren.

In Stufe 4 lernen Sie durch das Training der Selbstwahrnehmung, Ihr persönliche Präsenzwirkung zu steigern und auch ohne viele Worte eine starke Wirkung auszustrahlen.

Die Fähigkeit, den eigenen Körper zu spüren, ist eine wichtige Voraussetzung für die Entwicklung einer authentischen Körpersprache. Sie steigert außerdem das Wohlbefinden, die Ausdruckskraft und die Präsenzwirkung.

Das bewusste Erfassen der jeweiligen Situation führt zu wachsender Selbstsicherheit:

man weiß, wo man mit der Aufmerksamkeit ist, und ist ganz bei dem, was man gerade tut.

Die gegenwartsklare Beobachtung dessen, was im jeweiligen Augenblick tatsächlich passiert, verbessert das Einfühlungsvermögen und erleichtert es, situationsgerecht zu handeln.

Eine geschärfte Wahrnehmung – nach innen wie nach außen – führt zu einer aufmerksameren Dialogführung. Sie fördert die Kontaktfähigkeit und vermindert Reibungsverluste und Missverständnisse.

Das Ergebnis: Zwischenmenschliche Kontakte gestalten sich intensiver und erfreulicher. Berufliche Aufgaben lassen sich sicher und souverän meistern.

### Trainingsziele:

- Sie intensivieren Ihre Selbstwahrnehmung und aktivieren Ihr Körperbewusstsein.
- Sie entwickeln eine authentische Körpersprache, und Ihr Auftreten wird sicherer.
- Sie schärfen Ihre Wahrnehmung und bekommen ein Gespür für den Augenblick, so dass Sie situationsgerecht handeln können.
- Sie lernen, Ihre Ideen und Vorstellungen in eine gut kommunizierbare Form zu bringen.
- Sie lernen, Ihre Ziele und Absichten wirkungsvoll zum Ausdruck zu bringen.
- Sie aktualisieren Ihr Selbstbild durch Erfahrungsaustausch und Feedback.
- Sie stärken Ihre Sicherheit im Auftreten und gewinnen an Überzeugungskraft.

Die Teilnahme an der Stufe 4 setzt die Teilnahme an der Seminarstufe 3 voraus.



### Königsteiner Akademie

Gesellschaft für persönliche Weiterbildung mbH  
Friedrich-Ebert-Straße 1 · D-61462 Königstein  
[www.koenigsteiner-akademie.de](http://www.koenigsteiner-akademie.de)

Anmeldungen:

Telefon: 06174-5258

Fax: 06174-23513

E-Mail: [dialog@koenigsteiner-akademie.de](mailto:dialog@koenigsteiner-akademie.de)