

# - Authentisch auftreten - Mehr Wirkung im Beruf und Leben

## Ziel

In dieser Fortbildung geht es um dich! Alle sind willkommen, die an sich und mit sich arbeiten und umgehen wollen.

Es geht um dein Auftreten. Du setzt dich bewusst mit dir selbst und deiner Wirkung auseinander, entdeckst deine Lernfelder und gehst sie aktiv an. Du lernst, **authentischer aufzutreten**, erkennst deine Eigenheiten und gehst damit um – wenn nötig – arbeitest du an Veränderungen. So dass du dich selbst beobachten und führen lernst und an dir arbeiten kannst, um in unterschiedlichen Lebenssituationen immer klarer, selbstsicherer und präsenter auftreten kannst.

## Arbeitsmethoden

Wir arbeiten mit Methoden aus der Schauspielausbildung, lernen uns und andere genau zu beobachten und üben in kleinen Gruppen unter Anleitung. Kurze Impulse und Übungen regen dich an. Gerne gehen wir auf individuelle Fragen ein. In Einzelarbeit und in kleinen Gruppen üben wir, probieren Veränderungen und reflektieren die Erfahrungen. Das, was du entdeckst, kannst Du direkt in deinen Alltag übertragen, weiter üben und es dir zu eigen machen.

## Konzept

Die Fortbildung besteht zunächst aus einem Modul und kann je nach Bedarf erweitert werden. In der kleinen Gruppe mit maximal 12 Teilnehmer\*innen entsteht ein geschützter Rahmen, in dem du intensiv an dir selbst arbeiten, dich zeigen und Neues ausprobieren kannst.



Der Workshop findet am 26./27.06.2026 statt  
Beginn: Freitag 26.06.: 16:00 – 20:00 Uhr  
Ende: Samstag 27.06.: 9:00 - 17:00 Uhr

## Inhalte:

Auftreten, präsent sein, sich zeigen und positionieren können.

Sich kennenlernen, seine Wirkung reflektieren und überprüfen.

Umgang und arbeiten mit Fremdbild und Selbstbild.



[www.entwicklungsbegeleitung-sicom.de](http://www.entwicklungsbegeleitung-sicom.de)

## Kosten

360 € pro Person inklusive Pausenverpflegung in den Kaffeepausen.

## Veranstaltungsort

Kopf und Körper Studios Hamburg  
[www.kopfundkoerper.com](http://www.kopfundkoerper.com)

Clara Velez (Schauspielerin und  
Waldorfpädagogin)

Hubert Staneker, Entwicklungsbegleiter,  
Coach ([www.staneker.org](http://www.staneker.org))

## Kontakt

Fragen und verbindliche  
Anmeldungen senden Sie bitte an  
Sonja Stenger:

[buero@entwicklungsbegeleitung-sicom.de](mailto:buero@entwicklungsbegeleitung-sicom.de)