

## Zehn Gebote für den Erfolg der „Marke ICH“

**A**uf Einladung der Kommission für Chancengleichheit trafen sich 15 kombanerinnen und kombaner im September im dbb forum Königswinter, um sich rund um das Thema „Motivation und Erfolg im Berufsalltag“ zu informieren.

Mit diesem Angebot richtete sich die Kommission erstmals an Frauen und Männer. Der Erfolg gab den Organisatorinnen und Organisatoren recht: Die Mischung wurde von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern sehr positiv aufgenommen. Das Interesse an Kommunikation und Selbstmarketing scheint die Geschlechter gleichermaßen zu faszinieren.

Die renommierte Kommunikationstrainerin Caroline Krüll (bekannt aus Focus und N24) vermittelte nicht nur Techniken zur starken Rhetorik, sondern auch den Umgang mit eigenen Emotionen und Einstellungen.

Wichtige Schritte zum Erfolg sind zum Beispiel Selbstmarketing, der Einsatz von Stär-

ken und zielgerichtetes Handeln. Durch zahlreiche Übungen und Beispiele lernten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die eigene „Marke ICH“ nicht nur zu definieren, sondern sie in Zukunft auch stark zu präsentieren. Prozesse zur Selbst- und Fremdwahrnehmung, Kameratraining, Small Talk und Gestik rundeten das ganze Programm ab.

Die Gruppe beurteilte den Nutzen des Seminars so positiv, dass bereits der Wunsch nach einem Aufbauseminar geäußert wurde.

Rita Schroer

**Buchtipp:**  
**„Small Talk  
– Reden Sie sich  
zum Erfolg“**  
von Caroline Krüll  
(ISBN-10:  
3406577997,  
6,80 Euro)

