VDI Wissensforum

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

19. und 20. März 2026
Frankfurt am Main

10. und 11. Juni 2026
Esslingen

19. und 20. Oktober 2026
Freising

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

Veranstaltung der VDI Wissensforum GmbH
Jetzt online anmelden!
www.vdi-wissensforum.de/09SE030
Telefon +49 211 6214-201 • Fax +49 211 6214-154

Bildquelle: Deklofenak - Fotolia.com

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 Vorgesetzen, 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
Herr Heinz Küsters
Tel.: +49 211 6214-278, E-Mail: 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 Beratertätigkeit 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.

Weitere interessante Veranstaltungen

Mindful Leadership Achtsame Haltung in der Führung
08. und 09. Juni 2026, Form eines Online-Seminars
26. und 27. Oktober 2026, Düsseldorf

Körpersprache & nonverbale Kommunikation
22. und 23. Juni 2026, Düsseldorf

VDI Wissensforum

Seminarinhalte

1. Tag 09:00 bis 17:30 Uhr
2. Tag 08:30 bis 17:00 Uhr

Hinweis: Bitte erscheinen Sie in Business-Garderobe

Persönlichkeit 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 Wirkungscheck: 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**

Einzige 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**

VDI Wissensforum

Seminar:
Souveränitätstraining für Ingenieurinnen

Jetzt online anmelden
www.vdi-wissensforum. de/
09SE030

Mit Selbstsicherheit und Durchsetzungsstärke zum Erfolg

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		
☐ **19. und 20. März 2026** **Frankfurt am Main** (09SE030037)	☐ **10. und 11. Juni 2026** **Esslingen** (09SE030038)	☐ **19. und 20. Oktober 2026** **Freising** (09SE030039)
EUR 1.990,-	EUR 1.990,-	EUR 1.990,-

8888

☐ 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.

Meine Kontaktdaten:

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 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/

Veranstaltungsort(e)
Frankfurt am Main: Leonardo Royal Hotel Frankfurt, Mailänder Str. 1, 60598 Frankfurt, Tel. +49 69/6802-0, E-Mail: info.royalfrm@leonardo-hotels.com
Esslingen: Leonardo Hotel Esslingen, Grabbrunnenstraße 19, 73728 Esslingen am Neckar, Tel. +49 711/41111-0, E-Mail: info.esslingen@leonardo-hotels.com
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

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

HRS Das Hotelportal

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 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

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.

FSC www.fsc.org
MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C124933