

1. Selbstpräsentation im Beruf

authentisch – wirkungsvoll - überzeugend

Trainerinnen: Christiane Fuchs und Renate Schüler

Di, 13.05.2025, 14-18 Uhr und Mi, 14.05.2025, 9-17 Uhr

Ort: Tagungszentrum Sternwarte, Geismar Landstr. 11

Anmeldung bis zum 18.03.2025, max. 20 TN

Praktisches Präsentationstraining für Mentees

Selbstpräsentation im Beruf: authentisch – wirkungsvoll - überzeugend

Ob in Fachvorträgen und -diskussionen, ob in Bewerbungsverfahren oder in Gesprächen mit PatientInnen, KollegInnen oder Vorgesetzten:

- Sie sind fachlich hochkompetent
- Sie sind stets gut vorbereitet und
- Sie wissen genau, was Sie sagen wollen.

Und dennoch kommen Ihnen hin und wieder Zweifel:

- Konnte ich mit meinem Auftritt überzeugen?
- Konnte ich meine Interessen nachdrücklich vertreten?
- Habe ich meine Forderungen wirklich auf den Punkt gebracht?

Und Sie sind jung, noch am Beginn Ihrer Karriere und weiblich - in oft männlich dominierten Kontexten.

- Wie definiere ich mein Selbstbild und meine (berufliche) Rolle?
- Wie kann ich mein Selbstbewusstsein stärken?
- Wie kann ich selbstsicher mit einer klaren Haltung auftreten?

Die entscheidenden Schlüssel für erfolgreiches berufliches Handeln sind

- eine situationsangemessene und glaubwürdige Selbstdarstellung,
- das Wissen um die „Spielregeln“ in hierarchischen Systemen,
- die Fähigkeit, klar zu kommunizieren, rechtzeitig Grenzen zu setzen und selbstgestellte (typisch weibliche) „Fallen“ zu vermeiden.

Mögliche Inhalte:

Kommunikation: theoretischer Rahmen, rhetorische Prinzipien + genderspezifische Aspekte

Präsentation: Situationen und ihre Bedingungen

Wahrnehmung: Die Kanäle und ihre Prioritäten

Selbstdarstellung: Stimme, Sprechen, Körpersprache

Wirkung: Selbst- und Fremdbild

Methoden:

Theoretische Inputs, praktische Übungen, Videofeedback

FuchsKommunikation

Christiane Fuchs
Calsowstraße 42
37085 Göttingen

Beratung – Training – Coaching

Kommunikation Rhetorik Präsentation
Stimme Sprechen Körpersprache



Christiane Fuchs

FuchsKommunikation

Beratung – Training – Coaching

- seit 1988 selbständige Trainerin für Kommunikation, Rhetorik, Präsentation in Verwaltung, Wirtschaft, Universität
- freie Mitarbeit für Unternehmensberatungen
- Coach für Medien (Radio + TV) + Persönlichkeitsentwicklung (Auftritt in der Öffentlichkeit, Auswahlverfahren)
- seit 2003 Referentin im Mentoring-Programm der Universitätsmedizin Göttingen



Renate Schüler Kommunikation

Felix-Klein-Straße 1a

37083 Göttingen

0176 62850159

schueler@medien-kommunikation.net

Trainingsprofil

Seit 1988

Training, Beratung, Moderation in Verwaltungen, Bildungsinstitutionen, Wirtschaft und Medien, u.a. für:

- **Lufthansa**, Frankfurt am Main: Pilotentraining Bordansage
- **Ericsson**, Düsseldorf: Veranstaltungsmanagement, Moderation

- **Phoenix Contact**, Blomberg: Planung, Konzeptionierung und Training von Messepräsentationen
- **Unternehmensberatung** Bierend, Zeller & Partner AG, Göttingen: Managementtraining für HochschulabsolventInnen, Bewerbungstraining, AC, Kommunikation für Führungskräfte, Coaching
- **Sartorius AG**, Göttingen: Kommunikation für Führungskräfte, Motivationstraining
- **Stadt Göttingen**: Rhetorik- und Kommunikationstraining, Bewerbungstraining
- **Universitätsklinikum Göttingen**: Mentoring-Projekt des Gleichstellungsbüros
- **Arte**, Straßburg: Sprechtraining für DolmetscherInnen und RedakteurInnen, Coaching
- **SWR**, Mainz: Sprechtraining für NachrichtenredakteurInnen
- **ZDF**, Mainz: Medientrainings (Interview, Moderation, Schaltgespräch), Kommunikation für Führungskräfte, Organisationsentwicklung, Moderation von Veranstaltungen und Gruppenprozessen, Coaching