

Selbstmarketing

**Training mit Dagmar Säger (Business Coach)
und Gabriele Freyhoff (Supervisorin/Biodanza-Dozentin)**

Ob als Bewerber für eine Arbeitsstelle oder als Selbständiger, Selbstmarketing ist eine Komponente, die sich immer bemerkbar macht und für den Erfolg mitentscheidend ist. Oft erscheint Selbstmarketing als reine Verkaufsstrategie, des Verkaufs eines Produktes, das in diesem Fall man selbst ist.

Es handelt sich dabei aber auch um die eigene Haltung, denn als Grundlage für eine Strategie ist es wichtig, zu wissen, wer ich bin und was ich erreichen möchte.

In der gängigen Literatur und in den meisten Kursen werden Techniken und Übungssequenzen angeboten, die eigene Performanz zu verändern beabsichtigen und die gewünschten Verhaltensweisen und äußeren Merkmale nahebringen. Auch in diesem Training werden Grundmerkmale des Selbstmarketings thematisiert, jedoch auf eine ganz praktische Art und Weise, die jeden Teilnehmer persönlich anspricht und dieser somit gut auf seine eigenen Bedürfnisse und seine eigene Situation anpassen kann.

Dazu gehört auch eine praktische Trainingseinheit mit Biodanza, in der ganz besonders das Thema "Identität - wer bin ich?" - zum Inhalt gemacht wird. Diese Arbeitsweise ermöglicht es, die eigene Präsenz und Standfestigkeit wesentlich zu erhöhen, so dass gelernte Techniken nicht wie "aufgesetzt" wirken, sondern ein Fundament besitzen und glaubwürdig sind.

Aus einer gefestigten Identität heraus ist es möglich, souveräner aufzutreten, sich selbst und anderen Anerkennung zu schenken, insgesamt sich weniger unsicher zu fühlen, besser mit Kritik umgehen zu können und aufmerksamer zuzuhören.

Die praktisch orientierte Arbeit lockert das Training auf, macht Spaß und wird außerdem besser beibehalten in Alltagssituationen, weil es am eigenen Leib erfahren worden ist; es wurde verinnerlicht.

Auf Wunsch stellen wir unser Konzept gern persönlich vor.

Dagmar Säger,- Moderation · Beratung · Training -
Tel. +49(0)40 53670097 - Fax +49(0)40 53670098

Gabriele Freyhoff, Coaching + Biodanza,
Tel. +49(0)241-9007105 - Fax +49(0)241-9007106