

Das Gleichstellungsteam der Fakultät bietet für alle studierenden Frauen\* folgenden Workshop an:

### **„Die eigene Kompetenz sichtbar machen - sicher und souverän auftreten“**

In Zusammenarbeit, in Argumentation, Präsentationen und Gesprächen – ob face to face, telefonisch, per Mail oder Videokonferenz - geht es darum, fachlich zu überzeugen, Standpunkte zu vertreten, in Austausch auf Augenhöhe zu sein. Dabei hat auch unsere Art und Weise zu sprechen Wirkung: Wir können „von Herzen“ sprechen, sachbezogen und überzeugend wirken, klar in uns und bezogen auf unser Gegenüber. Oder unsicher, uneindeutig, nicht zu greifen.

In diesem Workshop arbeiten wir an der inneren (Einstellung, mentale Haltung) und äußeren Haltung, an Stimme und Sprache und Semantik (z.B. Wortwahl, „Emotionalität“ vs. „Rationalität“), und am eigenen Raum: Wertschätzung für sich selbst, Präsenz, innere Ruhe und Klarheit, die Wahrnehmung von sich und dem Gegenüber ermöglichen uns Freiräume – um sicher und klar aufzutreten, Gespräche aktiv und verbindlich zu gestalten, mit Freude und Gelassenheit da zu sein, und konstruktiv gemeinsam zu wirken.

Wir arbeiten durchgehend praktisch. Anliegen können eingebracht werden.

Teilnehmer: maximal 15

Trainerin: Anna Heidrun Schmitt, Kommunikationstrainerin (DGSS e.V.) und Coach, Initiatorin und langjährige Leiterin binationaler Projekte, Ausbilderin in partizipativem Projektmanagement.

**Termin: Freitag, 26. April 2024 von 11 bis 18 Uhr im Raum: FSR 2.5**

Bitte melden Sie sich bis zum 10. April 2024 bei Lioba Degenhardt (ldegenh@gwdg.de) an.