



Ehrenamtsakademie

18.01.2020, 09:00 Uhr



Meine Stärken nutzen!

Volkshochschule, Raum 17

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Ihre eigenen Stärken verstehen und in Einklang mit den Stärken anderer bringen.

Kosten: 68,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

13.02.2020, 09:00 Uhr



Richtig streiten! - Konfliktmanagement und Deeskalation

vhs, Raum 13

In diesem Seminar lernen Sie, mit Differenzen, Frust und Konflikten lösungsorientiert umzugehen und sie in kreative Prozesse zu verwandeln.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

14.02.2020, 08:30 Uhr



Richtig streiten! - Konfliktmanagement und Deeskalation

vhs, Raum 13

In diesem Seminar lernen Sie, mit Differenzen, Frust und Konflikten lösungsorientiert umzugehen und sie in kreative Prozesse zu verwandeln.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

03.03.2020, 09:00 Uhr



Der erste Eindruck - Überzeugen mit einer souveränen Körpersprache

juks, Raum 25

Wir wirken immer - die Frage ist nur wie? Unsere Körpersprache - Haltung, Gestik, Mimik - und die Stimme machen über 90 % unserer Wirkung aus. In diesem Workshop erhalten Sie wertvolle Tipps und Tricks, wie Sie die eigene Körpersprache im Alltag gezielt einsetzen und gleichzeitig die Ihrer Mitmenschen entschlüsseln können. So zeigen Sie sich immer von Ihrer besten Seite - egal, ob im Berufs- oder Privatleben. Sie bekommen das nötige Handwerkszeug, um bei anderen Menschen schnell Sympathie und Vertrauen zu erzeugen. Sie lernen Tipps und Tricks kennen, die Ihnen helfen, schnell eine positive Beziehung zu anderen Menschen herzustellen und mit ihnen auf eine Wellenlänge zu kommen. Sie erfahren außerdem, wie Sie Ihre Stimme sowohl am Telefon als auch in persönlichen Gesprächen oder bei Präsentationen optimal nutzen können und sicher wirken.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

20.04.2020, 09:00 Uhr



Wie sag ich es nur? - Feedbacktechniken für kritische und unangenehme Themen

vhs, Raum 21

Möchten Sie auch manchmal Dinge ansprechen, die nicht nach Ihren Vorstellungen laufen oder jemandem eine Rückmeldung zu einem unerwünschten Verhalten geben -- aber Sie wissen nicht, wie Sie es wertschätzend ausdrücken können? Gerade in schwierigen Gesprächssituationen ist das Geben und Nehmen von konstruktivem Feedback eines der bedeutendsten Instrumente für einen positiven Gesprächsverlauf. In diesem Seminar lernen Sie, mit einfachen und einprägsamen Methoden und Gesprächstechniken, kritische Themen mit dem nötigen Fingerspitzengefühl so anzusprechen, dass Ihr Gegenüber es gut annehmen kann.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

19.05.2020, 09:00 Uhr



Menschen lesen: Körpersprache entschlüsseln und Emotionen treffsicher erkennen

juks, Raum 25

Mit diesem Workshop bekommen Sie das nötige Handwerkszeug, um mikromimische und gestische Signale zu verstehen, die die allermeisten Menschen nicht einmal bemerken. Sie lernen, Menschen und deren Emotionen zu lesen und zu entschlüsseln.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

28.05.2020, 09:00 Uhr



Arbeitsplatzorganisation - Beruflich und privat mehr Effizienz und Ordnung

vhs, Raum 21

Sie erfahren alles über eine durchdachte und durchschaubare Ablage mit System. Anstelle von Papierstapeln und überquellenden Aktenschränken etablieren Sie einen funktionierenden und reibungslosen Informationsfluss. Sie lernen, wie Sie schnell und einfach entrümpeln und Ihr Arbeitsplatz für immer aufgeräumt bleibt. Ihre Unterlagen und Dateien sind griffbereit und aktuell. So können Sie Ihren Arbeitsplatz optimal strukturieren und dadurch viel Zeit, Energie, Platz und Kosten einsparen.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

08.07.2020, 09:00 Uhr



Entscheidungen schnell und sicher treffen

vhs, Raum 23

Täglich müssen wir Entscheidungen treffen, sei es beruflich oder privat. Manchmal einfache, manchmal komplizierte. Das fällt uns nicht immer leicht, da wir die Folgen oft nicht abschätzen können. Wie man zielgerichtet und mit System entscheidet, lernen Sie in diesem Seminar. Sie erfahren, welcher Entscheidungstyp Sie sind und wie Sie Ihre Stärken nutzen und Ihre Begrenzungen mit den passenden Techniken ausmerzen können. Außerdem lernen Sie durch eine Werteanalyse Ihre wichtigsten Werte kennen und wie Sie diese als inneren Kompass nutzen können, um den richtigen Weg einzuschlagen. Zudem bekommen Sie die wichtigsten Methoden an die Hand, die Sie zur bestmöglichen Entscheidung führen. Sie können so leichter und treffsicherer entscheiden.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche

10.07.2020, 09:00 Uhr



Erfolgreich im Team - Gekonnte Kommunikation mit unterschiedlichen Persönlichkeitstypen

vhs, Raum 23

Wie ticke ich? Wie ticken meine Kollegen? Um sich in einem Team erfolgreich zu positionieren und überzeugend kommunizieren zu können, ist es wichtig, die eigene Persönlichkeit und die anderer Menschen gut einschätzen zu können. In diesem Workshop erfahren Sie, welcher Persönlichkeitstyp Sie sind und welche Stärken damit verbunden sind. Denn persönliche Stärke ist kein Zufall und persönlichkeits- und stärkeorientierter Einsatz sind wichtige Erfolgsfaktoren für gelungene Teamarbeit. Außerdem lernen Sie, andere Menschen zu analysieren und deren Persönlichkeitstyp schnell zu erkennen. Darüber hinaus erhalten Sie Tipps und Tricks, wie Sie die jeweiligen Typen für sich gewinnen und leichter überzeugen können.

Kosten: 69,00 €, 50 % Ermäßigung für Ehrenamtliche