



Online Format für Frauen*

Rhetorik-Refresher: Selbstermächtigung/Empowerment

11. März 2022, 17.30 – 19.30 Uhr

Referentin: Christiane Keller-Zimmermann

Moderation: Jeanette Rußbült

**FRIEDRICH
EBERT
STIFTUNG**
Landesbüro NRW
01-1133 0301/8AJ

Wie kann ich die eigene Position selbstbewusst vertreten und Inhalte in Bezug auf Argumente und Ausdruck authentisch und überzeugend vermitteln? Wie finde ich eine starke innere Haltung, die mich dabei unterstützt? Wie aktiviere ich meine Ressourcen im entscheidenden Moment?

In diesem Modul geht es um das Sichtbarmachen von Ressourcen und um die Stärkung der inneren Haltung, durch die man souveräner sprechen kann. Dabei spielen eigene Emotionen eine Rolle, aber auch äußere Umstände.

Ziel: Reflexion über individuelle Verhaltensmuster, innere Stärke in konkreten Situationen abrufen können

*Inhalt: Techniken zur inneren Haltung
kleine Praxisübungen und Coachingimpulse
Innere Antreiber – innere Erlauber
ABC-Analyse*

FES selbst legt im Zoom-System keine Daten von Web-Seminarteilnehmenden an. Das Anmeldeanagement erfolgt ausschließlich über die FES-eigene Datenbank. Für weitere Informationen siehe: <https://zoom.us/de-de/privacy.html>
Die Teilnehmenden benötigen ein internetfähiges Gerät mit Kamera und Mikrofon. Informationen zur Teilnahme an dem Zoom-Meeting werden den Angemeldeten am Tag vor der Veranstaltung per Email geschickt.

Verantwortlich:
Jeanette Rußbült
Friedrich-Ebert-Stiftung
Landesbüro NRW
landesbuero-nrw@fes.de

Organisation:
Anke Jörgensen
Friedrich-Ebert-Stiftung
Landesbüro NRW
Anmeldung.lbnrw@fes.de

Bitte anmelden per Link:
<https://www.fes.de/lnk/4hg>

WEB-SEMINAR

Datenschutzhinweise: <https://www.fes.de/datenschutzhinweise/>