

# Rhetorik mit Rückgrat

Überzeugend sprechen, Haltung zeigen und souverän wirken im Berufsalltag



## Intensiv-Seminar

- **Innere Haltung und Klarheit: selbstbewusst und authentisch auftreten**
- **Kommunikation und Wirkung: klar sprechen, respektvoll überzeugen**
- **Souveränität in Konflikten: ruhig bleiben, Grenzen setzen, Präsenz zeigen**
- **Körpersprache und Stimme: bewusst einsetzen und gezielt wirken**

Souverän auftreten,  
klar kommunizieren,  
wirksam überzeugen.

### Referentin



Gisa Steeg  
Kommunikations- und Resilienz-Trainerin,  
Business-Coach, Expertin für innere  
Stärke und Wirkung

## Programm

### Tag 1 – Haltung und innere Stärke entwickeln

- Einstieg: persönliche Kommunikationsmuster erkennen
- Was bedeutet »Rhetorik mit Rückgrat« im Berufsalltag?
- Die innere Haltung als Grundlage souveräner Kommunikation
- Klarheit gewinnen: Gedanken, Emotionen und Körpersprache in Einklang bringen
- Praktische Übungen zu Präsenz, Atmung und authentischem Ausdruck
- Feedback und Transfer in eigene Gesprächssituationen

### Tag 2 – Wirksam und respektvoll kommunizieren

- Schwierige Gesprächspartner verstehen und deeskalierend reagieren
- Grenzen setzen, ohne konfrontativ zu wirken
- Schlagfertig bleiben bei Einwänden und Provokationen
- Körpersprache und Stimme gezielt einsetzen
- Übungseinheiten mit typischen Situationen aus dem Berufsalltag
- Persönliches Feedback, Reflexion und individueller Handlungsplan

## Seminarziel

Kennen Sie das? In wichtigen Momenten möchten Sie klar Stellung beziehen – doch Unsicherheit, Stress oder ein dominantes Gegenüber bringen Sie aus dem Konzept. Genau in diesen Situationen entscheidet sich, ob Ihre Botschaft ankommt – oder verhallt.

In diesem intensiven 2-Tages-Seminar lernen Sie, mit Klarheit, Haltung und innerer Stärke zu kommunizieren, auch wenn es schwierig wird. Statt vorgefertigter Redetechniken geht es um authentische Wirkung, souveräne Präsenz und respektvolle Durchsetzungskraft.

Durch praxisnahe Übungen, individuelles Feedback und gezielte Selbstreflexion stärken Sie Ihre persönliche Ausstrahlung, Ihre Sicherheit in Gesprächen und Ihre Fähigkeit, ruhig und klar zu bleiben – auch unter Druck.

Am Ende nehmen Sie nicht nur neue rhetorische Werkzeuge mit, sondern auch ein spürbar gestärktes Selbstbewusstsein und ein Zertifikat, das Ihre Teilnahme bestätigt.

## Wissenswertes

### Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Fach- und Führungskräfte aller Branchen, die ihre Kommunikation und Wirkung im Berufsalltag stärken möchten. Besonders profitieren Personen, die häufig in Meetings, Präsentationen oder schwierigen Gesprächssituationen stehen und lernen wollen, klar, souverän und mit innerer Haltung zu überzeugen.

### Ihr konkreter Mehrwert

- Souverän und authentisch auftreten
- Klar und respektvoll kommunizieren
- Grenzen sicher vertreten
- Mit Stimme und Haltung überzeugen

### Unsere Referentin

---



#### Gisa Steeg

Kommunikations- und Resilienz-Trainerin, Business-Coach, Expertin für innere Stärke und Wirkung

*Gisa Steeg begleitet seit über 25 Jahren Menschen dabei, ihre Kommunikationskraft und persönliche Präsenz zu stärken. Sie ist ausgebildete Kommunikationstrainerin, Resilienz-Coach, NLP-Master, Hypnose-Coach und systemische Beraterin.*

*Mit ihrem ganzheitlichen Ansatz verbindet sie mentale Stärke, achtsame Selbstführung und authentische Wirkung. Sie zeigt, wie Klarheit, Haltung und die bewusste Nutzung von Stimme und Körpersprache helfen, auch in herausfordernden Situationen souverän zu bleiben.*

*Ihre Seminare sind geprägt von Wertschätzung, Praxisnähe und nachhaltiger Wirkung – für mehr Gelassenheit, Überzeugungskraft und gesunde Stärke im Berufsalltag.*

## Aktives Zuhören: Schlüsselkompetenz wirksamer Führung

26. Januar 2026, Online-Veranstaltung

## Assistenz und KI, souverän, sicher, smart

17. Februar 2026, Online-Veranstaltung

## Nie mehr sprachlos! Souverän reagieren, klar kommunizieren und mit innerer Stärke überzeugen

23./24. Februar 2026, Online-Veranstaltung

## Effektives Zeit- und Selbstmanagement

3./4. März 2026, Online-Veranstaltung

## Erfolgsfaktor Assistenz in der neuen Arbeitswelt

5./6. März 2026, Online-Veranstaltung

## Grenzen setzen im Berufsalltag

9./10. März 2026, Online-Veranstaltung

## Maßgeschneiderte Inhouse-Schulungen – passgenau für Ihr Team!

Haben Sie schon einmal daran gedacht, Ihre Schulung direkt ins Unternehmen zu holen?

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Persönliche Beratung und individuelle Konzeption
- Erfahrene Referent\*innen mit didaktischem Feingefühl
- Inhalte, die auf Ihre Ziele und Herausforderungen zugeschnitten sind
- Optimales Preis-Leistungs-Verhältnis
- Keine Reise- oder Übernachtungskosten für Ihr Team

Ob dieses oder viele andere Themen – wir entwickeln gern Ihre passgenaue Inhouse-Schulung!

Tel.: 06221/65033-0; E-Mail: [info@akademie-heidelberg.de](mailto:info@akademie-heidelberg.de)

## Anmeldeformular

Rhetorik mit Rückgrat

Name

Vorname

Position

Firma

Straße

PLZ / Ort

Tel./Fax

E-Mail

Name der Assistenz

Datum Unterschrift

Senden Sie Ihre Anmeldung bitte an: [anmeldung@akademie-heidelberg.de](mailto:anmeldung@akademie-heidelberg.de)

### Termin + Seminarzeiten

Mo./Di., 11./12. Mai 2026  
9:00–17:00 Uhr  
Online-Zugang ab 8:45 Uhr  
Seminar-Nr. 26 05 SW561 W

### Teilnahmegebühr

€ 980,— (zzgl. gesetzl. USt)

Die Gebühr beinhaltet die Teilnahme am Online-Seminar sowie die Präsentation als PDF-Datei.

Im Anschluss an das Seminar erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihnen die Teilnahme an der Fortbildung bestätigt.

### Allgemeine Geschäftsbedingungen

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (Stand: 01.01.2010), die wir Ihnen, wenn gewünscht, gerne zusenden. Diese können Sie jederzeit auch auf unserer Website einsehen: [www.akademie-heidelberg.de/agb](http://www.akademie-heidelberg.de/agb)

### Zum Ablauf

- Vor dem Seminartag erhalten Sie von uns eine E-Mail mit einem Link, über den Sie sich direkt in die Online-Veranstaltung einwählen können.
- Für Ihre Teilnahme ist es nicht notwendig, ein Programm herunterzuladen. Sie können am Seminar direkt per Zoom im Internet-Browser teilnehmen.
- Über Ihr Mikrofon und Ihre Kamera können Sie jederzeit Fragen stellen und mit den Referierenden und weiteren Teilnehmenden diskutieren. Alternativ steht auch ein Chat zur Verfügung.



**AH Akademie für Fortbildung Heidelberg GmbH**  
Maaßstraße 32/1 · 69123 Heidelberg  
Telefon 06221/65033-0  
[info@akademie-heidelberg.de](mailto:info@akademie-heidelberg.de)  
[www.akademie-heidelberg.de](http://www.akademie-heidelberg.de)