

## EXPERTEN-INTERVIEW

### Sympathie und Erfolg durch gelungene Selbstdarstellung



**Der Wirtschafts- und Sozialpsychologe Cristián Gálvez („Du bist, was du zeigst!“, Knauer, 12,95 €)**

#### ■ Selbstdarstellung – das hört sich aber negativ an ...

Ist es aber nicht. Um das zu verstehen, muss man sich über zwei Dinge klar sein. Erstens: Alles, was ich tue, die Art, wie ich mich kleide, was ich sage und wie ich es sage, wirkt nach außen. Denn: Du bist, was du zeigst.

Zweitens: Man kann niemals alle Facetten von sich zeigen. Man wählt immer aus.

#### ■ Und dann zeige ich nur die guten Facetten von mir?

Nein, so ist das nicht gemeint. Ich mache mir nur Gedanken darüber, was ich nach außen zeige und wie es wirkt. Schauspielern bringt da nichts, denn nur was echt ist, kann das Gegenüber echt berühren. Das merkt man bei Kindern: Sie lieben es, sich selbst darzustellen, ihr Ich auf die

Bühne zu bringen. Und sie kommen super damit an – weil sie echt sind. Und weil sie keine Hemmungen haben, sich selbst in ein gutes Licht zu rücken.

Um gut anzukommen und sich angemessen darzustellen, braucht es also Selbsterkenntnis und Begeisterung für das eigene Ich. Und den Mut, nicht perfekt sein zu müssen. Wer eine Schwäche liebevoll annimmt, kann hieraus eine echte Stärke machen – und sie auch zeigen.