

Workshop "Weck die Chefin in dir!"- 40 Strategien für mehr Selbstbehauptung im Job - mit männlichem Sparringspartner

Frauen setzen bei ihrer Karriereplanung andere Prioritäten als Männer. Sie führen unterschiedlich und kommunizieren anders. Männer sind oft stärker darin, sich selbst zu präsentieren und geben in gemischten Gruppen gerne den Ton an. Für Frauen kommt es darauf an, Stärken zu entwickeln, Strategien für deren Einsatz zu erarbeiten und ihre Erfolge in der Karriereentwicklung sichtbar zu machen. Der Lernprozess wird durch die stressfreie Atmosphäre und den regen Erfahrungsaustausch erheblich gesteigert.

In diesem Workshop mit vielen Übungen lernen Sie, sich mit Authentizität und Klarheit, mit Entgegenkommen und Abgrenzung im Wettbewerb um Führungspositionen zu behaupten. Der männliche Sparringspartner ist dabei ein wichtiger Spiegel für Sie, mit dem wir uns typisch kritische Situationen aus Ihrem beruflichen Umfeld anschauen.

Die Inhalte

Eine Auswahl von Themen, die wir – je nach Ihrem Bedarf behandeln können. Sie sind als Kapitel auch im Buch „Weck die Chefin in dir!“ zu finden. Eine Übersicht der Inhalte finden Sie weiter unten auf dieser Seite.

- Sie lernen die wichtigsten Business-Spielregeln der Macht
- Sie erarbeiten Lösungen für kritische Situationen mit ihren Kollegen und Vorgesetzten
- Sie stärken entscheidend ihre Führungskompetenz
- Sie entfalten ihr Potenzial - für sich selbst und ihr Unternehmen

Die Ziele

Am Ende des Workshops wissen Sie, worauf es ankommt, wenn ihrer Leistung Karriere folgen soll. Dafür lernen sie, Männern selbstbewusst und auf Augenhöhe im Wettbewerb zu begegnen und mutig für ihren Aufstieg einzutreten. Sie verstehen, dass es richtig ist, auf ihre Erfolge aufmerksam zu machen und erfahren, welche Strategien ihre Karriere fördern und welches Verhalten schädlich ist. Bei alledem hilft ihnen der männliche Sparringspartner durch ein offenes, ehrliches und wertschätzendes Feedback.

SPRACHE: *Von Fakten bis Fußballerisch*

- Behauptungen aufstellen – aber richtig!
- Sag in 3 Sätzen, wofür du früher 10 gebraucht hast

- Klartext schafft Klarheit

KÖRPERSPRACHE: *Von Flatterrock bis Lächelreflex: Vergiss Mädchen-Hip-Hop!*

- Trau dich, Männer anzufassen (nein, nicht überall☺)
- Der Fluch der Schönheit
- Der Lächelreflex und die Folgen

KOPFSACHEN: *Von Bond-Girl bis Selbstzweifel*

- Das nächste Mal gewinne ich! (Konflikte)
- Zweifeln kannst du später
- Siegen ist keine Schande

TAKTIK: *Von Kaffeekochen bis Gehalt erhöhen*

- Macht macht Spaß!
- Bewillige dir eine Gehaltserhöhung
- Grenzverletzungen
- Der Vaterreflex und sein Nutzen (Mentoren)
- Licht aus. Spot an! (Den Auftritt genießen)

DIE SHOW GEHÖRT DAZU: *Besser BMW als Bahncard (Statussymbole)*

- So banal wie wirksam: Die UGA-UGA-Nummer
- Heulen hilft, aber nur im stillen Kämmerlein
- Auch beim Lächeln kann frau Zähne zeigen
- Vergiss die Vorwurfsnummer – sie wirkt nicht

Der Workshop basiert auf den Inhalten meines gleichnamigen Buches "Weck die Chefin in Dir! – 40 Strategien für mehr Selbstbehauptung im Job".