

# Die Kunst, sich zu behaupten. Ein Kommunikationstraining für Nachwuchswissenschaftlerinnen

Dr. Susanne Frölich-Steffen, [www.rede-schulung.de](http://www.rede-schulung.de)

Frauen erleben im Berufsleben oft, dass an sie widersprüchliche Erwartungen gestellt werden. Dies trifft in besonderer Weise auf die Wissenschaft zu. Sie sollen zwar bestimmt auftreten, von Ihnen werden jedoch gleichzeitig ein weicher Stil, eine vermittelnde Art und eine besonders hohe Sozialkompetenz erwartet. Das Seminar zeigt Techniken auf, um in gewinnender Art und Weise erfolgreich Verhandlungen zu führen und sich bei Studierenden, Kollegen und Vorgesetzten in Gesprächen klar zu positionieren. In vielen Übungssituationen haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, eigene Kommunikationsmuster zu durchschauen und neue kommunikative Werkzeuge kennenzulernen.

## *Themenschwerpunkte:*

- Gender & Sprache – sprachliche Geschlechterstereotypen durchschauen
- Diskussion – erfolgreich kontern können
- Sprache – durch Wortwahl gezielt verhandeln
- Stimme – durchsetzungsfähig sprechen
- Körpersprache – den Spiegel der Kommunikation beherrschen

## *Seminarablauf und -methoden:*

- Powerpoint-gestützter Vortrag der Dozentin mit interaktiven Elementen, Videosequenzen
- Einzel- und Gruppenarbeiten (u.a. Rollenspiele)
- Sensibilisierungsübungen

Zur Person: Dr. Susanne Frölich-Steffen, Rhetorik- und Kommunikationsberaterin. Bis 1998 Studium der Politikwissenschaften an der LMU München, 1998 – 2000 Personalreferentin einer mittelständischen Unternehmensberatung, 2000 - 2003 Promotion zum Dr. phil, 2000 - 2005 wissenschaftliche Mitarbeiterin am Geschwister-Scholl-Institut der LMU, seit 2005 Rhetorik- und Kommunikationsberatung.