

# 1. Selbstmarketing

Überzeugende Selbstdarstellung in schwierigen Situationen - Praktisches Präsentationstraining

**Trainerinnen: Christiane Fuchs und Renate Schüler**

**Do, 27.05.2021, 14-18/16-20 Uhr und Fr, 28.05.2021, 9-16 Uhr**

**Ort:** Tagungshaus Alte Mensa, Wilhelmsplatz

**Anmeldung bis zum 01.04.2021, max. 20 TN**

---

## Praktisches Präsentationstraining für Mentees

### **Selbstmarketing: authentisch und überzeugend auftreten – erfolgreiche Selbstpräsentation**

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:

- Sind meine Inhalte wirklich „angekommen“?
- Konnte ich meine Argumente überzeugend vertreten?
- Habe ich meine Forderungen klar und sicher formuliert?

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](mailto: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