

SEMINAR PROGRAMM 09

27. bis 29.
März 2009

Meine Wirkung in der täglichen Kommunikation

Selbstpräsentation, Rhetorik & Auftreten

Referentin | Dipl.-Soz. Elisabeth Preinl-Keinrath

24. bis 26.
April 2009

„Konflikt-Kultur“

Konstruktive Kommunikation im Spannungsfeld zwischen
Konfrontation und Kooperation

Referentin | Antonia Cicero

02. bis 04.
Oktober 2009

Selbstmanagement und Selbstcoaching

Wege zu neuer Motivation und besserer Selbstorganisation

Referent | Mag. Bernd Lunglmayr

06. bis 08.
November 2009

Texte, die ankommen

Eine Schreibwerkstatt

Referent | Mag. Christian F. Freisleben-Teutscher

27. bis 29.
März 2009

Meine Wirkung in der täglichen Kommunikation

Selbstpräsentation, Rhetorik & Auftreten

SEMINARZIEL | Das Seminar bietet Ihnen eine Weiterentwicklung der Kommunikationskompetenz, um Ihre verbale und nonverbale Ausdruckskraft zu stärken und nachhaltige Optimierung Ihrer Kommunikation und Selbstpräsentation durch souveränes, authentisches Auftreten.

SCHWERPUNKTE

- Mechanismen und Bedeutung des ersten Eindrucks
- Selbst- und Fremdwahrnehmung als Basis der Kommunikation
- Zusammenhänge zwischen Selbstpräsentation und Selbstvertrauen
- Visuelle Kommunikation authentisch anwenden
- Verbale und nonverbale Kommunikation
- Werkzeuge: Visualisierungen und Leitsätze
- Körpersprache, Innere- und Äußere Haltung
- Stress-Symptome bewusst "auflösen" können
- Stärkung des kompetenten Ausdrucks und der Präsenz

REFERENTIN | *Dipl.-Soz. Elisabeth Preindl-Keinrath*
Kommunikationstrainerin und Coach

24. bis 26.
April 2009

„Konflikt-Kultur“

Konstruktive Kommunikation im Spannungsfeld
zwischen Konfrontation und Kooperation

SEMINARZIEL | Ob Konflikte Zusammenarbeit und Kommunikation blockieren oder für beide Seiten konstruktiv gelöst werden, ja bisweilen sogar notwendig und fruchtbar wirken können, hängt vor allem davon ab, wie sie ausgetragen werden.

In diesem Seminar lernen Sie, vermeidbaren Konfrontationen vorzubeugen, Eskalationen zu vermeiden, notwendige Auseinandersetzungen aber auszutragen und konstruktiv zu lösen oder zu regeln. Das erreichen Sie nicht zuletzt durch die Bereitschaft, Ihre Glaubenssätze, Ihre Verhaltensweisen und Ihre Rollen in Konflikten kritisch zu hinterfragen und neue Lösungsstrategien zu entwickeln.

SCHWERPUNKTE

- Konflikt: Funktionen, Abläufe, Mechanismen
- Individuelle Konfliktmuster
- Wertschätzende Kommunikation
- Deeskalationsstrategien und Kriseninterventionsmöglichkeiten
- Gelassener Umgang und emotionale Stabilität in Konfliktsituationen
- Konflikte klären, regeln oder lösen
- Gemeinsam zu Win-Win-Situationen

REFERENTIN | *Antonia Cicero*
Trainerin, Beraterin und Fachautorin

02. bis 04.
Oktober 2009

Selbstmanagement und Selbstcoaching

Wege zu neuer Motivation und besserer Selbstorganisation

SEMINARZIEL | Wie kann ich mich in herausfordernden und lähmenden Situationen wieder selbst motivieren und zu meinen Kraftquellen finden? Was hilft mir, erfolgreich Ziele zu verfolgen und mein Leben in Balance zu halten? Wie kann ich in der Fülle meiner Aufgaben den Überblick bewahren und mich optimal organisieren? In diesem Seminar lernen Sie Wege zur Selbstmotivation kennen, beschäftigen sich aktiv mit Ansätzen, wie Sie sich in herausfordernden Situationen „selbst coachen“ können, und verbessern Ihre Selbstorganisation.

SCHWERPUNKTE

- Selbstmotivation
- Techniken des Selbstcoachings in herausfordernden Situationen
- Persönliches Leitbild
- Analyse des persönlichen Arbeitsverhaltens
- Grundprinzipien des Zeitmanagements
- Werkzeuge der Selbstorganisation
- Prioritätensetzung

REFERENT |

Mag. Bernd Lunglmayr

Organisationsberater, Führungskräftetrainer und Coach

06. bis 08.
November 2009

Texte, die ankommen

Eine Schreibwerkstatt

SEMINARZIEL | Die ehrenamtliche Tätigkeit im Non-Profit-Bereich beinhaltet immer öfter die Herausforderung darüber in Form von Texten berichten zu sollen. Und das möglichst kontinuierlich, zusätzlich neben allen anderen Aufgaben...

Was interessiert Außenstehende überhaupt von unserer Arbeit? Und wie soll ich das in aller Kürze formulieren, ohne dass die Substanz verloren geht? In dieser Schreibwerkstatt werden unterstützende, konkrete und alltagstaugliche Werkzeuge vermittelt.

SCHWERPUNKTE

- Kennenlernen verschiedener stilistischer Möglichkeiten
- Was meine Geschichte/meinen Bericht interessant macht
- Tipps für die Informationssuche & das Thematisieren von Inhalten
- Informationen auf den Punkt bringen ohne banal zu werden
- Möglichkeiten & Grenzen des Einbeziehens von Zielgruppen bei der Gestaltung von Texten

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte, wenn vorhanden, eigene Texte mitnehmen bzw. Unterlagen zu kommenden Themen/Veranstaltungen/Aktionen.

Wer es gewohnt ist, am Computer zu schreiben: Wenn möglich Laptop mitbringen.

REFERENT |

Mag. Christian F. Freisleben-Teutscher

Journalist, Trainer und Referent

Infos zu den Seminaren

Dauer	jeweils von Freitag, 18.00 Uhr bis Sonntag, 13.00 Uhr
Seminarort	Seminarhotel Freunde der Natur Wiesenweg 7, 4582 Spital am Phyrn Tel.: 07563/681 www.naturfreundehotel.at (mit der Bahn erreichbar)
Seminarkosten	Die Seminarkosten werden (in Absprache) von der entsendenden Organisation bezahlt (Selbstbehalt pro TeilnehmerIn: Euro 45,-). Die Seminarkosten für externe TeilnehmerInnen betragen Euro 345,-. Die Seminarkosten beinhalten Unterkunft im Doppelzimmer (Einzelzimmerzuschlag auf Anfrage) und Vollpension.
Zielgruppe	besonders Ehren- und Hauptamtliche, die sich weiterbilden und vernetzen wollen.
Organisation	Die Plattform freiwilligenakademie bietet seit Jahren erfolgreich Weiterbildungen für Ehren- und Hauptamtliche an. Anmeldung zu den Seminaren über folgende Mitgliedsorganisationen:



Naturfreunde Österreich
www.naturfreunde.at



Katholische Jugend Österreich
www.kath-jugend.at



Selbstbestimmt-Leben-Initiative OÖ
www.sli-ooe.at



Evangelische Jugend Österreich
www.ejoe.at



Evangelische Frauenarbeit
www.evang.at/frauenarbeit



Kolping Österreich
www.kolping.at



Diakonie Österreich
www.diakonie.at



KUPF - Kulturplattform OÖ
www.kupf.at



IG Kultur Österreich
www.igkultur.at



Evangelische Akademie Wien
www.evang-akademie.at

Impressum

freiwilligenakademie
Gumpendorferstr. 63B, 1060 Wien
www.freiwilligenakademie.at