

Die ReflektierBAR: Fokus. Klarheit. Bewegung.

Impulse aus der ReflektierBAR – Selbstmarketing: Sichtbar werden auf die eigene Art

Hallo [Name],

echte Entwicklung entsteht dort, wo Reflexion auf Dynamik trifft. In diesem Impuls widmen wir uns einem Thema, das besonders im Kontext von beruflicher Sichtbarkeit und Karriereentwicklung zentral ist: dem **Selbstmarketing**.

Dabei wird Selbstmarketing oft missverstanden. Es geht nicht darum, sich zu verkaufen, sich in den Vordergrund zu drängen oder lauter zu sein als andere. Im Gegenteil: Im professionellen Kontext bedeutet Selbstmarketing, die eigene Haltung, Kompetenz und Erfahrung bewusst sichtbar zu machen – klar, authentisch und selbstkongruent.

1. Warum Selbstmarketing von zentraler Bedeutung ist

Gerade Frauen bringen viel Fachlichkeit, Verantwortungsbewusstsein und soziale Kompetenz mit. Und doch bleiben ihre Beiträge, Leistungen oder Perspektiven im Arbeitsalltag häufig weniger sichtbar. Nicht aus Mangel am Können, sondern aus inneren Haltungen, Prägungen und widersprüchlichen Erwartungen.

In Organisationen, Teams und Führungsstrukturen reicht gute Arbeit alleine oft nicht aus. Wahrgenommen wird, wer Orientierung gibt, sich positioniert und die eigene Rolle klar kommuniziert.

Professionelle Haltung: Selbstmarketing schafft die Grundlage dafür, ernst genommen zu werden – nicht trotz, sondern gerade wegen der eigenen Persönlichkeit.

2. Die Wirkung: Von der inneren Klärung zum äußeren Auftreten

Wirksames Selbstmarketing beginnt nicht bei Strategien, sondern bei der **inneren Klärung**. Bevor Sie im Außen wirken, gilt es, grundlegende Fragen für sich zu beantworten:

- **Wofür stehe ich** fachlich und persönlich?
- **Was bringe ich ein** – und was nicht?
- **Wie möchte ich** wahrgenommen werden?

Wenn diese Fragen geklärt sind, verändert sich auch das äußere Auftreten. Gespräche werden klarer, Entscheidungen stimmiger, Auftritte souveräner. Viele Frauen erleben dadurch mehr Sicherheit, weniger Rechtfertigungsdruck und eine neue Selbstverständlichkeit beruflichen Handelns.

3. Selbstmarketing als Haltung

Selbstmarketing ist keine Technik und kein kurzfristiges Werkzeug. Es ist eine professionelle Haltung, sich selber ernst zu nehmen, den eigenen Platz einzunehmen und die eigene Arbeit sichtbar zu vertreten.

- **Nicht laut.**
- **Nicht angepasst.**
- **Sondern klar.**

4. Methodischer Impuls

„Selbstreflexiver Vorbereitungscheck“ - für wichtige Meetings. Hier finden Sie eine Methode, um sich im Vorwege zu einem für Sie relevanten Meeting selbst zu vergewissern und gestärkt in den Termin zu gehen: <https://www.die-reflektierbar.de/newsletter/>

5. Praxis & Austausch

Wir bauen unser Angebot an Workshops weiter aus, um dieses Thema gemeinsam mit Ihnen zu vertiefen. Lassen Sie uns die eigene Sichtbarkeit nicht dem Zufall überlassen.

Frau Dr. Jung bietet am **02.09.2026** von **9:30 Uhr** bis **16:30 Uhr** einen Workshop zum Thema Selbstmarketing für Frauen in Wiesbaden-Biebrich an. Hier finden Sie weitere Informationen: <https://www.die-reflektierbar.de/weiterfuehrende-angebote/>

Ihre ReflektierBAR

Dr. Heike Jung, Diana Bruski, Nina Schmidt, Karla Fest, Michael Waller, Katrin Stallmann und Valerie Rothe