



# „Selbst-Bewusstsein“ im Dialog

## Auf einen Blick

**Termine: 08. – 10. Juni 2026 | 09. – 11. November 2026**

**Dauer: 3 Tage, Präsenz | 9:00-17:00 Uhr**

**Max. Teilnehmerzahl 8**

### Ihre Trainer

Michael Lucas

[Zum Kompetenzprofil >>](#)

## Ziel und Idee des Trainings

Gespräche und Verhandlungen – ob am Telefon, online oder persönlich – sind für viele Dreh- und Angelpunkt ihres beruflichen Erfolgs. Doch wie kann ich eigene Ideen und Argumente überzeugend platzieren? Wie finde ich auch in schwierigen Situationen die richtigen Worte? Wie erreiche ich meine Gesprächspartner\*innen, auch bei Widerständen oder Ablehnung? Wie sorge ich dafür, dass ich meine Ziele erreiche?

In diesem Seminar erkennen Sie die Zusammenhänge zwischen Ihrer Persönlichkeit und ihrem Kommunikationsstil. Sie lernen sich selbst noch besser kennen und entdecken neue Möglichkeiten, wie Sie Ihre Wirkung und Überzeugungskraft spürbar verbessern können. Sie erhalten viele Tipps und Anregungen, wie Sie auch schwierige Gesprächssituationen souverän meistern können. Sie werden zukünftig „selbst-bewusster“ und gestärkt in Gesprächen und Verhandlungen agieren.

## Inhalte

- » Persönlichkeit und Kommunikationsstil
- » Eigene Werte, Normen und innere Antreiber kennenlernen
- » Abgleich von Selbst- und Fremdbild
- » Nonverbale und verbale Kommunikation
- » Psychologische Prozesse im Dialog verstehen
- » Die richtige Vorbereitung auf das Gespräch
- » Dialogorientierte Kommunikation
- » Mehr Überzeugungskraft durch mehr Klarheit
- » Von der Problemverhaftung zur Lösungsorientierung
- » Die richtigen Worte auch in schwierigen Situationen finden
- » Umgang mit schwierigen Gesprächspartner\*innen
- » Wie man Sackgassen-Situationen vermeidet
- » Wie man unfaire Angriffe abwehrt
- » Erste Hilfe, wenn alles schief läuft
- » Ziele erreichen, Verbindlichkeit herstellen

## Über das Training

Die Teilnehmer\*innen dieses Seminars setzen sich intensiv mit ihrem Kommunikationsstil auseinander. Der Trainer berät, coacht und entwickelt mit jeder/m Teilnehmer\*in individuelle Strategien, die sowohl auf die jeweilige Persönlichkeit als auch die besonderen beruflichen Anforderungen zugeschnitten sind. Die Teilnehmer\*innen haben die Gelegenheit, aktuelle Fälle aus ihrem beruflichen Alltag einzubringen und gemeinsam Lösungen zu erarbeiten. Um diese intensive und individuelle Arbeit zu ermöglichen, ist das Seminar auf maximal 8 Teilnehmer begrenzt.

Methodik: Theorie-Input, Einzelübungen, Gruppenübungen, Kollegiales Feedback, Beratung

## Kosten

**1.580,00 EUR zzgl. MwSt.**

Ihre Ansprechpartnerin: Jana Höller  
[Jana.Hoeller@lucasct.de](mailto:Jana.Hoeller@lucasct.de) | Tel. 040 790 26 00 77

**LUCAS**  
CONSULTING TEAM

Mit Sicherheit Veränderung