



Besseres Auftreten und Schlagfertigkeit

Seminar-Nr.	2025 B248 CH
Termin	16.12.2025 bis 18.12.2025
Uhrzeiten	Beginn 14:00 Uhr Ende bis 12:30 Uhr
Partnerorganisation	VRFF die Mediengewerkschaft
Tagungsstätte	Premier Inn Köln City Mediapark Hansaring 97 50670 Köln
Seminarleitung	Dagmar Bahr VRFF
Dozierende	Dr. Werner Dieball Kommunikationstrainer Constanze von Poser KOMMPOSER – Kommunikation und Training

Kompetenzorientierte Lernziele

Die Teilnehmenden sollen

- reflektieren die eigene Wirkung auf andere Menschen,
- stärken ihre Überzeugungskraft,
- lernen ihre individuellen Stärken im Auftreten kennen und optimal einsetzen,
- wissen um die Wirkung von Sprache und Ausdrucksweise auf die persönliche Wirkung,
- optimieren ihren sicheren Auftritt vor Gruppen und
- erhalten Unterstützung für einen souveränen Umgang mit schwierigen Situationen

Methoden

Es erwartet Sie ein Methodenmix aus Impulsvorträgen, Übungen, Reflexionsrunden und konkrete Fallbeispielen.

Online-Evaluation

Am letzten Seminartag erhalten Sie eine E-Mail von der dbb akademie. Bitte bewerten Sie die Veranstaltung über den Online-Fragebogen. Ihre Rückmeldung hilft Ihrer Gewerkschaft und der dbb akademie die hohe Qualität der Schulungen dauerhaft zu gewährleisten. Die Bewertung kann (auch anonym) mit Smartphone, Tablet oder PC durchgeführt werden.

Pausenzeiten

10:30 - 10:45 Uhr	Kaffeepause
12:30 – 13:30 Uhr	Mittagspause
15:00 - 15:15 Uhr	Kaffeepause
19:00 Uhr	Abendessen

Pausenzeiten können variieren, ggf. Rücksprache mit Seminarleitung vor Ort

Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie Aktualisierung der Inhalte vor.

Inhalte

Dienstag, 16. Dezember 2025

- 14:00 bis 14:15 Uhr **Begrüßung, Vorstellung, Erwartungsabfrage**
Dagmar Bahr
- 14:15 bis 15:00 Uhr **Menschen gewinnen und überzeugen**
- „Der erste Eindruck zählt - der letzte bleibt“
 - Meine Wirkung auf andere - Selbst- und Fremdeinschätzung
 - Worte, Stimme und Körperausdruck - auf die Übereinstimmung kommt es an
- Dr. Werner Dieball**
- 15:00 bis 15:15 Uhr **Kaffeepause**
- 15:15 bis 17:30 Uhr **Fortsetzung des Themas**
- 19:00 Uhr **Abendessen in Hotel**

Mittwoch, 17. Dezember 2025

- 09:00 bis 10:30 Uhr **Zielorientiert kommunizieren – überzeugend auftreten**
- Körpersprache wahrnehmen und einsetzen
 - Souveränes und strukturiertes Auftreten
 - Argumente überzeugend formulieren
 - Kontern, statt sprachlos dastehen
- Dr. Werner Dieball**
- 10:30 bis 10:45 Uhr **Kaffeepause**
- 10:45 bis 12:30 Uhr **Fortsetzung des Themas**
- 12:30 bis 13:30 Uhr **Mittagessen**
- 13:30 bis 15:00 Uhr **Souveränes Auftreten vor Gruppen und in schwierigen Situationen**
- Missverständnisse in der Kommunikation – Entstehung von Konflikten

- Umgang mit Provokationen und Verbalangriffen
- Ausdrucksfähigkeit und Auftritt stärken

Dr. Werner Dieball

15:00 bis 15:15 Uhr **Kaffeepause**

15:15 bis 17:00 Uhr **Fortsetzung des Themas**

19:00 Uhr **Abendessen im Hotel**

Donnerstag, 18. Dezember 2025

09:00 bis 10:30 Uhr **Die Macht der schriftlichen Kommunikation – Texte präzise formulieren für online und offline**

- Die 4 Verständlichmacher
- Gliederung
- Möglicher Aufbau eines Textes für Presse oder Webseite
- Mögliche Ansätze für Überschriften

Constanze von Poser

10:30 bis 10:45 Uhr **Kaffeepause**

10:45 bis 12:00 Uhr **Fortsetzung des Themas - Übungen**

12:00 bis 12:30 Uhr **Abschlussgespräch und Verabschiedung
Auswertung des Seminars (Online-Evaluation)
Dagmar Bahr**

Anschließendes Mittagessen