Tag 5:
HANDELN

Souveränitäts Schmiede
Janine Pfizenmayer

Hi, ich bin Janine

Leidenschaftliche Führungskraft und Unternehmerin mit 11 Jahren Erfahrung in der Leitungsposition sowie 6 Jahren in der Selbstständigkeit.

Als Führungskraft weiß ich, wie souveränes Auftreten, Präsentieren als auch überzeugende Kommunikation vor anderen Menschen gelingt, um im Beruf erfolgreich zu sein.

Mit meiner SouveränitätsSchmiede ermutige ich andere, ihr Graues-Mäuschen-Kostüm abzulegen und die Bühne ihres Lebens zu erobern.

Ich unterstütze dich dabei, deine innere Souveränität zu entdecken und zu stärken, damit du in jedem Bereich deines Lebens selbstbewusst erscheinen wirst. Dabei zeige ich dir Strategien, die dir helfen, eloquent aufzutreten, damit du dein volles Potenzial ausschöpfen und persönlich als auch beruflich erfolgreich sein wirst.

info@janine-coaching.de

Souverän.
In allen Lebenslagen.

Souveränitäts Schmiede
Janine Pfizenmayer

DU BRAUCHST DREI WOCHEN, UM EINE ALTE GEWOHNHEIT DURCH EIN NEUES VERHALTEN ZU ERSETZEN UND WEITERE NEUN WOCHEN, UM AUS DIESEM NEUEN VERHALTEN EINE NEUE GEWOHNHEIT ZU MACHEN.

ALSO FANG JETZT DAMIT AN!

Neue Menschen kennen lernen

Lerne mit der 2F2B-Methode innerhalb von 5 Minuten Menschen kennen.

2F2B

F = FAMILIE
F = FREIZEIT
B = BERUF
B = BILDUNG / AUSBILDUNG

Vielleicht denkst du, dass du permanent sprechen und tolle Geschichten erzählen musst. Der wahre Trick aber besteht darin, **den anderen zum Reden zu bringen,** so dass du nur noch zuhören und hin und wieder reagieren musst.

Dein Gegenüber wird sich dadurch wichtig fühlen und dich als charmante Gesprächspartnerin wahrnehmen.

Neue Menschen kennen lernen

Nutze für eine entspannte Unterhaltung offene Fragen

FRAGETYPEN

GESCHLOSSEN	OFFEN	NACHFASSEND
Sind?	Was?	Wie?
Alle Verben	Welches?	In welcher Form?
Haben?	Wann?	Erzähle mir mehr darüber
	Wo?	Beschreibe es genauer
	Wer?	Aus welchem Grund?
	Warum?	

Gefühlsbank

Wenn du beispielsweise in einem Meeting oder auf einer Zugreise für zwei bis drei Stunden neben einer Person fest sitzt:

1

ENTDECKE ETWAS INTERESSANTES

Stelle so lange offene Fragen, bis du etwas findest, dass ihr beiden gemeinsam gabt oder ein Thema findest, dass etwas interessanter ist.

2

BAUE EIN GUTHABEN AUF

Langweilige Menschen schenkt man meist wenig Aufmerksamkeit und Lob. Wenn du also die interessanten Teile belohnst, sind diese Menschen mega gerne bereit, mit diesen Themen weiterzumachen.

3

TÄTIGE EINE EINZAHLUNG

Du kannst auch selbst Informationen anbieten, Fragen stellen oder das Thema auf etwas Interessantes lenken. Z.B. philosophiert dein Gesprächspartner stundenlang über die Bundesliga, dann könntest du unauffällig nach den Seitensprüngen der Stars fragen ;)

NOTIZEN

Impressum

© **SouveränitätsSchmiede** - Janine Pfizenmayer 2024

Alle Rechte vorbehalten.
Grundlage der Inhalte sind aus dem Trainingsbuch "Selbstvertrauen in sieben Tagen" von Ros Taylor.
Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Kontakt:
Janine Pfizenmayer, Brunnenbergweg 6, 74906 Bad Rappenau
info@janine-coaching.de

Haftungsausschluss.
Der Inhalt dieses Workbooks wurde mit großer Sorgfalt geprüft und erstellt. Für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Inhalte kann jedoch keine Garantie oder Gewähr übernommen werden. Der Inhalt des Buches repräsentiert die persönliche Erfahrung und Meinung der Autorin. Es wird keine Garantie für Erfolg übernommen. Die Autorin übernimmt daher keine Verantwortung für das Nicht-Erreichen der im Workbook beschriebenen Ziele.

Weitere Informationen über die Autorin:
www.janine-coaching.de