

23. Januar 2026

Gleichstellung

Reihe "Frau & Beruf": Umgang mit dem Imposter-Phänomen

Referentin Claudia Hoffmann gibt Impulse aus der Psychologie und Praxis // Termin am Donnerstag, 5. Februar 2026, im Europahaus

Die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Bocholt lädt im Rahmen der Reihe "Frau & Beruf" zu einem Vortrag über das sogenannte Imposter-Phänomen ein. Am Donnerstag, 5. Februar 2026, referiert die Coachin Claudia Hoffmann im Europahaus über Wege zu mehr Selbstwertgefühl. Interessierte Frauen können sich ab sofort für die Veranstaltung anmelden.

Viele Frauen kennen das Gefühl, trotz beruflicher Erfolge, Verantwortung im Ehrenamt oder in Führungsrollen an den eigenen Fähigkeiten zu zweifeln. Dieser innere Eindruck, den Anforderungen eigentlich nicht zu genügen oder weniger kompetent zu sein, als es von außen wahrgenommen wird, ist als Imposter-Phänomen bekannt. Ein interaktiver Vortrag im Europahaus Bocholt widmet sich diesem Thema und zeigt auf, wie Frauen diesen Gedanken mit Klarheit und Selbstmitgefühl begegnen können.

Die Veranstaltung trägt den Titel "Ich kann das. Wirklich" und zielt darauf ab, Mechanismen der Selbstzweifel besser zu verstehen. Referentin Claudia Hoffmann, tätig als Beraterin und Coachin, wird an diesem Abend Impulse aus der Psychologie sowie praxisnahe Werkzeuge vorstellen. Ziel ist es, den Teilnehmerinnen Strategien an die Hand zu geben, um den eigenen Selbstwert zu stärken und den beruflichen sowie privaten Alltag mit mehr Leichtigkeit zu gestalten. Neben dem fachlichen Input ist Raum für Reflexion und den gemeinsamen Austausch vorgesehen.

Bocholts Gleichstellungsbeauftragte Astrid Schupp lädt alle interessierten Frauen zu diesem Abend ein. Die Veranstaltung beginnt um 19:00 Uhr im Raum Frankreich des Europahauses an der Adenauerallee 59. Das Angebot ist Teil der etablierten Reihe "Frau & Beruf" der kommunalen Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Borken. Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Registrierung möglich. Anmeldungen werden online über die Webseite des Kreises Borken unter der Rubrik "Veranstaltungen Gleichstellung" entgegengenommen: <https://www.kreis-borken.de/de/veranstaltungen-gleichstellung/index.php>



© tiwigrafie

Referentin Claudia Hoffmann gibt Impulse aus der Psychologie und Praxis