



Gekonnt wirken
DIE IMAGE-AKADEMIE

IHR PERSÖNLICHES PROGRAMM

Teenager-Knigge- Privattraining

mit integrierter Persönlichkeitsentwicklung

Stil · Haltung · Souveränität



DAS TRAINING

Stil, Haltung & Souveränität für junge Menschen

In der spannenden Phase des Teenageralters sind angemessene Umgangsformen, ein souveränes Auftreten und die Fähigkeit zur wertschätzenden Kommunikation entscheidende Schlüssel für einen erfolgreichen Weg — privat, in der Schule und später im Berufsleben.

Mein maßgeschneidertes Teenager-Knigge-Privattraining kombiniert das Knigge-ABC mit gezielter Persönlichkeitsentwicklung. Ihre Kinder erhalten praktische Tools, wirkungsvolle Strategien und einen klaren roten Faden zur nachhaltigen Umsetzung im Alltag — begleitet von praxisnahen Übungen und individuellen Impulsen.

*„Ein sicheres Auftreten ist der Schlüssel —
bevor man überhaupt ein Wort gesagt hat.“*

THEMENSCHWERPUNKTE & KERNINHALTE

- > **Das Teenager-Knigge-ABC** — Grundlagen des stilvollen Benehmens für ein sicheres Auftreten in der Öffentlichkeit und als Vorbereitung auf das spätere Berufsleben.
- > **Zeitgemäße Begrüßungsrituale & moderne Höflichkeit** — Vorstellen, Bekanntmachen, stilvolle Verabschiedung, Duzen & Siezen, Handrecht.
- > **Tischmanieren & Restaurantverhalten** — Richtiger Umgang mit Besteck und Serviette, Körpersprache am Tisch — praxisnah geübt bei einem stilvollen Mittagessen.
- > **Smalltalk & Kommunikations-Knigge** — Gespräche beginnen, aktives Zuhören und sicheres Auftreten für Schule, Freizeit und spätere Bewerbungssituationen.
- > **Stilsicherer Umgang mit unterschiedlichen Persönlichkeiten** — Empathie entwickeln, andere Sichtweisen verstehen und respektvoll reagieren.
- > **Stilvolles Auftreten in der Öffentlichkeit** — Körpersprache, Haltung, angemessenes Verhalten in Alltagssituationen.
- > **Handy- & Social-Media-Etikette** — Der sichere und respektvolle Umgang mit digitalen Medien — Dos & Don'ts.
- > **Persönlichkeitsentwicklung & innere Stärke** — Umgang mit Unsicherheiten, Selbstbild und Selbstbewusstsein.



TAGESABLAUF · WORKSHOP-CHARAKTER

Agenda zum Training

Training mit Workshop-Charakter · Dauer: 10:00 — 15:00 Uhr · inkl. Pausen & gemeinsamem Lunch-Training

ANKOMMEN

10:00 — 10:15

Begrüßung & Kennenlernen

Ablaufplan, Fragen und Erwartungshaltung, gegenseitiges Vorstellen.

MODUL 1

10:15 — 10:45

Die Macht des ersten Eindrucks

Souverän auftreten · überzeugend wirken

Begrüßungsrituale · Vorstellen & Bekanntmachen · Selbstpräsentation · Was gehört alles zum ersten Eindruck

Kleine Pause · 11:00 Uhr

MODUL 2

11:00 — 11:45

Zeitgemäße Umgangsformen & Tugenden

Werte, die heute tragen

Das Teenager-Knigge-ABC · Höflicher Umgang mit Erwachsenen · Werte & Tugenden als Lady und Gentleman

Kleine Pause · 12:00 Uhr

MODUL 3

12:00 — 13:00

Tischkultur & stilsichere Tischmanieren

Lunch-Training in entspannter Runde

Souveränes Auftreten im Restaurant · Stilsicherer Umgang mit Besteck & Service · Die goldenen Regeln bei Tisch

Kleine Pause · 13:15 Uhr

MODUL 4

13:15 — 14:00

Digitale Etikette & gekonnt kommunizieren

Souverän im Gespräch — online wie offline

Social-Media-Etikette · Smalltalk & gewinnbringendes Miteinander · Aktives Zuhören & wertschätzendes Nachfragen

MODUL 5

14:15 — 15:00

Stilvolles Erscheinungsbild & Persönlichkeit

Meine Einzigartigkeit erkennen

Kleidung & Pflege · Selbstwahrnehmung · Umgang mit schwierigen Situationen & Menschen · Meine Einzigartigkeit erkennen

IHRE UNTERLAGEN

· Teenager-Knigge-Fibel zum Mitschreiben · Eltern-Knigge-Fibel · Persönliche Teilnahme-Urkunde



IHRE INVESTITION

Exklusiv. Persönlich. Wertvoll.

In Haltung, Sicherheit und Zukunft.

PRIVATTRAINING

1-2 Kinder

4,5 - 5 Stunden

500,00 € netto

595,00 € brutto · inkl. 19% MwSt.

KLEINGRUPPE

3-4 Kinder

5 Stunden

**777,00 €
brutto**

inkl. 19% MwSt.

GRUPPE

6-8 Kinder

5,5 Stunden

**999,00 €
brutto**

inkl. 19% MwSt.

DAS HONORAR ALS KOMPLETTPAKET – INKLUSIVE

- ✦ **Vorbereitung & Absprachen** — inkl. persönlichem Vorgespräch und individueller Konzeption.
- ✦ **Parkticket** — Ich übernehme Ihre Parkkosten am Trainingstag.
- ✦ **Restaurant- & Getränkekosten** — Die Kosten für das gemeinsame Lunch-Training (Kinder & Trainerin) sind inklusive. Stilsicher speisen lernt man am besten in der Praxis.
- ✦ **Fahrtkosten** — Ab 50 km ab Schliersee werden Reisekosten von 0,30 €/km gesondert in Rechnung gestellt.

BUCHBAR IN

Großraum München · Schliersee · Tegernsee · Rosenheim · Grünwald · Starnberg · Bad Aibling · Penzberg · Bad Tölz
· Chiemgau · Salzburg · Innsbruck · Kitzbühel · Garmisch-Partenkirchen

IHRE TRAINERIN & MENTORIN



JANINE KATHARINA
PÖTSCH

Janine Katharina Pötsch

GRÜNDERIN · GEKONNT WIRKEN · DIE IMAGE-AKADEMIE

Seit 2014 begleite ich als Knigge-Trainerin und Persönlichkeitscoach junge Ladies und Gentlemen dabei, von innen klar und nach außen souverän zu werden — nicht durch Verstellung, sondern durch Selbstkenntnis, Haltung und das Wissen, wie man wirkt.

2012 habe ich Gekannt wirken gegründet. Mein proprietäres **P.A.S.S.-Modell** (Persönlichkeit · Auftritt & Ausdruck · Stil & Strategie · Sichtbarkeit) ist die methodische Basis aller Angebote.

Was ich meinen jungen Kund*innen mitgebe, ist nicht nur Knigge. Es ist das Wissen, wie man sich selbst trägt — in jeder Situation.

„Bleib du selbst — nur stilsicherer.“