

Seminar

# Souveränitätstraining für Ingenieurinnen

Im technischen Umfeld selbstsicher und authentisch auftreten



## Die Top-Themen:

- **Verbale und nonverbale Kommunikation einschätzen und einsetzen**
- **Die fachliche Kompetenz wirkungsvoll zum Ausdruck bringen**
- **Bei Erstkontakten neue Gesprächspartner für sich gewinnen**
- **In Verhandlungen, Meetings und Kundengesprächen souverän Präsenz zeigen**
- **Gespräche zielorientiert lenken und sich als Frau in der „Männerwelt“ durchsetzen**
- **Lösungsorientierter Umgang mit Ärger und Kritik**

## Termine und Orte

22. und 23. August 2024  
Frankfurt am Main

09. und 10. Dezember 2024  
Freising

10. und 11. April 2025  
Hamburg

VDI Wissensforum ist Ihr Partner für die Weiterbildung von Ingenieurinnen in Führungs- und Managementthemen.

**Ihre Seminarleitung**  
Dipl.-Ing. Eva Knappe, F & A  
Training & Coaching, Göttingen



## Allgemeine Informationen

### Zielsetzung

**Das Erfolgskonzept für Ingenieurinnen in einer männerdominierten Technikwelt ist die gekonnte Kombination aus Weiblichkeit, Selbstbewusstsein, Durchsetzungsstärke und Überzeugungsvermögen. In unserem praxisnahen Souveränitätstraining zeigen wir Ihnen, wie Sie sich als Frau in Ihrem Unternehmen optimal positionieren.**

Gleichen Sie mit Hilfe unserer erfahrenen Trainerin und gemeinsam mit den anderen Teilnehmerinnen Ihr Selbst- und Fremdbild ab und nutzen Sie Ihre Stärken und Potenziale. Lernen Sie etablierte Kommunikationsmethoden kennen und entwickeln Sie Ihren eigenen wirkungsvollen und selbstbewussten Stil. Trainieren Sie die Stimmigkeit von Körpersprache, Stimme und Inhalt und schaffen Sie die richtige Balance zwischen Vertrauen und Distanz zu Ihren Vorgesetzten, Kollegen und Geschäftspartnern.

Zeigen Sie in Meetings, Verhandlungen und Kundengesprächen bewusst Präsenz und gewinnen Sie durch Sympathie und Kompetenz Ihre Gesprächspartner für sich. Nutzen Sie jetzt die Gelegenheit und rüsten Sie sich durch gezielte Praxisübungen aus Ihrem Alltag für den souveränen Umgang mit herausfordernden Situationen.

### Zielgruppe

- Weibliche Fach- und Führungskräfte im technischem Bereich aus allen industriellen Branchen
- Gruppen-, Projekt- und Abteilungsleiterinnen
- Mitarbeiterinnen technischer Fachabteilungen

### Inhouse-Seminar

Dieses Seminar können Sie auch als firmeninterne Schulung buchen:

Wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot. Rufen Sie uns an.

**Frau Angela Bungert/Herr Jens Wilk**

Tel.: +49 211 6214-200, E-Mail: [inhouse@vdi.de](mailto:inhouse@vdi.de)

**Herr Heinz Küsters**  

Tel.: +49 211 6214-278, E-Mail: [kuesters@vdi.de](mailto:kuesters@vdi.de)

### Veranstaltungsdokumentation

Jeder Teilnehmer erhält eine Dokumentation wie Präsentationsunterlagen, Handbuch o.ä. und eine VDI Wissensforum-Teilnahmebescheinigung.



### Seminarleitung

Dipl.-Ing. Eva Knappe, F&A Training und Coaching, Göttingen



Eva Knappe ist Managementberaterin und Businesstrainerin mit den Schwerpunkten Führung und Vertrieb. Sie berät und begleitet seit über 12 Jahren internationale Industrieunternehmen und ist Inhaberin von F&A Training und Coaching. Nach dem Studium zur Diplom-Ingenieurin Werkstoffwissenschaften erwarb sich

Frau Knappe ihre Expertise in über 20 Jahren Industrietätigkeit in verschiedenen Managementfunktionen in internationalen Konzernen und KMUs. In Ihre Berater Tätigkeit bringt sie Praxiserfahrung aus unterschiedlichen Unternehmensbereichen mit ein, wie F&E, Labor, Qualitätssicherung, Produktentwicklung, Produktmanagement, Anwendungstechnik, Marketing und technischer Vertrieb.

Sie ist zertifizierte interkulturelle Trainerin (dgikt), lizenzierte Partnerin von Richard Lewis Communications Ltd. / UK und Personality Profiler Trainerin, LINC GmbH Lüneburg. Ehrenamtlich engagiert sie sich im VDI. Sie leitet die VDI-Bezirksgruppe Südniedersachsen und ist im Arbeitskreis „Frauen im Ingenieurberuf“ aktiv, um Frauen im Technikumfeld zu unterstützen und zu vernetzen.

### Seminarmethoden

Praktisches Anwenden und Üben stehen im Vordergrund dieses Trainings. Anhand beruflicher Alltagssituationen der Teilnehmerinnen werden Gesprächsübungen mit anschließendem Feedback zur Selbstreflexion durchgeführt. Die konstruktiven Rückmeldungen durch die Trainerin und die anderen Teilnehmerinnen unterstützen Sie darin, Ihre Außenwirkung zu erkennen, Ihren eigenen Stil zu entwickeln und Ihre Stärken auszubauen. Darüber hinaus arbeiten Sie in Gruppen zusammen und profitieren in lebhaften Diskussionen von den Praxiserfahrungen aller Seminarteilnehmerinnen und der Trainerin.

## Seminarinhalte

**1. Tag** 09:00 bis 17:30 Uhr

**2. Tag** 08:30 bis 17:00 Uhr

### Personlichkeit und Wirkung – der erste Eindruck

- Den ersten Eindruck positiv gestalten
- Gespräche souverän eröffnen
- Kompetent und selbstsicher wahrgenommen werden
- „Small-talken“ ohne auf die „Flirt-Schiene“ zu gelangen

#### ++ Gesprächsübungen mit Feedback

### Starker Auftritt! Selbstbewusst und selbstsicher agieren

- Was ist Selbstbewusstsein?
- Wie wirke ich? Selbstbild und Fremdbild spiegeln
- Eigene Stärken erkennen und nutzen
- Wie zeige ich bewusst Präsenz?
- Unsicherheiten beherrschen: Was wirkt selbstsicher und was nicht?
- „Und Sie sind die Sekretärin?“ – Respekt verschaffen und Ihre Kompetenz „in Szene setzen“

#### ++ Der Wirkungcheck: Wie wirke ich – wie will ich wirken?

### Grundzüge der Gesprächsführung

- Akzeptanz durch aktives Zuhören
- Gespräche durch Fragen lenken und zielorientiert führen
- Eigene Meinung authentisch vertreten
- Feedback und Kritik wertschätzend und konstruktiv äußern

#### ++ Empfehlungen für gekonnte Gesprächsführungen

### Bewusste Kommunikation

- Stimmigkeit von Körpersprache, Stimme und Inhalt
- Glaubwürdigkeit und Überzeugungsvermögen
- Auf Augenhöhe kommunizieren
- Unterschiedliche Kommunikationsstile erkennen
- Eigene Emotionen in Gesprächen kontrollieren

#### ++ Verschiedene Gesprächsübungen

### Einziges Frau an Bord? So setzen Sie sich durch!

- Machtspiele erkennen und angemessen reagieren
- Die wichtigsten Durchsetzungsstrategien
- Die richtige Balance zwischen Distanz und Vertrauen
- Tipps und Tricks gegen Sprachlosigkeit
- Grenzen setzen und „Nein“ sagen

#### ++ Persönliche Durchsetzungsstrategie entwickeln

### Souverän in herausfordernden Situationen

- Einwänden in Gesprächen konstruktiv begegnen
- Den eigenen Standpunkt vertreten und Ideen durchsetzen
- Zügig die richtigen Argumente finden und auf den Punkt bringen
- Souveräne Abwehr von verbalen Angriffen
- Gelassenheit bewahren bei Ärger, Stress und Kritik

#### ++ Übungen: Schwierige Gesprächssituationen meistern



#### Weitere interessante Veranstaltungen

##### Selbstmarketing und Vernetzung im Unternehmen

18. und 19. Juni 2024, Online

14. und 15. Oktober 2024, Frankfurt am Main

##### Durchsetzungsstrategien für Ingenieurinnen

05. und 06. September 2024, Filderstadt

23. und 24. Januar 2025, Mannheim

##### Mindful Leadership: Achtsame Haltung in der Führung

23. und 24. September 2024, Frankfurt am Main

17. und 18. Februar 2025, Hamburg

**Hinweis: Bitte erscheinen  
Sie in Business-Garderobe**



VDI Wissensforum GmbH | VDI-Platz 1 | 40468 Düsseldorf | Deutschland

Sie haben noch Fragen?  
Kontaktieren Sie uns einfach!

**VDI Wissensforum GmbH**  
Kundenzentrum  
Postfach 10 11 39  
40002 Düsseldorf  
Telefon: +49 211 6214-201  
Telefax: +49 211 6214-154  
E-Mail: wissensforum@vdi.de  
www.vdi-wissensforum.de

✓ Ich nehme wie folgt teil (zum Preis p. P. zzgl. MwSt.):

Seminar		
<input type="checkbox"/> <b>22. und 23. August 2024</b> <b>Frankfurt am Main</b> (095E030032)	<input type="checkbox"/> <b>09. und 10. Dezember 2024</b> <b>Freising</b> (095E030033)	<input type="checkbox"/> <b>10. und 11. April 2025</b> <b>Hamburg</b> (095E030034)
EUR 1.990,-	EUR 1.990,-	EUR 1.990,-

www

Ich bin VDI-Mitglied und erhalte **pro Veranstaltungstag EUR 50,- Rabatt** auf die Teilnahmegebühr: VDI-Mitgliedsnummer\* \_\_\_\_\_

\*Für den VDI-Mitglieder-Rabatt ist die Angabe der VDI-Mitgliedsnummer erforderlich.

<b>Meine Kontaktdaten:</b>	
Nachname _____	Vorname _____
Titel _____	Funktion/Jobtitel _____
Abteilung/Tätigkeitsbereich _____	
Firma/Institut _____	
Straße/Postfach _____	
PLZ, Ort, Land _____	
Telefon _____	Mobil _____
E-Mail _____	Fax _____
Abweichende Rechnungsanschrift _____	
Datum _____	Unterschrift _____

Teilnehmer mit einer Rechnungsanschrift außerhalb Deutschlands, Österreichs oder der Schweiz bitten wir, mit Kreditkarte zu zahlen. Bitte melden Sie sich über [www.vdi-wissensforum.de](http://www.vdi-wissensforum.de) an. Auf unserer Webseite werden Ihre Kreditkartendaten verschlüsselt übertragen, um die Sicherheit Ihrer Daten zu gewährleisten.

Die **allgemeinen Geschäftsbedingungen** der VDI Wissensforum GmbH finden Sie im Internet:  
[www.vdi-wissensforum.de/de/agb/](http://www.vdi-wissensforum.de/de/agb/)

**Veranstaltungsort(e)**

**Frankfurt am Main:** Relexa Hotel Frankfurt am Main, Lurgiallee 2, 60439 Frankfurt am Main, Tel. +49 69/95778-0, E-Mail: [frankfurt.main@relexa-hotel.de](mailto:frankfurt.main@relexa-hotel.de)

**Freising:** Mercure Hotel München Freising Airport, Dr.-von-Daller-Str. 1-3, 85356 Freising, Tel. +49 8161/532-0, E-Mail: [ha0q8-sb@accor.com](mailto:ha0q8-sb@accor.com)

**Hamburg:** Intercity Hotel Hamburg Dammtor-Messe, St. Petersburger Str. 1, 20355 Hamburg, Tel. +49 40/600014-0, E-Mail: [hamburg-dammtor@intercityhotel.com](mailto:hamburg-dammtor@intercityhotel.com)

Im Veranstaltungshotel steht Ihnen ein begrenztes **Zimmerkontingent** zu Sonderkonditionen zur Verfügung. Bitte buchen Sie Ihr Zimmer frühzeitig per Telefon oder E-Mail direkt bei dem Hotel mit dem Hinweis auf die „VDI-Veranstaltung“. Weitere Hotels in der Nähe des Veranstaltungsortes finden Sie auch über unseren kostenlosen Service von HRS, [www.vdi-wissensforum.de/hrs](http://www.vdi-wissensforum.de/hrs)

**Leistungen:** Im Leistungsumfang ist die Bereitstellung der Veranstaltungsunterlagen enthalten. Bei Präsenzveranstaltungen werden die Pausengetränke und an jedem vollen Veranstaltungstag ein Mittagessen gestellt.

**Exklusiv-Angebot:** Als Teilnehmer dieser Veranstaltung bieten wir Ihnen eine 3-monatige, kostenfreie VDI-Probemitgliedschaft an (dieses Angebot gilt ausschließlich bei Neuaufnahme).

**Datenschutz:** Die VDI Wissensforum GmbH verwendet die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse, um Sie regelmäßig über ähnliche Veranstaltungen der VDI Wissensforum GmbH zu informieren. Wenn Sie zukünftig keine Informationen und Angebote mehr erhalten möchten, können Sie der Verwendung Ihrer Daten zu diesem Zweck jederzeit widersprechen. Nutzen Sie dazu die E-Mail Adresse [wissensforum@vdi.de](mailto:wissensforum@vdi.de) oder eine andere der oben angegebenen Kontaktmöglichkeiten.

Auf unsere allgemeinen Informationen zur Verwendung Ihrer Daten auf <https://www.vdi-wissensforum.de/datenschutz-print> weisen wir hin.

Hiermit bestätige ich die AGBs der VDI Wissensforum GmbH sowie die Richtigkeit der oben angegebenen Daten zur Anmeldung.

Ihre Kontaktdaten haben wir basierend auf Art. 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO (berechtigtes Interesse) zu Werbezwecken erhoben. Unser berechtigtes Interesse liegt in der zielgerichteten Auswahl möglicher Interessenten für unsere Veranstaltungen. Mehr Informationen zur Quelle und der Verwendung Ihrer Daten finden Sie hier: [www.wissensforum.de/adressquelle](http://www.wissensforum.de/adressquelle)

Mit dem FSC® Warenzeichen werden Holzprodukte ausgezeichnet, die aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern stammen, unabhängig zertifiziert nach den strengen Kriterien des Forest Stewardship Council® (FSC). Für den Druck sämtlicher Programme des VDI Wissensforums werden ausschließlich FSC-Papiere verwendet.

