

## Rhetorik für Frauen

Dieser Workshop richtet sich an Nachwuchswissenschaftlerinnen, die durch eine Sensibilisierung geschlechtstypischer Sprechmerkmale Instrumente kennenlernen möchten, um im beruflichen Alltag erfolgreicher zu kommunizieren. Sie erproben als Teilnehmerin konkrete Werkzeuge für einen souveränen Auftritt in Gremien- und Projektsitzungen, Konferenzen oder Lehrveranstaltungen.

Sie reflektieren gängige Stereotypen rund um Sprechen und Geschlecht – Sie erhalten Einblick in wissenschaftliche Studien hierzu. Im nächsten Schritt reflektieren Sie Ihr individuelles kommunikatives Verhalten: Durch welche (geschlechtstypischen) Merkmale zeichnet sich Ihr persönliches Sprechen aus? Was sind Ihre Stärken?

Sie erarbeiten unter Anleitung stimmliche und körpersprachliche Mechanismen, die ein gendersensibles und souveränes Auftreten fördern. Sie erlernen, sich selbstbewusst durchzusetzen und üben konkrete Techniken, die ein souveränes Auftreten in schwierigen Situationen ermöglichen. Es wird sowohl eine rederhetorische wie auch eine gesprächsrhetorische Perspektive betrachtet.

### Workshop-Inhalte

- Arbeit am individuellen Sprech- und Körperausdruck
- Die Stimme als Überzeugungsinstrument
- Reflexion der inneren Haltung
- Reaktionsmöglichkeiten in schwierigen Situationen
- Umgang mit Nervosität, Stressbewältigungstechniken

### Lehrmethoden

- Einzel- und Gruppenarbeit
- Kurzpräsentationen
- Strukturierte Kommunikationsübungen
- Feedback
- Input der Trainerin
- Plenumsdiskussion

