



## **Auftritts-Coaching mit Klopftechnik nach Dr. M. Bohne Optimierung der Selbstdarstellung bei Bewerbungsgesprächen**

Sie geben Ihr Bestes, sind einmalig und dürfen sich durchaus mit Ihren Leistungen, Fähigkeiten, Ihrem Können und den Möglichkeiten zeigen oder doch nicht? Haben Sie bereits erlebt, dass Sie ihre persönliche Bestleistung nicht unbedingt dann abrufen können, wenn es um das Zeigen Ihres Könnens geht? Jegliche „Bühne“ fungiert hier als Vergrößerungsglas für das Selbstwertgefühl. Kennen Sie es, immer wieder unter Auftrittsstress zu stehen, nicht selten weil Ihr eigener Anspruch durchaus hoch ist. Gerade Repräsentanztermine verlangen in nur wenigen Minuten Ihr volles rhetorisches und fachliches Können. Womit nicht selten eine extrem hohe Erwartungsspannung verbunden ist. Fühlen Sie sich in Auftrittssituationen nicht wirklich wohl, können Sie sich und Ihr Können nur eingeschränkt präsentieren, was bedeutet, dass Sie schlichtweg schlechter „rüberkommen“ als Sie in Wirklichkeit sind. Über welche Fähigkeiten verfüge ich, um selbstsicher und authentisch aufzutreten? Welches sind die Faktoren meines Wohlergehens und meiner Sicherheit? Wie motiviere ich mich selbst? Und wie schaffe ich es mir zu glauben? Auf welche Verhaltensweisen verzichte ich besser bei einer Selbstdarstellung im „öffentlichen Bereich“? Diese und ähnliche Fragen werden in dieser Fortbildung beispielhaft erläutert.

Zeit: Di, 14.05.2019, 09:00-12:30 Uhr, 1 Termin

Ort: Hildesheim, Kaiserstraße 15, Raum 217, 2.OG

Zielgruppe: Wiedereinsteigerinnen und Aufsteigerinnen

Kosten: kostenfrei

Dozentin: Sabine Kaufmann

**Anmeldung:** Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft  
Hildesheim