

# Next Level Leadership!

*Kommunikation - Durchsetzungskraft - Charisma*

## 3 Tagesseminar in Zwickau

Führung beginnt bei Selbstführung. Je höher du kletterst und je erfolgreicher du wirst, desto interessanter wird das Thema Führung für dich. Es geht nicht mehr nur um bloße Wissensvermittlung oder Unternehmensstrategien. Es geht um dich. Es geht um deine Ausstrahlung, dein persönliches Energielevel, die Fähigkeit mit Menschen umzugehen und in Konflikten entspannt zu bleiben. Je besser und gelassener du „performst“, desto leichter öffnen sich Türen für dich, funktionieren Projekte, ist die Stimmung im Team entspannt und zeichnet sich Erfolg ab.



*Anna Lichtenstein*  
Stimmt's?!

# Tag 1 - Kommunikation

## Was wir machen:

- Bedeutung von Selbstführung
- Souverän im Konflikt
- Umgang mit herausfordernden Mitmenschen
- Führen durch die richtigen Fragen
- Deeskalationstechniken
- Skills eines Mediators
- Teamdynamiken erkennen und reagieren
- Motivationen anderer Menschen erkennen
- Konflikte erkennen, verstehen, vorbeugen und lösen
- Mitarbeiterpotenziale erkennen und einsetzen



Anna Lichtenstein  
—Stimmt's?!—

# Tag 1 - Kommunikation

## Inhalt:

- Inselmodell
- Transaktionsanalyse
- DISG Modell
- Fragetechniken
- Weibliche vs. Männliche Kommunikation
- Selbstwert anderer
- Bedürfnisse erkennen
- Ich- Botschaften
- Grenzen ziehen
- Was ist das Thema unter dem eigentlichen Thema
- „Außen weich, innen stark“, statt „außen hart und innen schwach“



*Anna Lichtenstein*  
—Stimmt's?!—

# Tag 1 - Kommunikation

## Warum wir das machen?

- Kommunikation ist eine große „Kraft“, egal, wie weit du mit dem Thema Persönlichkeitsentwicklung bist, an einer guten Kommunikation kommst du nicht vorbei. Deine Worte sind unfassbar machtvoll und du entscheidest, ob du damit Dörfer abbrennst oder Diamanten schleifst.
- In deinem Berufsalltag wirst du als Führungskraft quasi die ganze Zeit delegieren, moderieren, vermitteln zwischen den Fronten, verhandeln, erklären, repräsentieren und präsentieren. Kommunikation begegnet dir quasi permanent und ist extrem ausschlaggebend für das Klima in deinem Umfeld.



*Anna Lichtenstein*  
—Stimmt's?!—

# Tag 1 - Kommunikation

## Ziel:

- Konflikte erkennen, verstehen, vorbeugen und entspannt lösen
- Elegant und geschickt vermitteln
- Entspannt Grenzen ziehen
- Mitarbeiterbedürfnisse & versteckte „brodelnde“ Themen erkennen unter dem Konflikt
- Führungspersönlichkeiten und Stärken erkennen
- Weniger selbst machen, mehr delegieren und Menschen fördern



Anna Lichtenstein  
—Stimmt's?!—

# Tag 2 - Trigger und Ego

## Was wir machen

- Was sind Trigger, was ist Ego?
- Eigene Kompensationstechniken entlarven (z.B.: Druck aufbauen, vermeiden, es allen recht machen)
- Spiegelgesetze und warum sie so wichtig sind
- Den eigenen Themen und Baustellen auf die Schliche kommen, welche dem Erfolg noch entgegen stehen
- Körperarbeit & Intuition erkennen
- Innere Kind Arbeit - was ist das?
- Meditation und inneren Beobachter aktivieren



# Tag 2 - Trigger und Ego

## Inhalt

- Triggeranalyse
- Ego erkennen
- Die drei klassischen Kompensationsverhalten unter Stress
- Intuition verstehen
- Achtsamkeits- Wahrnehmungs- & Meditationsübungen
- Innere Kind Arbeit
- Manifestationstechniken



# Tag 2 - Trigger und Ego

## Warum wir das machen?

- Schöne Worte allein machen noch nicht den Unterschied. Die Energie dahinter ist maßgeblich. Wenn du innerlich auf 180 bist, wird dir jede rhetorische Wendung mal den Rücken runter rutschen dürfen. Unsere Wut oder Angst kommuniziert einfach stärker.
- Deswegen ist es essenziell diese Angst, Wut oder wie auch immer sich ungute Gefühle für dich konkret zeigen, anzuschauen und einen Weg zu finden, diese in den „Griff“ zu kriegen.



# Tag 2 - Trigger und Ego

## Ziel:

- Weniger anecken, Druck aufbauen, vermeiden oder es allen recht machen müssen
- Nerven im Griff haben
- Perfektionsstreben loslassen
- Ungünstige Verhaltensmuster, Glaubenssätze und inneren Sperrschranken erkennen, die Erfolg bisher noch für dich verhindern und raus nehmen



# Tag 3 - Charisma & Persönlichkeit

## Was wir machen:

- Was lässt mich charismatisch und ausstrahlend wirken?
- Wie werde ich zu einer Marke und unverwechselbar?
- Wie werde ich anziehend, wie Steve Jobs mit Apple?
- Welche Rolle bzw. welche unterschiedlichen Rolle habe ich?
- Wie wirke ich aktuell und wie will ich zukünftig wirken?



# Tag 3 - Charisma & Persönlichkeit

## Inhalt:

- Werteanalyse
- Bedürfnisanalyse
- Stärken
- Schwächen
- Superpower
- Kraftvolle Umgebung kreieren
- Wie entsteht Sog
- Wie entsteht Inspiration
- Rollenbewusstsein
- Außenwirkungsfeedback



# Tag 3 - Charisma & Persönlichkeit

## Warum wir das machen:

- Mit Ausstrahlung und Charisma geht das Leben leichter und macht auch mehr Spaß, außerdem erkennt dich deine Zielgruppe viel besser
- Weiterhin ist es enorm Ressourcen fördernd, wenn du verstehst, wie du deine Energie anheben kannst und welche Punkte deine Ausstrahlung und dein ganzes Energielevel blockieren



# Tag 3 - Charisma & Persönlichkeit

## Ziel:

- Menschen ganz natürlich inspirieren und begeistern, statt anzutreiben und hinterher zu rennen
- Charismatische und faszinierende Persönlichkeit sein
- Ist-Zustand zur eigenen Außenwirkung erkennen



# *S Eckdaten*

**Termin:**

04.-06.11.2024

oder

03.-05.03.2025

**Zeit:**

Montag und Dienstag 9-18 Uhr

Mittwoch 9-16 Uhr

**Ort:**

GRÜNDERZEIT Hub

Äußere Schneeberger Str. 35

08056 Zwickau

Für Snacks, Getränke und ein kleines Mittagessen ist gesorgt

**Preis:**

1500,00 Euro netto bei Einzelanmeldung, jede weitere Person 1000,00 Euro.

*Anna Lichtenstein*  
Stimmt's?!



*Klingt das spannend?*

Dann melde dich gleich an unter:  
[anna.lichtenstein@stimmts.net](mailto:anna.lichtenstein@stimmts.net)

Mehr Infos unter:  
<https://anna-lichtenstein.de/shop/>

[www.anna-lichtenstein.de](http://www.anna-lichtenstein.de)

[anna.lichtenstein@stimmts.net](mailto:anna.lichtenstein@stimmts.net)



*Anna Lichtenstein*  
Stimmt's!™