

**IHR ERFOLG.  
UNSER ZIEL.**



**TAGUNGEN | SEMINARE | LEHRGÄNGE**

# **SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ**

**2021**

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### INHALTSÜBERSICHT

SEITE

Der Auszug „Sozial- und Methodenkompetenz“ ist in folgende Themenbereiche gegliedert:

<b>Arbeits-, Zeit-, Selbstmanagement und Gesundheit</b>	1
Hier finden Sie Seminare zur Arbeits- und Selbstorganisation, zum Home-Office sowie zur körperlichen und psychischen Balance.	
<b>Präsentation, Kommunikation, Körpersprache und Teamwork</b>	12
In diesem Themenbereich finden Sie ein umfangreiches Angebot an Seminaren u. a. zu Methoden der Präsentation und Moderation, Rhetorik, nonverbaler Kommunikation, Schlagfertigkeit und Teamarbeit.	
<b>Mentale Leistungsfähigkeit</b>	27
Dieser Abschnitt beinhaltet Seminare zu Konzentrationsfähigkeit, Entscheidungsfindung und Lesetechniken.	
<b>Menschenkenntnis und Konfliktmanagement</b>	28
In diesem Themenbereich befinden sich Seminare zur Menschenkenntnis und zum Umgang mit Konflikten.	
<b>Kundenorientierung</b>	32
Hier finden Sie Seminare zum persönlichen und telefonischen Kundenkontakt sowie zum Beschwerdemanagement.	
<b>Seminare für Frauen</b>	33
Dieser Abschnitt widmet sich Seminaren speziell für Frauen.	
<b>Soziale Kompetenzen für Auszubildende</b>	34
Dieser Themenbereich beinhaltet spezifische Seminare für Auszubildende.	

#### Information

Wir passen unsere Veranstaltungen an die jeweils aktuelle Entwicklung der Corona-Rahmenbedingungen an.

Geplante Präsenz-Veranstaltungen werden dann ggfs. als HYBRID-SEMINAR oder LIVE-WEBINAR angeboten.

Wir informieren Sie aktuell und zeitnah!

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### ARBEITS-, ZEIT-, SELBSTMANAGEMENT UND GESUNDHEIT

#### Informationen immer schneller - immer mehr?

##### - Strategien für ein persönliches Informations- und Wissensmanagement

- Umgang mit der Flut an Informationen
- Zugangskanäle und Informationsquellen
- Informationen zielorientiert bearbeiten und organisieren und in Wissen umwandeln
- Beispiele für Lese- und Lerntechniken
- Eigene Maßnahmenplanung zur Entschärfung der Informationsflut

**Zielgruppe** Alle, die sich von der Informationsflut betroffen fühlen und persönliche Strategien entwickeln möchten, um mit Informationen, deren (Weiter-)Bearbeitung und Aufnahme noch besser umzugehen

**Dozent(en)** Sylvia Wagner, Coaching, Mediation, skillconcept, Ludwigsburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41005S	05.05.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

#### Innovationsmanagement - Effektiver Umgang mit Ideen

- Die Phasen von Innovationsprozessen
- Eine Innovationsstrategie entwickeln
- Wo gute Ideen herkommen
- Innovationsphasen und Innovationsprozesse gestalten
- Umgang mit Störungen

**Dozent(en)** Oliver Dorgerloh, Dipl. Sozialwissenschaftler, Systemischer Berater, Coach & Supervisor

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41006F	22.11. - 23.11.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

#### Raus aus der Multitaskingfalle! Rein in einen klaren Fokus für gute Ergebnisse!

- Entlarven Sie Ihre Aufmerksamkeitskiller wie etwa Multitasking & Co.
- Höhen und Tiefen Ihrer Konzentration und wie Sie damit umgehen
- Strategien für produktives Arbeiten, selbst wenn die Aufgaben sperrig sind
- Welche Art von Pausen Ihrer Konzentration guttun
- Umgang mit Unterbrechungen - extern und intern

**Zielgruppe** Mitarbeiter/innen, die ihre Aufgabenvielfalt effektiver bewältigen und ihre Konzentration stärken möchten

**Dozent(en)** Margit Reinhardt, Trainerin, Lernbegleiterin und Business Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41010S	20.05.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Die E-Mail-Flut beherrschen

#### - Informationsmanagement optimieren und professionell kommunizieren

- Den elektronischen Schreibtisch professionell organisieren und den Posteingang effizient gestalten
- Nichts vergessen - die moderne E-Mail-Wiedervorlage und die richtige Ablagestruktur für E-Mails
- Hybride Akten: Wie Sie Elektronik und Papier parallel führen
- Wie Sie lange E-Mail-Listen nach Abwesenheit methodisch richtig abarbeiten
- Aufbau der Betreffzeile und Fehler beim Versenden von Dateianhängen
- Ist eine E-Mail im Streitfall vor Gericht gültig?

**Zielgruppe** Fach- und Führungskräfte, die durch richtige Organisation und professionellen Arbeitsstil, mit großem Mailaufkommen mühelos fertigwerden wollen und deren Kommunikationsstil auf Gesprächspartner/innen sympathisch wirken und eine positive Außenwirkung erzielen soll

**Dozent(en)** Gunter Meier, freier Berater und Trainer für die Themen Informationsflut, E-Mail-Kommunikation, Organisation und Arbeitsmethodik, Schwabach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41040F	18.05.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR
2021-41040K	29.06.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA
2021-41041F	11.10.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR
2021-41040S	16.11.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Büromanagement & Selbstorganisation

#### - Effizienz der Eigen- und Team-Organisation stärken

- Ordnung als Erfolgsfaktor: Die besten Strategien zum professionellen Entrümpeln
- Die Ablage in einen zentralen Infopool mit integrierter Wiedervorlage verwandeln
- Schriftgutmanagement - laufende Vorgänge im Blick ohne Aktenstapel
- Hybride Akten: Wie Sie Elektronik und Papier parallel führen
- Prinzipien moderner Arbeitsmethodik und die häufigsten Ursachen für Störungen; Flexibilität versus Planung

**Zielgruppe** Fach- und Führungskräfte, die durch klare Strukturen und optimale Arbeitsweise einen guten Überblick und laufende Vorgänge im Griff haben, sowie produktiven Stress und unnötige Kraftverschwendung vermeiden möchten

**Dozent(en)** Gunter Meier, freier Berater und Trainer für die Themen Informationsflut, E-Mail-Kommunikation, Organisation und Arbeitsmethodik, Schwabach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41045K	13.04.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA
2021-41044F	19.05.2021	Freiburg	238,00 EUR		VWA FR
2021-41044S	01.07.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA
2021-41046K	17.11.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Machbarkeit statt Perfektionsstreben

#### - Wie Sie aus dem Hamsterrad der "Perfektion" aussteigen

- Welche Psychologie verbirgt sich hinter dem eigenen Perfektionsstreben?
- Welche Strategien ermöglichen eine Machbarkeit ohne schlechtes Gewissen?
- Wie steige ich aus den unterschiedlichen Erwartungsfeldern aus?
- In welchen Lebensbereichen gehe ich sorgsamer mit meinem Perfektionsstreben um?
- Wie fördere ich meine innere Zufriedenheit?

**Zielgruppe** Führungskräfte und Mitarbeiter/innen, die einfache Wege und nützliche Strategien hin zu einem gesunden Perfektionismus suchen

**Dozent(en)** Sabine Alexandra Grebe, Trainerin und Speaker im Bereich Führung, Team und Gesundheitsmanagement, Leonberg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41065S	06.10.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Emotionale Intelligenz

#### - Die zweite Hälfte der Klugheit

- Verschiedene Formen der Intelligenz und was sie bedeuten
- Eigene Gefühle, Stärken und Schwächen kennen und steuern
- Die innere Balance finden und halten
- Umgang mit Frustration, Wut, Ärger und Stress
- Soziale Kompetenz: Die Gefühle Anderer besser wahrnehmen und ihre Verhaltensweisen besser verstehen

**Zielgruppe** Alle, die mehr zur emotionalen Intelligenz erfahren möchten und diese ausbauen wollen

**Dozent(en)** Elfi Gerhardt, Dipl.-Theologin, Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Aichhalden

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41070S	09.03.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Emotionale Intelligenz

#### - Geschickt im Umgang mit Menschen

- Menschenkenntnis: Andere wahrnehmen, Unterschiede erkennen und achten
- Wertschätzung als Basis von Beziehungen, respektvolle Kommunikation konkret
- Balance von Teamfähigkeit und Selbstbehauptung, Durchsetzungs- und Anpassungsfähigkeit
- Positive Anerkennung: Andere begeistern und gewinnen
- Ärger und Enttäuschung konstruktiv verarbeiten

**Zielgruppe** Alle, die mehr zur emotionalen Intelligenz erfahren möchten und diese ausbauen wollen

**Dozent(en)** Elfi Gerhardt, Dipl.-Theologin, Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Aichhalden

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41074S	21.09.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Selbst- und Zeitmanagement

- Bedeutung der Zeit und Erkennen von Zeitdieben
- Tages-, Wochen- und Monatsplanung
- Prioritätensetzung und Delegationsregeln
- Wie beginne und beende ich meinen Tag?
- Auswirkungen der persönlichen Leistungskurve
- Umgang mit Zeitplanbuch, elektronischer Zeitplanung und Checklisten

**Dozent(en)** Michael Kimmelmann, Rhetorik-, Verkaufs- und Kommunikationstrainer

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41075S	16.06.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Selbst- und Zeitmanagement

- Wozu Zeitmanagement?
- Die Zeit-Balance, Zeitdiebe
- Die hohe Kunst der Zielformulierung
- Wie nutzen Sie Ihre eigenen Fähigkeiten optimal?

**Dozent(en)** Dipl.-Psychologin Doris Ebner-Fiedler

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41076F	19.04. - 20.04.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Selbst- und Zeitmanagement

- Grundlagen effektiven Selbst- und Zeitmanagements
- Kreislauf des Selbstmanagements: Zielsetzung, Organisation, Planung, Realisation und Kontrolle
- Persönlichkeits-Check: "typgerechtes" Selbst- und Zeitmanagement

**Dozent(en)** Dipl.-Volkswirt Clemens Salm, selbstständiger Berater und Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41077M	18.03.2021	Mannheim	225,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA MA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Alles im Griff? – Effektives Zeit- und Selbstmanagement

- Anforderungen des Arbeitsumfeldes: Multitasking und Taskswitching
- Zeitmanagement ist Selbstmanagement: Die Ebenen der Persönlichkeit, die veränderbar sind
- Zeitfresser erkennen und ausbremsen - Strukturierungs- und Planungshilfen
- Prioritäten - Das Paretoprinzip
- Das Arbeitsflussdiagramm: Die Geheimnisse erfolgreicher Arbeitsorganisation
- Tipps und Tricks zur persönlichen Organisation

**Zielgruppe** Mitarbeiter/innen aus allen Bereichen, die ihre Zeit im Berufsalltag effektiver nutzen wollen

**Dozent(en)** Eva Himmelsbach, Dipl.-Psychologin, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Beraterin und Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41078K	13.07.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Authentisch, souverän und mit sich selbst im Reinen

#### - Das Innere Team als Methode zur Selbstklärung und zum Selbstmanagement

- Einführung in das Modell vom Inneren Team (Friedemann Schulz von Thun)
- Innere Pluralität als Reichtum und Chance
- Unerkannte Ambivalenzen und innere Zerrissenheit als Ursache von z. B. Stress, Unzufriedenheit und Konflikten
- Eigene Motive, Bewertungen, Überzeugungen und Emotionen kennen und benennen
- Innere „Ratsversammlung“ abhalten, „Innere Teamentwicklung“ fördern
- Anwendungsmöglichkeiten kennenlernen und ausprobieren (z. B. schwierige Beziehungen „entwirren“)

**Zielgruppe** Alle, die mehr zum Inneren Team erfahren und ihr Selbstmanagement ausbauen möchten

**Dozent(en)** Elfi Gerhardt, Dipl.-Theologin, Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Aichhalden

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41080S	30.11.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Erfolgreiches Selbstmanagement

#### - Berufliche und private Ziele besser erreichen

- Neurowissenschaftliche Erkenntnisse zum menschlichen Lernen und Handeln
- Erarbeitung einer Strategie zur Erweiterung der persönlichen Selbstmanagementfähigkeiten
- Eigene und fremde Bedürfnisse/Ziele und deren Einfluss auf erfolgreiche Handlungsumsetzung
- Ziele und ihre Bedeutung; Hindernisse erfolgreicher Zielerreichung

**Zielgruppe** Alle, die ihr eigenes Arbeitsverhalten effizienter gestalten möchten und ihren Umgang mit Arbeitsbelastungen optimieren möchten

**Dozent(en)** Petra Rühle, Soziale Verhaltens- und Erziehungswissenschaften (M. A.), syst. Beraterin (SG), Gesundheitscoach (WISL)

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41082S	11.11.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Stressmanagement am Arbeitsplatz

- Leistung und Stress
- Persönlicher Stress
- Stressbewältigungsstrategien
- Stressreaktionen verändern

**Dozent(en)** Dipl.-Psychologin Doris Ebner-Fiedler

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41083F	12.07. - 13.07.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Gesund und leistungsstark

#### - Steigerung der individuellen Stressmanagementkompetenz

- Stress: Entstehung, Wahrnehmung und Bewältigung
- Auswirkungen von Stress auf Körper und Geist
- Mein "Stressmuster"
- Hinderliche und förderliche Stressgedanken, körperliche Aktivität als Stresspuffer
- Kognitive Stressbewältigungsstrategien
- Eigene Ressourcen (wieder)entdecken und erfolgreich nutzen

**Zielgruppe** Alle, die blockierende Stressgedanken ausschalten wollen, neue Stressbewältigungsstrategien kennenlernen und anwenden möchten und die eigene "Stressgrenze" erhöhen möchten

**Dozent(en)** Petra Rühle, Soziale Verhaltens- und Erziehungswissenschaften (M. A.), syst. Beraterin (SG), Gesundheitscoach (WISL)

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41084S	25.03.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Stress? Nein Danke!

#### - Gesund und leistungsfähig im Büro - ein umfassendes Antistress-Seminar

- Stress im Beruf? Stress im Privatleben? Krank durch Stress und Hektik? Muss das sein?
- Welche Möglichkeiten haben Sie Stress in Beruf und Privatleben zu vermeiden, zu verringern oder zu bewältigen?
- Das Seminar gibt Antworten und zeigt Lösungen für ein stressfreieres Leben!

**Zielgruppe** Alle Personen, die mit beruflichem und/oder privatem Stress konstruktiv und lösend umgehen wollen, um ihre Lebensfreude, Leistungsfähigkeit und Gesundheit zu erhalten oder zu fördern

**Dozent(en)** Rudolf W. Hege, Betriebswirt, Heilpraktiker

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41085K	13.12. - 14.12.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension



## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Aufrecht trotz Gegenwind - Resilienztraining

- Was ist Resilienz?
- Die sieben Säulen der Resilienz
- Resilienztest
- Die einzelnen Resilienzfaktoren ausbauen
- Wie steigere ich meine Resilienz?

**Dozent(en)** Rolf Breunig, Coach, Trainer und Supervisor

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41086F	13.10. - 14.10.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Erfolgsfaktor Resilienz

#### - Wie Sie Belastungen im Arbeitsalltag erfolgreich meistern

- Warum bleiben Menschen auch unter widrigen Bedingungen stark?
- Die drei Grundhaltungen für Resilienz
- Die vier Fähigkeiten für Resilienz
- Die eigene Resilienz fördern - eine Anleitung
- Konzepte der Transaktionsanalyse zeigen interessante Anwendungsmöglichkeiten für die Praxis

**Zielgruppe** Alle, die ihr "seelisches Immunsystem", ihre innere Stärke (weiter)entwickeln wollen, mit der selbst schwierigen Lebenssituationen wirksam begegnet werden kann

**Dozent(en)** Judith Meyer, Dipl.-Sozialarbeiterin, Transaktionsanalytikerin, Freiberg a. N.

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41087S	12.07.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Mit Zufriedenheit leistungsstark sein!

- Was ist Zufriedenheit im Job und wie entsteht Zufriedenheit eigentlich?
- Wie kann ich diese Faktoren selbst bestimmen und beeinflussen und wie erhalte ich mir meine innere Kraft?
- Die Kunst des positiven Denkens
- Was weiß die Wissenschaft, v. a. die Hirnforschung über diese Themen?
- Fokussierung steuern
- Wahrnehmungspänomene und Verarbeitungsmechanismen des Gehirns aktiv nutzen

**Dozent(en)** Dipl.-Betriebswirtin (FH) Gabriele Annemarie Forster, Managementberatung, Lerncoaching, Weinstadt

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41088S	10.11.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### NEU **Change-Management** **- Veränderungen mit Achtsamkeit meistern**

- Grundhaltungen und Methoden der Achtsamkeit
- Modelle des Change-Managements
- Achtsamkeit im Umgang mit Veränderungen
- Ressourcenaufbau mit positiver Psychologie
- Kollegiale Beratung zur Fallbearbeitung aus der Praxis
- Achtsamkeitsübungen für den Alltag
- Umsetzung mit Achtsamkeit

**Dozent(en)** Dipl.-Soziologin Sybille Gottlob, Systemischer Coach, MBSR Trainerin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41089S	27.04.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### NEU **Die Ruhe weghaben** **- Gelassen, entspannt und hoch engagiert arbeiten**

- Das richtige Maß an Engagement und die Kunst des Loslassens
- Mut zur Veränderung: Handlungsspielräume ausnutzen, aus der Opferrolle rauskommen
- Innere Distanz finden und innere Stressoren identifizieren
- Das Märchen vom Multitasking und falsche, verinnerlichte Glaubenssätze
- Mehr Selbstbestimmung durch Aufmerksamkeits-Fokussierung
- Kurze alltagstaugliche Übungen für Körper und Geist

**Dozent(en)** Elfi Gerhardt, Dipl.-Theologin, Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Aichhalden

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41090S	24.06.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### "Endlich über 50!"

#### Wie Sie sich neu entdecken und Veränderungen mitgestalten

#### - Stärken Sie Ihre Lern- und Veränderungskompetenz!

- Dranbleiben statt Komfortzone: Offen bleiben für Neues
- Einstellungen und Denkmuster - was hat sich verfestigt?
- Reflektieren Sie Ihren Lernweg - und schauen Sie neugierig in die Zukunft!
- Lernen Sie anders und auf jeden Fall abwechslungsreich!
- Was Sie alles in der Hand haben - Bewegung und der Umgang mit Stress
- Kreieren Sie Ihr persönliches Zukunftsbild

**Zielgruppe** Alle, die „schon“ 50 und mehr Jahre alt sind und die am Lernen dranbleiben und flexibel bleiben wollen, um trotz Routine und Erfahrung den Blickwinkel auch verändern zu können

**Dozent(en)** Margit Rheinhardt, Trainerin, Personalberatung

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41091K	21.07.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### NEU Älter werden im Beruf

- Persönliche Bilanz: Wo stehe ich heute nach vielen Berufsjahren?
- Chancen des Älterwerdens erkennen
- Wie kann ich meine Arbeitskraft gut erhalten?
- Stressresistenz erhöhen, Ziele setzen

**Dozent(en)** Ulf Tödter, Kommunikationstrainer, Coach und Fachbuchautor, Seminare & Coaching, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41092F	19.04. - 20.04.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Kopf- und Herzintelligenz in Einklang bringen

#### ... und damit flexibler, kommunikativer und gelassener reagieren!

- Die Kommunikationsfähigkeit verbessern
- Neue und kreative Lösungen finden für alte Konflikte und festgefahrene Situationen
- Entscheidungen leichter und sicherer treffen; Ärger und Wut in konstruktive Bahnen lenken
- Die eigene Gesundheit fördern und die der Kollegen, Vorgesetzten und Mitarbeiter
- Krisen besser bewältigen und unbeschadet überstehen

**Zielgruppe** Führungskräfte; Alle Mitarbeiter, die lernen wollen, gelassen mit Konflikten und schwierigen Situationen umzugehen, alle Mitarbeiter/innen, die ihre Kreativität steigern und ihre Entscheidungsfähigkeit verbessern wollen

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41093K	14.07. - 15.07.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Kopf und Herz in Balance!

#### - nachhaltig leistungsfähig im Beruf durch wirksame psychologische Selbstregulation

- Hintergründe und Auswirkungen zu den Themen Stress und zu Verfahren energetischer Psychologie
- "Stress-weg-in-Minuten"-Techniken zur Integration in den beruflichen und privaten Alltag
- Neurologische Balance-Übungen für mehr Energie und mit stressentlastender Wirkung
- Techniken zur natürlichen und intuitiven positiven Veränderung von festgefahrenen Situationen

**Zielgruppe** Alle, die bei beruflichen Belastungen oder in akuten Stresssituationen schnell und wirksam wieder ihre Balance und Energie zurückgewinnen wollen, um dauerhaft gesund und leistungsfähig zu bleiben

**Dozent(en)** Dipl.-Psychologe Ubaldo Hullin, Integrative psychologische Beratung, Stuttgart

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41094S	14.04.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Emotionale Angriffe abperlen lassen

- Gelassenheit als wesentliche Voraussetzung
- Der eigene Antreiber
- Eigene Emotionen kennen
- Umdeuten von Situationen
- Selbstbewusstsein stärken
- Selbstbehauptung

**Dozent(en)** Rolf Breunig, Coach, Trainer und Supervisor

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41095F	16.06. - 17.06.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

## NEU Regeneration - neue Kraft muss her

- Ressourcentraining zur Stärkung der psychosozialen Gesundheit
- Erkenntnisse zum Thema Stress und Strategien zum Stressabbau
- Achtsamer Umgang mit sich und dem Umfeld sowie Förderung von Gelassenheit und Ruhe durch Ruhetechniken
- Techniken für erholsamen Schlaf als Kraftquelle für den Tag (Schlafförderungstechniken)
- Aktive und Passive Regenerationsübungen (zur Umsetzung in den Alltag)

**Dozent(en)** Christiane Stütz, Trainerin, Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41096S	09.06.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA
2021-41096F	06.07.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR
2021-41096K	18.11.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Augenschule für Bildschirmtätigkeit

#### - Sehtraining als Teil der Betrieblichen Gesundheitsförderung

- Einführung in die Funktionsfähigkeiten der Augen im Zusammenspiel mit dem gesamten Organismus
- Aktive Belegung und Stärkung der Sehkraft sowie Förderung der Augenbeweglichkeit, Augenmuskeltraining
- Erweiterung des Peripheren Sehens - Nah- und Fernsehen (Akkommodation) sowie Stärkung der Fusionsfähigkeit (Beidäugigkeit)
- Spezielle Augenübungen direkt am Bildschirm und Entspannungs-/Regenerationsübungen

**Zielgruppe** Alle Mitarbeiter/innen, die viel am Bildschirm arbeiten und alle Interessierten, die ihre Augen stärken möchten

**Dozent(en)** Christiane Stütz, Trainerin, Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41098K	22.03.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA
2021-41098S	10.06.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA
2021-41099K	21.06.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA
2021-41098F	05.07.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

### NEU Gesundheit aktiv fördern im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements

- Die vier Säulen der Gesundheit
- Denkanstöße zur individuellen Gesundheit und Übungen zur Stärkung der allgemeinen Gesundheit
- Stressreaktionsebenen und die daraus resultierenden Präventionsmaßnahmen
- Gelenkwechselbeziehungen zur individuellen Anwendung im Alltag bei Schmerzen und Verletzungen

**Dozent(en)** Christiane Stütz, Trainerin, Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41099F	07.07.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### PRÄSENTATION, KOMMUNIKATION, KÖRPERSPRACHE UND TEAMWORK

#### Überzeugend Präsentieren

##### - Der gelungene Mix aus Persönlichkeit, Inhalt und Medieneinsatz

- Vorbereitung, Aufbau, Struktur und Gestaltung einer erfolgreichen Präsentation
- Persönliche Wirkung des Präsentierenden: Körpersprache und Stimme gezielt einsetzen
- Verständlich und anschaulich formulieren
- Zielgruppenorientierter Einsatz von Präsentationsmedien
- Umgang mit kritischen Situationen, Störungen, Lampenfieber
- Durchführung von Kurzpräsentationen mit (Video-)Feedback

**Dozent(en)** Evelyn Kälker, Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC), Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41100S	23.11. - 24.11.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

#### Sich selbst und ein Thema wirkungsvoll präsentieren

- Fachliche, methodische und persönliche Vorbereitung eines Vortrages und Aufbau einer Rede
- Auf die Sprache kommt es an - rhetorische Stilmittel
- Was tun bei Lampenfieber - sicheres Auftreten

**Zielgruppe** Alle Personen, die vor kleineren und größeren Gruppen reden und ihre Vortragsweise gerne verbessern möchten

**Dozent(en)** Evelyn Kälker, Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC), Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41105S	10.03. - 11.03.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

#### NEU Auf Ihre Wirkung kommt es an! In Präsentationen souverän und nachhaltig begeistern

- Konzentration auf Ihre Wirkung
- Präsentationen vom Publikum her denken und aufbauen
- Strategien mit denen Sie Ihre Zuhörer fesseln und überzeugen können
- Möglichkeiten sich selbst oder das eigene Unternehmen wirkungsvoll und unterhaltsam zu (re)präsentieren
- Frei sprechen - aber wie?

**Zielgruppe** Alle, die bei ihren Präsentationen durch eine souveräne, kraftvolle Ausstrahlung ihre Zuhörer gewinnen möchten

**Dozent(en)** Harald Gumbel, Sozialwissenschaftler, Psychotherapeut, Berater und Trainer für Kommunikations- und Führungskompetenz, Stuttgart

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41107S	13.07.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Pitchtraining - Kurzpräsentationen erfolgreich gestalten

- Kommunikation in maximal 90 Sekunden gestalten
- „Und was machen Sie denn so?“ Pitch-Gelegenheiten erkennen und nutzen
- Inhaltliche Essenz und Kernbotschaft formulieren
- Kleine Präsentation mit großer Wirkung
- Kompetenz, Expertise und Knowhow auf den Punkt bringen
- Mein Gegenüber überzeugen statt überreden

**Zielgruppe** Alle, die ihre Präsentationskompetenzen weiterentwickeln möchten

**Dozent(en)** Dr. Simone Richter, Kommunikationstrainerin, Journalistin und Publizistin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41110S	15.11.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Rhetoriktraining - Grundlagen

#### - Fachliche, persönliche und methodische Schlüsselkompetenzen

- Grundlagen für erfolgreiche Reden (ohne Medien)
- Wie gewinne ich das Interesse des Zuhörers?
- Wie begeistere ich durch Sprache und Körpersprache?
- Wie überzeuge ich als Person und in der Sache?
- Wie fessele ich die Zuhörer durch Sprache und Blickkontakt?

**Zielgruppe** Mitarbeiter/innen, die kleinere oder größere Reden halten (müssen) (Sachbearbeiter- bis Abteilungsleiterenebene)

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41121K	10.03. - 11.03.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Rhetorik - souverän und überzeugend auftreten

- Fachliche Themen spannend und anschaulich vermitteln
- Rhetorische Stilmittel für eine lebendige Rede einsetzen
- Das Stichwortverzeichnis als Leitfaden freien Sprechens
- Mit Körpersprache das Gesagte wirkungsvoll unterstreichen
- Mit Ausstrahlung und persönlicher Präsenz auftreten
- Abbau von Lampenfieber

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41124F	03.05. - 04.05.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR
2021-41125F	04.10. - 05.10.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Der sichere Auftritt - Nie mehr Lampenfieber!

#### - Sicher und souverän auftreten vor kleinen und großen Gruppen

- Wie kann Lampenfieber in notwendige Spannung umgewandelt werden?
- Wie kann sinnvolle Spannung gute Ergebnisse erzeugen?
- Ist es überhaupt möglich Lampenfieber ganz loszuwerden?
- Welche Tipps und Tricks helfen Ihnen sicher und souverän aufzutreten und zu überzeugen?
- Welche Kommunikationswerkzeuge sind wichtig, um Zuhörer zu begeistern und zu überzeugen?

**Zielgruppe** Für alle, die Vorträge und Präsentationen halten müssen, es aber (noch) nicht gerne tun

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41126K	29.09. - 30.09.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Grundlagen der Moderation

#### - Haltung, Methoden und Praxis für Einsteiger/innen

- Rolle des Moderators/der Moderatorin
- Methoden und Techniken der Moderation
- Umgang mit unterschiedlichen Teilnehmer/innen
- Umgang mit Gruppendynamik und Konflikten
- Praxisübungen

**Zielgruppe** Alle, die häufig in Besprechungen, Gremien ö. ä. eine moderierende Rolle übernehmen

**Dozent(en)** Sven Herrmann, NOVELIS GmbH, Tübingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41128S	07.07. - 08.07.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

## NEU Digitale Besprechungen leiten

- Präsenzmeetings und virtuelle Besprechungen - die Unterschiede
- Rolle und Aufgaben eines/einer Online-Moderators/-Moderatorin?
- Austausch, Problemanalyse, Konfliktgespräch oder Teamentwicklung - was ist Ihr Kernziel?
- Wie konzipieren Sie Online-Besprechungen?
- Umgang mit den Rahmenbedingungen: Werkzeuge, Medien, Dauer, Organisation
- Umgang mit verschiedenen Teilnehmer-Typen

**Zielgruppe** Alle, die professionell und effektiv digitale Besprechungen vorbereiten, durchführen und produktiv beenden möchten

**Dozent(en)** Sven Herrmann, NOVELIS GmbH, Tübingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41130S	15.07.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension



## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### NEU **Besprechungen erfolgreich und effizient leiten**

- Die Vorbereitung der Besprechung
- Regeln für effektive Besprechungen, Entwicklung der Ziele der Besprechung
- Das Boot auf Kurs halten: Moderationstechniken, Was tun, wenn die Diskussion aus dem Ruder läuft?
- Das Erzielen gemeinsamer Ergebnisse, Entscheidungen treffen
- Der Abschluss einer Sitzung als Brückenschlag in die Zukunft

**Dozent(en)** Oliver Dorgerloh, Dipl. Sozialwissenschaftler, Systemischer Berater, Coach & Supervisor

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41132F	26.07. - 27.07.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### **Die effiziente Besprechung**

#### **- Zusammenarbeit und moderierte Entscheidungsprozesse im Team**

- Ergebnisse gemeinsam erarbeiten
- Aufgaben und Funktionen in der Moderation
- Methoden und Techniken der Moderation

**Zielgruppe** Führungs- und Fachkräfte, die Moderations- und Leitungsfunktionen in Besprechungen übernehmen oder häufig an Besprechungen teilnehmen; außerdem Projektleiterinnen und Projektleiter sowie qualifizierte Fachleute, die Teams und Arbeitsgruppen koordinieren

**Dozent(en)** Michael G. Müller, Management-Trainer

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41133K	21.07. - 22.07.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### NEU **Tragfähige Entscheidungen treffen: Der Schlüssel zum gemeinsamen Erfolg in Teams**

- Was zeichnet konstruktive Besprechungen und Team-Entscheidungen aus?
- Strukturelle Schwachpunkte konventioneller Abstimmungsmethoden und hilfreiche Alternativen
- Das Grundprinzip, Einwände zu beachten, Konfliktherde zu erkennen und Kooperation zu fördern
- Methodisches Werkzeug für konstruktive Abstimmungen
- Moderation von kleinen Alltags-Entscheidungen, Moderation von Entscheidungen mit großer Tragweite

**Dozent(en)** Ronja Salvason

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41134F	04.10. - 05.10.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Methoden zur Entscheidungsfindung

#### - Mit Sicherheit und Überzeugung die "richtige" Wahl treffen

- Wie treffe ich die "richtige" Entscheidung? Gibt es diese überhaupt?
- Angst vor der (falschen) Entscheidung: Gefühlte "Entscheidungsschwäche": Verhaltensmuster und Denkstrukturen
- Verstand - Gefühl - Intuition: Was sind die Informationsquellen dieser drei Instanzen?
- Wann ist mir wer der beste Wegweiser? Und wie wirken diese drei zusammen?
- Welcher Entscheidungs-Typ bin ich?
- Meine persönliche Entscheidungsfindung: Was ist mein erfolgreichstes Vorgehen in Entscheidungsfindungsprozessen?

**Dozent(en)** Dipl.-Psychologin Imke Dirks

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41135F	29.04.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

### Visualisierungstechniken

#### - Attraktiv und einprägsam visualisieren mit dem Stift

- Die Handschrift: leserlich, schnell, schön
- Der visuelle Grundwortschatz: Container, Linien & Pfeile, Symbole & Figuren
- Eigene Schlüsselbilder selbst entwickeln
- Professionelle Wirkung erzielen mit einfachsten Mitteln
- Attraktive Flipcharts übersichtlich aufbauen & "live" präsentieren
- Komplexe Sachverhalte logisch strukturiert abbilden

**Dozent(en)** Christoph Brill

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41137F	13.04. - 14.04.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Erfolgreich argumentieren

- Rhetorische Ziele und Kernbotschaften
- Strategien und Abläufe
- Sprachpsychologie
- Psychologie des Überzeugens
- Körpersprache

**Zielgruppe** Mitarbeiter/innen und Führungskräfte, die häufig in Gremien oder ähnlichen Situationen ihren Standpunkt erläutern und vertreten müssen

**Dozent(en)** Dipl.-Volkswirt Clemens Salm, selbstständiger Berater und Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41139S	27.10. - 28.10.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Argumentationstraining

- Gesprächsvorbereitung
- Verhandlungsführung
- Gesprächstechnik
- Argumentationsstrategie

**Dozent(en)** Dipl.-Volkswirt Clemens Salm, selbstständiger Berater und Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41140M	10.11.2021	Mannheim	225,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA MA

### Rhetorik - Argumentations- und Diskussionstraining

- Mit stichhaltigen Argumenten überzeugen
- Auf kreative Weise Argumente finden
- Unterscheiden zwischen fairer und unfairer Dialektik
- Schutz vor Manipulationen und Scheinargumenten gewinnen
- Sachliche Einwände souverän behandeln

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41142F	05.07. - 06.07.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Rhetorik - Schlagfertigkeit und Deeskalation bei unsachlichen Angriffen

- Souveränität bei Provokationen bewahren
- Spontanen und unüberlegten Situationen widerstehen
- Mit Geist und Witz reagieren, die Initiative wieder erlangen
- Mit Wertschätzung entwaffnen, auf konstruktive Weise Rückmeldung geben

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41143F	08.11. - 09.11.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Durchsetzungskraft im Beruf

#### - Wie Sie es schaffen Ihre Belange durchzusetzen!

- Erfolgsfaktoren der souveränen Ausstrahlung
- Individuelle Stärken und Potentiale in schwierigen Situationen nutzen/Verhalten optimieren
- Gesprächstechniken bei unberechtigten Vorwürfen und Reklamationen
- Überzeugungskraft und strukturierte Argumentation - Schritte effizienter Gesprächsführung
- Umgang mit unfairen Verhandlungstaktiken und provokativer Rhetorik
- Typische Eskalationsmuster im Gesprächsverlauf und die Deeskalationsstrategie

**Zielgruppe** Angesprochen sind all diejenigen, die Werkzeuge kennenlernen möchten, mit denen sie sich schnell, selbstbewusst und kreativ Respekt verschaffen

**Dozent(en)** Bettina Bechtel, Personaltrainerin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41144K	15.07.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Durchsetzungsstark im Beruf

- Faire Durchsetzungsstrategien
- Die Kunst andere Menschen zu gewinnen
- Kooperation oder Konkurrenz, oder beides?
- Körpersprache
- Starke Sprache einsetzen

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41145F	29.11. - 30.11.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Schlagfertigkeit und Argumentation

#### - Selbstsicher und souverän in Gesprächen, Meetings, Präsentationen, etc.

- Voraussetzungen und Grundlagen, um schlagfertig sein zu können
- Wie gelingt Schlagfertigkeit mit Respekt, Herz und Verstand?
- Intelligente Kontertechniken und Übungen

**Zielgruppe** Mitarbeiter/innen, die im telefonischen oder persönlichen Kundenkontakt stehen, die Vorträge und Präsentationen halten, IT-Mitarbeiter u. a., die in ihrer Arbeit verbalen Angriffen ausgesetzt sind

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41146K	28.06. - 29.06.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Nicht auf den Mund gefallen - das richtige Wort zur rechten Zeit

#### - Verbal wendig, geistreich und spontan

- Konstruktive und wertschätzende Schlagfertigkeit
- Persönliche Voraussetzungen, Überwindung von Blockaden
- Die wichtigsten Grundtechniken
- Analyse von Beispielen (hier darf gelacht werden!)
- Viele praktische Übungen

**Zielgruppe** Alle, die erfahren möchten, nach welchen Mustern geistreiche Antworten funktionieren und Grundtechniken erlernen möchten, um originell, humorvoll und geistreich spontan zu antworten

**Dozent(en)** Elfi Gerhardt, Dipl.-Theologin, Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Aichhalden

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41147S	15.06.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Selbstbewusst "Nein sagen" - Warum das Kommunizieren der eigenen Grenzen wichtig ist

- Neue Erkenntnisse aus der "Nein-Sagen-Forschung"
- "Nein-Sagen" fängt bei "Nein-Denken" an
- Beleuchtung positiver und negativer Folgen des situativen "Nein-Sagens"
- Die 4-Punkte-Strategie für ein wirkungsvolles und wertschätzendes Nein
- Umgang mit möglichen Stolpersteinen in der Kommunikation

**Zielgruppe** Alle Mitarbeiter/innen, die ein wertschätzendes und wirksames "NEIN" in ihren aktiven Wortschatz übernehmen wollen

**Dozent(en)** Sabine Alexandra Grebe, Trainerin und Speaker im Bereich Führung, Team und Gesundheitsmanagement, Leonberg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41148S	28.04.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Erfolgreich verhandeln

- Verhandeln - was verbirgt sich hinter diesem Wort?
- Das Gewinner-Gewinner-Prinzip
- Argumentieren, zuhören und verstehen
- Die Sprache des Anderen verstehen
- Den Rahmen wechseln: Reframing

**Dozent(en)** Dipl.-Psychologe Bernhard Kiesel

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41149F	08.11. - 09.11.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Grundlagen der Kommunikation - "So klappt's mit den Anderen"

- Ihr Körper spricht stets mit - mögliche Probleme der Kommunikation
- Hören, was der Andere will - Wünsche und Bedürfnisse erkennen
- "Kannst Du mal rasch?" Wie Sie sich nicht für Andere einspannen lassen
- Auf Kritik angemessen reagieren

**Dozent(en)** Dr. Katrin Bischl, Journalistin und Schreibdozentin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41152K	10.05.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Kommunikation und Gesprächsführung

- Wahrnehmung und Grundelemente der Kommunikation
- Körpersprache: die nonverbale Kommunikation
- Übungen zur Kommunikation
- Gespräche strukturieren, Analyse von Gesprächssituationen
- Fallbeispiele der Teilnehmer/innen

**Zielgruppe** Alle, die ihre Art Gespräche zu führen gerne optimieren möchten, um dadurch auch besser mit schwierigen Gesprächssituationen umzugehen

**Dozent(en)** Evelyn Kälker, Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC), Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41153S	23.06. - 24.06.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

### Kommunikation und Gesprächsführung

- Die Struktur in Gesprächen
- Die einzelnen Phasen der professionellen Gesprächsführung
- Grundelemente der professionellen Gesprächsführung und Kommunikation
- Argumentieren und überzeugen
- Abwehren von unfairen Attacken

**Dozent(en)** Dipl.-Psychologin Doris Ebner-Fiedler

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41154F	22.03. - 23.03.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Gesprächsführung - kompetent und souverän

#### - Wichtige Kommunikationswerkzeuge, um unsere Ziele kompetent und souverän zu erreichen

- Warum reagieren wir, wie wir reagieren? Die Ebenen der Kommunikation und was sie bewirken
- Wodurch entstehen Missverständnisse? Wie können wir sie vermeiden? Was können wir tun, wenn sie entstanden sind?
- Zielorientierte Sprache und Kommunikationswerkzeuge für bessere Ergebnisse
- Die Funktion von Fragen und ihr Einsatz
- Innere Haltung - Auswirkung auf unsere Gespräche

**Zielgruppe** Alle Mitarbeiter/innen, die ihre Gesprächsführung verbessern wollen

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41155K	15.03. - 16.03.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Klartext denken - Klartext reden

- Landkartenmodell der Kommunikation
- Fragearten kennen und umsetzen
- Kritik klar und präzise formulieren
- Was tun, wenn mir die Worte fehlen?
- Feedback gestalten

**Dozent(en)** Rolf Breunig, Coach, Trainer und Supervisor

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41164F	04.05. - 05.05.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Schluss mit "Psycho-Spielchen" in Gesprächen

#### - Kommunikationsfallen erkennen und bewusst damit umgehen

- Psychologische Spiele und ihre Spielregeln - das "Drama-Dreieck"
- Kommunikation im Spiel, Rollen im Spiel und der "Spielgewinn"; Eskalationsstufen im Spielverlauf
- Typische Spiele in der Arbeitswelt: "Ja-aber"; "Ach-wie-schrecklich"; u. a. m.
- Konkrete Lösungsstrategien: Wie Sie möglichst "spielfrei" arbeiten können
- Praxisbeispiele

**Zielgruppe** Alle, die in Gesprächen wiederkehrende Muster erleben und erfahren wollen, wie sie diesen "Spielen" bewusst entgegensteuern können, um Frust zu vermeiden und Zusammenarbeit effektiver zu gestalten

**Dozent(en)** Birgit Hornberger, Systemische Beraterin, Trainerin und Coach für Sozial- und Führungskompetenz

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41172S	05.07.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Achtsame Kommunikation - Wie Sie anspruchsvolle Gespräche gelassen meistern können

- Grundlagen und Grundhaltung der Achtsamkeit
- Techniken der Gesprächsführung
- Achtsame Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Umgang mit anspruchsvollen Gesprächssituationen

**Dozent(en)** Dipl.-Soziologin Sybille Gottlob, Systemischer Coach, MBSR Trainerin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41174S	19.05.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Gewaltfreie Kommunikation

- Grundhaltung der gewaltfreien Kommunikation
- Empathie mit sich und anderen
- Die vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation
- Praktische Umsetzung im Alltag

**Zielgruppe** Menschen, die ihre Art Gespräche zu führen gerne optimieren möchten, um dadurch auch besser mit schwierigen Gesprächssituationen umzugehen

**Dozent(en)** Regina Hochmuth, Diplom-Betriebswirtin (FH), Hochmuth Beratung & Seminare, Wiernsheim

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41175S	Inhouse-Seminar auf Anfrage	Stuttgart			Württ. VWA

### Fragetechniken - Wer fragt der führt!

- Systemtheoretische Ansätze zum Verständnis der Fragearten
- Fragearten I: Zirkuläre Fragen, Zusammenfassende Fragen, Umdeutungsfragen, Konsequenzfragen etc.
- Oberflächen- und Tiefenstruktur der Sprache analysieren
- Metamodell der Sprache - Landkarte des Zuhörens - Signalerkennung für Fragen
- Fragearten II: Paraphrasieren, verbalisieren, Reframing-Fragen
- Verstehen, deuten und reagieren

**Dozent(en)** Rolf Breunig, Coach, Trainer und Supervisor

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41177F	17.11. - 18.11.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension



## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Die eigene Sprachkompetenz erweitern I

#### - Erfolgreich in allen Kommunikationssituationen

- Durch Sprachkompetenz überzeugen; Zielorientiert denken, reden und handeln
- Die "Zügel selbst in der Hand halten"
- Kommunikationswerkzeuge "aufpolieren" und gewinnbringend einsetzen

**Zielgruppe** Sachbearbeiter/innen und Assistenten, Teamleiter/innen

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41178K	14.04. - 15.04.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Die eigene Sprachkompetenz erweitern II

#### - Sicher, souverän und durchsetzungsfähig

- Die 12 wichtigsten Kommunikationswerkzeuge nutzbringend einsetzen
- "Kommunikationsfallen" erkennen
- Die "Zügel fest in der Hand halten"
- Konflikten und Missverständnissen vorbeugen
- Mit Humor überzeugen
- Visualisierung - durch die Sprache überzeugen

**Zielgruppe** Sachbearbeiter/innen und Assistenten, Teamleiter/innen

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41179K	10.11. - 11.11.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Die Kraft und Macht der Stimme

#### - Klangvoll, authentisch, klar und überzeugend in der Kommunikation

- Sympathie erzeugen
- Vertrauen aufbauen
- Glaubwürdigkeit herstellen

**Zielgruppe** Die Veranstaltung eignet sich für Personen, die ihre kommunikativen Fähigkeiten stärken möchten

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41180K	15.09. - 16.09.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### NEU Mit der Stimme und Sprache überzeugen: Das WIE ist stärker als das WAS!

- Wirkung von Stimme und Sprache auf uns und andere
- Wahrnehmung des eigenen Stimm- und Sprachverhaltens
- Analyse von persönlichen Entwicklungsfeldern
- Klare und stärkende Sprache, weibliche und männliche Stilmerkmale in der Sprache
- Persönliche Stimmanalyse, objektive Stimmparameter und subjektiver Stimmklang

**Dozent(en)** Kerstin Frey

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41181F	24.11. - 25.11.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Bildhafte Sprache - kraftvoll, dynamisch, hoch wirksam

#### - Weniger Worte - mehr und schnelles Verständnis

- „Fesselt“ die Zuhörer
- Interessant und leicht verdaulich
- Gibt unseren Worten Dynamik und Durchschlagskraft

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41182K	17.03.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Networking - erfolgreich gelingende Beziehungen gestalten

- Die Kunst Beziehungen aufzubauen
- Gelegenheiten und Plattformen zum Netzwerken finden und nutzen
- Kontaktpflege strukturiert und systematisch betreiben
- Mein persönlicher Networking-Grundstock
- Smalltalk als Instrument (z. B. erster und letzter Eindruck, Gesprächseinstieg, Smalltalk-Themen, Selbst-PR)

**Zielgruppe** Alle, die Netzwerkarbeit leisten und ihre Kompetenzen hierin weiterentwickeln möchten

**Dozent(en)** Dr. Simone Richter, Kommunikationstrainerin, Journalistin und Publizistin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41189S	11.10.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Die Kunst des Smalltalks

- Warum ist Smalltalk so wichtig?
- Wann beginnt Smalltalk, wann endet er?
- Vorteile und Gefahren bei Smalltalk; Woher kommt die Angst vor Smalltalk?
- Der elegante Themawechsel
- Das Smalltalk-Training

**Zielgruppe** Alle, die sich in kompakter Form mit dem Thema Smalltalk auseinandersetzen und ihre Sensibilität für dieses Thema stärken möchten

**Dozent(en)** Ralf Teufel, Coach, Führungskräftetrainer, staatl. gepr. Betriebswirt

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41191S	07.10.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Körpersprache und Smalltalk

#### - Das kleine 1 x 1 von Wirkung und Kontakt

- Die Wirkung der Kommunikation
- Beispiele für positive und negative körperliche Signale
- Stolpersteine beim Smalltalk: Angst, Hemmungen, hohe Ansprüche
- Der richtige Start, geeignete Themen bzw. „no go's“
- Körpersprache beim Smalltalk
- Die „BASF“-Formel - Kurzrezept für gekonnten Small-Talk

**Dozent(en)** Barbara Hölscher-Busam, Businesscoach, Kommunikations- und NLP-Trainerin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41192F	16.03.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR
2021-41193F	28.09.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

### Körpersprache

#### - Das Geheimnis nonverbaler Kommunikation

- Die "Sprache" des Körpers und was beim Anderen ankommt
- Wahrnehmen und interpretieren der Körpersprache
- Die Tücken der "Übersetzung" - Tipps und Anhaltspunkte
- Kongruente Kommunikation

**Zielgruppe** Alle, die sich in kompakter Form mit dem Thema Körpersprache auseinandersetzen und ihre Sensibilität für dieses Thema stärken möchten

**Dozent(en)** Claudia Ruppert-Sand, Weiterbildungstrainerin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41194S	23.03.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

Württ. VWA: Alla Schramm 0711 21041-27  
VWA MA: Damla Eray 0621 43218-16

VWA KA: Edith Schucker 0721/98550-17  
VWA FR: Barbara Sexauer 0761 38673-11

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Körpersprache und Rhetorik

#### - Image und Charisma: Glaubwürdig - vertrauensvoll - wirkungsvoll

- Werden Sie von Ihrem Körper unterstützt oder torpediert? Ihr Körper Ihre Aussagen!
- Was können Sie tun, damit Ihr Körper eine eindeutige und positive "Sprache spricht"?
- Wie können Sie Sprache und Körpersprache "in Einklang" bringen und dadurch Ihre Wirkung steigern

**Zielgruppe** Fach- und Führungskräfte, alle Mitarbeiter/innen, die in Gesprächen oder Vorträgen andere überzeugen müssen

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41195K	05.10. - 06.10.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Die drei Ebenen erfolgreicher Teamarbeit

#### - Das Ich, das Wir und die Aufgabe im Blick

- Das Modell der Themenzentrierten Interaktion nach Ruth C. Cohn
- Die drei Ebenen erfolgreicher Teamarbeit
- Kommunikation und Kooperation im Spiegel der Themenzentrierten Interaktion

**Zielgruppe** Alle Mitarbeiter/innen, die Teamarbeit besser verstehen und ihre Interessen künftig optimaler vertreten möchten

**Dozent(en)** Britta Bullinger, Berufspädagogin (B.A.), Coach und Mediatorin, Ausbilderin nach AEVO

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41197S	26.10.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

## NEU Generation X, Y und Z

### - Erfolgreiches Miteinander auf Augenhöhe

- Was bewegt die unterschiedlichen Generationen?
- Welche Stärken und Herausforderungen haben sie?
- Was trennt die Generationen, was eint sie?
- Was können Babyboomer, Generation X, Generation Y und Generation Z voneinander lernen?
- Wie kann ein respektvoller Umgang trotz Unterschieden gelingen?
- Was kann ich bei Unstimmigkeiten im Team tun?

**Dozent(en)** Sabine Alexandra Grebe, Trainerin und Speaker im Bereich Führung, Team und Gesundheitsmanagement, Leonberg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41198S	03.05.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

**Seminare zum Thema "Führung" finden Sie in unserem Themenbereich "Führungsfortbildung".**

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### MENTALE LEISTUNGSFÄHIGKEIT

#### Mentaltechniken: mit positivem Denken zu mehr Erfolg und Wohlbefinden

- Warum und wie funktionieren positives Denken und Mentaltechniken?
- Kopf, Herz, Bauch, Intuition - und wie sie zusammenwirken
- Konzentration auf das Wesentliche, den "Gedankenlärm" reduzieren oder ausschalten, nur wie?
- Die besten Imaginations-Techniken zur Erreichung meiner Ziele (Visualisierung, Affirmation ...)
- Wie sieht erfolgreiches Entscheidungsverhalten aus?
- Mentale Lösungsfindungstechniken zur konstruktiven Problemlösung

**Dozent(en)** Dipl.-Psychologin Imke Dirks

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41224F	18.05.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

#### NEU Brainkinetik für Anfänger/innen

- Das Gehirn-Körper-Modell und seine Ausprägungen
- Gehirnaktivierung/-entwicklung durch gezielte Bewegungsübungen
- Übungen zur Gehirntegration und zur Verbesserung von Arbeitssituationen
- Erweitertes Koordinationstraining

**Dozent(en)** Christiane Stütz, Trainerin, Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41236S	12.10.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

#### BrainFit your Life!

##### - Mentale Selbstbestimmung, gesunde Leistungsfähigkeit, persönliches Wohlbefinden stärken

- Interessante Einblicke in das Gehirn und spezielle Steuerungsmöglichkeiten
- Gehirnaktivierung durch gezielte Bewegungsübungen
- Einblicke in die mentale Selbststeuerung zur Selbstfürsorge
- Verankerung von neuen Denkprozessen, Förderung der Denkflexibilität
- Strategien zur Konzentrationssteigerung
- Lösung von Blockaden durch Aktivität
- Kreative Denk-, Aktivierungs- und Bewegungsübungen

**Dozent(en)** Christiane Stütz, Trainerin, Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41238K	23.03.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Schneller lesen ... und mehr verstehen

- Die Blickspanne besser ausnutzen
- Das visuelle Erkennen verbessern
- Die Lesegeschwindigkeit erhöhen
- Das Gelesene leichter und schneller verstehen und behalten
- Das Wissen besser im Gedächtnis verankern
- Das Gelernte auf die eigene Lesepraxis übertragen

**Zielgruppe** Alle, die ihre Lesepraxis weiter verbessern wollen, um mehr Lektüre in kürzerer Zeit zu verarbeiten

**Dozent(en)** Dipl.-Betriebswirtin (FH) Gabriele Annemarie Forster, Managementberatung, Lerncoaching, Weinstadt

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41239S	28.09.2021	Stuttgart	252,00 EUR		Württ. VWA

### Rationelle Lesetechniken - schneller lesen, mehr behalten

**Zielgruppe** Alle Mitarbeiter/innen mit umfangreichem Lesestoff und dadurch bedingtem chronischen Zeitmangel, die erfahren wollen wie folgendes funktioniert: Doppelt so schnell lesen und dabei besser verstehen sowie mehr behalten!

**Dozent(en)** Christiane Stütz, Trainerin, Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41240K	08.12. - 09.12.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

## MENSCHENKENNTNIS UND KONFLIKTMANAGEMENT

### Erfolgsfaktor Menschenkenntnis

#### - Mitarbeiter/innen, Kollegen und Chefs besser verstehen

- Sich selbst und Andere besser einschätzen können mit Hilfe des Enneagramms
- Unterschiedliche Wahrnehmungs- und Kommunikationsstile
- Motivationsstrategien und Kontaktverhalten
- Konflikt- und Stressreaktionen
- Stärken- und Schwächenprofile im Berufsleben
- Entwicklungspotenziale

**Zielgruppe** Alle, die sich selbst, ihre Mitarbeiter/innen und Kollegen besser einschätzen wollen, um so mögliche Ursachen für Konfliktsituationen zu erkennen und Lösungsansätze entwickeln zu können

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41325S	24.11. - 25.11.2021	Stuttgart	446,00 EUR	inkl. Fachbuch	Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Erfolgsfaktor Menschenkenntnis

- Wie Sie bevorzugt wahrnehmen und kommunizieren
- Was Sie motiviert und demotiviert
- Was Konflikte und Stressreaktionen auslöst
- Die mustertypischen Stärken und Entwicklungspotentiale
- Die roten und grünen Knöpfe in Kommunikation und Zusammenarbeit

**Dozent(en)** Ulf Tödter, Kommunikationstrainer, Coach und Fachbuchautor, Seminare & Coaching, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41328F	11.10. - 12.10.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### NEU Sie ticken ja wohl nicht richtig - warum Menschen so sind wie sie sind

- Wahrnehmung, Eigenbild und Fremdbild
- Bedürfnisstruktur des Menschen und Motivation
- Grundlagen der zwischenmenschlichen Kommunikation
- Menschentypen und ihre Stärken und Schwächen
- Fragetechniken und Konflikte

**Dozent(en)** Ralf Krepper, Prokurist beim BGV

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41330S	29.04.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

### Kompetenter Umgang mit schwierigen Mitmenschen

- Wann gilt ein Mensch als schwierig? Persönliche Reizpunkte identifizieren
- Wie Sie Ihre Verärgerung nachhaltig überwinden können
- Auf konstruktive Weise Rückmeldung geben und unsachliche Angriffe angemessen abwehren
- Mit Schlagfertigkeit den Wind aus den Segeln nehmen
- Wann braucht es bei Unverschämtheiten ein deeskalatives Vorgehen, wann eine deutliche Konfrontation?
- Bearbeitung konkreter Praxisfälle

**Zielgruppe** Alle, die sog. "schwierigen Mitmenschen" den "Wind aus den Segeln nehmen" und persönlich besser mit Ärger und Stress umgehen möchten

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41331S	20.04. - 21.04.2021	Stuttgart	446,00 EUR	inkl. Fachbuch	Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Umgang mit schwierigen Zeitgenossen

- Wann gilt ein Mensch als schwierig?
- Wie Sie Ihren Ärger tatsächlich loswerden können
- Deeskalativ und beruhigend auf Andere wirken
- Brücken statt Fronten bauen
- Das ABC der Menschenkenntnis

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41334F	10.05. - 11.05.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

### Umgang mit psychisch Belasteten – Wie begegne ich betroffenen Menschen souverän?

- Anzeichen für psychische Erkrankungen/Belastungen am Arbeitsplatz
- Nützliche Hinweise zur Gesprächsführung mit der betroffenen Person
- Selbstregulierung in stressigen Situationen
- Konkrete Alltagssituationen aus der beruflichen Praxis

**Dozent(en)** Bettina Engemann, Dipl.-Psychologin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41373F	09.12.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

**Haben Sie Ideen, Wünsche oder Anregungen zu unseren Seminaren?  
Wir freuen uns über Ihre Hinweise.**

### Konfliktmanagement - Konflikte erfolgreich lösen

- Die ersten Anzeichen des Konflikts erkennen
- Wann ist es ein Problem, wann ein Konflikt?
- Wie ein Konflikt eskaliert, bei dem alle am Ende die Verlierer sind
- Wie Sie Missverständnisse reduzieren können und warum die Schuldfrage nicht weiter führt
- Warum sachliches Argumentieren im Konfliktfall wenig nützt
- Wie sich aufgebrauchte Emotionen beruhigen lassen und Sie in starre Positionen wieder Bewegung bringen

**Dozent(en)** Jürgen Werner, Jurist und Sozialwissenschaftler, Kommunikationstrainer für Fach- und Führungskräfte, Freiburg

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41375S	07.12. - 08.12.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension



## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Konflikte im Alltag erfolgreich bewältigen - Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

- Erweiterung der eigenen Konfliktfähigkeit
- Probleme im Alltag vermeiden und/oder schneller lösen
- Beobachtungen mitteilen statt zu bewerten
- Anerkennung ausdrücken und selbst annehmen
- Einfühlsam und wertschätzend kommunizieren

**Zielgruppe** Führungskräfte und alle Mitarbeiter, die lernen wollen, gelassen mit Konflikten und schwierigen Situationen umzugehen und ihre Gesprächspartner dabei wertschätzend zu behandeln

**Dozent(en)** Gisela H. Kremser-Hege, Dipl.-Sozialpädagogin, Cheftrainerin der Unternehmensberatung TEMP

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41377K	04.05. - 05.05.2021	Karlsruhe	481,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

### Deeskalationstraining – souverän handeln in schwierigen Situationen

- Erkennen und analysieren von schwierigen Gesprächssituationen
- Stufen der Eskalation und Deeskalation kennen
- Effektive, deeskalierende Gesprächstechniken anwenden
- Konflikte gar nicht erst entstehen lassen
- Innere Sicherheit im Umgang mit Konflikten gewinnen
- Reflektion der eigenen Haltung in der Konfliktlösung

**Dozent(en)** Bettina Engemann, Dipl.-Psychologin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41380F	30.09.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

### NEU Wertschätzend kommunizieren: Vom Konflikt zur Verständigung und Kooperation

- Probleme ansprechen ohne Vorwürfe zu machen: Wahrnehmungen benennen, statt zu bewerten
- Den Kern unseres Anliegens erkennen und benennen
- Verständliche und erfüllbare Bitten entwickeln und äußern
- Aufmerksames Zuhören und empathisches Nachfragen, wenn sich unser Gegenüber mitteilt
- Aktiv Wertschätzung ausdrücken, Konflikte konstruktiv steuern

**Dozent(en)** Ronja Salvason

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41385F	05.05. - 06.05.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### KUNDENORIENTIERUNG

#### Top im Kundenkontakt

##### - Erfolgreich im persönlichen und telefonischen Kontakt mit Kunden ... auch wenn's mal schwierig wird

- Erfolgsfaktoren der Kundenorientierung
- Welche Erwartungen prägen das Verhalten der Kunden?
- Techniken der Gesprächsführung
- Beschwerden/Reklamationen bieten Chancen oder lassen sich entschärfen: die Einwand-Behandlung

**Zielgruppe** Mitarbeiter/innen mit Kundenkontakt, die Kundenzufriedenheit aktiv umsetzen wollen und auch mit schwierigen Gesprächssituationen angemessen und professionell umgehen wollen

**Dozent(en)** Sven Herrmann, NOVELIS GmbH, Tübingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41435S	29.09.2021	Stuttgart	242,00 EUR		Württ. VWA

#### Souverän im Umgang mit schwierigen Kunden und belastenden Arbeits-/Konfliktsituationen

- Stress- & Konfliktsituationen im Kundenkontakt
- Eigene Belastungsmuster erkennen und wirksame Ansatzpunkte zur persönlichen Stressprophylaxe
- Hilfreiche Denk- und Handlungsmuster erweitern
- Das „Notfallprogramm“ in angespannten Situationen
- Strategien im Umgang mit belastenden Situationen stärken und Innere Widerstandskraft entwickeln

**Zielgruppe** Kollegen/innen in kundenintensiven Bereichen, die im Umgang mit Kundenkontakten starken Belastungs- und Konfliktsituationen ausgesetzt sind und sich hilfreiche Werkzeuge zur persönlichen Entlastung aneignen möchten

**Dozent(en)** Eva Himmelsbach, Dipl.-Psychologin, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Beraterin und Coach

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41440K	12.07.2021	Karlsruhe	263,00 EUR	keine, inkl. ME	VWA KA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Der professionelle Umgang mit Kunden

#### - Erfolgreich im persönlichen und telefonischen Kontakt

- Die Wirkung der Kommunikation
- Menschenkenntnis: wie man unterschiedliche Menschen adäquat und individuell anspricht
- Kunden- und Bürgerwünsche identifizieren, antizipieren und bedienen: das Prinzip des "rapport"
- Was den Unterschied macht: eine positive Einstellung und Motivation entwickeln
- Die Besonderheiten des Telefonkontakts und wie wir diesen optimal gestalten
- Durch proaktives Beschwerdemanagement Kunden überraschen und binden

**Dozent(en)** Barbara Hölscher-Busam, Businesscoach, Kommunikations- und NLP-Trainerin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41456F	19.10.2021	Freiburg	246,00 EUR		VWA FR

**Unsere Seminare können Sie auch als Inhouse-Veranstaltung buchen.  
Gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot zu Ihrer Anfrage.**

## SEMINARE FÜR FRAUEN

### Kommunikation für Frauen

#### - Mit weiblicher Kommunikationsfähigkeit auf Erfolgskurs

- Frauen sprechen anders! Kommunikative Unterschiede zwischen Frauen und Männern erkennen
- Eigene Ziele, Forderungen und Wünsche wahrnehmen und formulieren
- Es geht auch ohne sprachliche Weichmacher, Konjunktive und Rechtfertigungen!
- Bringen Sie es auf den Punkt! Sagen Sie, was Sie wollen und bekommen Sie was Sie möchten
- Sich durchsetzen im Gespräch - Umgang mit typisch männlichen Dominanzstrategien
- Umgang mit Angst und Redehemmung - auf verbale Angriffe selbstsicher und souverän reagieren

**Zielgruppe** Weibliche Fach- und Führungskräfte, die ihre kommunikativen Fähigkeiten und rhetorischen Stärken ausbauen möchten, um in ihrem beruflichen Umfeld mit professioneller Rhetorik aufzutreten

**Dozent(en)** Birgit Hornberger, Systemische Beraterin, Trainerin und Coach für Sozial- und Führungskompetenz

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41501S	21.06. - 22.06.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Rhetorik für Frauen - Punkten mit Persönlichkeit

#### - Ein Selbstpräsentationstraining für Frauen

- Persönlichkeit zählt - die eigene Wirkung erkennen und weiterentwickeln
- Persönliche Ressourcen erkennen und gezielt nutzen
- Durch persönliche Ausstrahlung überzeugen
- Erfolgreiche Frauen halten sich aufrecht - optimale Präsenz durch bewusste Körpersprache
- Umgang mit inneren Konflikten; Schwierige Situationen erfolgreich meistern
- Vom Lampenfieber zur Vorfreude; Selbstdarstellung - gewinnend und positiv

**Zielgruppe** Weibliche Fach- und Führungskräfte, die ihre Überzeugungskraft und Präsenz bei Präsentationen weiter optimieren wollen, um im beruflichen Umfeld oder in der Öffentlichkeit mit professioneller Rhetorik aufzutreten

**Dozent(en)** Birgit Hornberger, Systemische Beraterin, Trainerin und Coach für Sozial- und Führungskompetenz

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41509S	20.09. - 21.09.2021	Stuttgart	446,00 EUR		Württ. VWA

### NEU Auftrittstraining für Frauen: Stimmlich und körperlich Präsenz zeigen

- Hemmungen im Sprechen vor Menschen abbauen und mit Lampenfieber umgehen
- Vertrauen in Körper und Stimme entwickeln
- Ein schonender und resonanzreicher Einsatz der Stimme sowie ein tragfähiger Stimmgebrauch - auch im Stress!
- Sicherheit im freien Sprechen gewinnen und eine Sprechweise finden, die zu Ihnen passt
- Bei Vorträgen, Präsentationen, Moderationen, Verhandlungen und Gesprächen souverän auftreten und überzeugen

**Dozent(en)** Toni Marie Leisz, Kommunikations- und Rhetoriktrainerin

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41515F	12.04. - 13.04.2021	Freiburg	446,00 EUR		VWA FR

## SOZIALE KOMPETENZEN FÜR AUSZUBILDENDE

### "Benimm ist In" - Knigge in Beruf und Alltag

#### - Moderne Umgangsformen für Auszubildende

- Das persönliche Erscheinungsbild: Körpersprache und Kleidung
- Das richtige Grüßen, Begrüßen und Vorstellen
- Moderne Etikette im Umgang mit Kollegen/innen, Bürger/innen und Vorgesetzten
- Höfliche Umgangsformen und Umgang mit modernen Medien

**Dozent(en)** Evelyn Kälker, Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC), Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41610S	Inhouse-Seminar auf Anfrage	Stuttgart			Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Leichter Lernen und sich effektiver auf Prüfungen vorbereiten

#### - Ein Lerntaining für Auszubildende

- Analyse der bisherigen Lernerfahrungen und Grundvoraussetzungen für erfolgreiches Lernen
- Vorhandene Lern-Ressourcen stärken
- Unterschiedliche Lern-Strategien, "Lern-Management" und Prüfungsvorbereitung
- Bildhafte Gedächtnistechniken

**Zielgruppe** Auszubildende aller Ausbildungsjahrgänge, die ihr Lernverhalten (noch) effektiver gestalten möchten

**Dozent(en)** Regina Hochmuth, Diplom-Betriebswirtin (FH), Hochmuth Beratung & Seminare, Wiernsheim

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41612S	Inhouse-Seminar auf Anfrage	Stuttgart			Württ. VWA

### Gespräche führen leicht(er) gemacht

#### - Basiswissen Kommunikation für Auszubildende

- Klare und angemessene Kommunikation mit Kollegen/innen, Bürger/innen und Vorgesetzten
- Tipps zur praktischen Gesprächsführung
- Körpersprache: Gestik und Mimik - die Signale des Körpers
- Reden kann jeder - warum es doch zu Missverständnissen kommt, Umgang mit kritischen Gesprächssituationen

**Zielgruppe** Auszubildende aller Berufsgruppen und Ausbildungsjahrgänge

**Dozent(en)** Evelyn Kälker, Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC), Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41614S	Inhouse-Seminar auf Anfrage	Stuttgart			Württ. VWA

### Formulieren ohne Floskeln!

#### - Wirkungsvolle und zeitgemäße Korrespondenz für Auszubildende

- Verständliche und leserorientiert gestaltete Briefe (von der Adresse bis zum PS)
- Grundlagen der "kundenorientierten Briefgestaltung" (digital und in Papierform)
- Wichtige Rechtschreibregeln und überzeugende Argumentation in Briefen gezielt einbauen

**Zielgruppe** Auszubildende aller Berufsgruppen und Ausbildungsjahrgänge, die das Handwerkszeug und Tipps erhalten möchten, wie Informationen freundlich, präzise und verständlich in ihrer digitalen/schriftlichen Korrespondenz formuliert werden

**Dozent(en)** Sven Herrmann, NOVELIS GmbH, Tübingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41616S	Inhouse-Seminar auf Anfrage	Stuttgart			Württ. VWA

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

### Sicher, kompetent und professionell auftreten - Punkten mit Persönlichkeit für Auszubildende

- Der erste Eindruck - Selbst- und Fremdwahrnehmung der persönlichen Wirkung
- Körpersprache - Welche Ausstrahlung habe ich durch meine Körperhaltung, Mimik, Gestik, Stimme?
- Persönlichkeitstyp - Bevorzugtes Verhalten und Eigenschaften, Außenwirkung auf andere Persönlichkeitstypen
- Motive, Wertvorstellungen und Glaubenssätze, die mein Verhalten prägen

**Zielgruppe** Auszubildende aller Berufsgruppen und Ausbildungsjahrgänge, die sicheres und kompetentes Auftreten erlangen wollen oder weiter verbessern möchten

**Dozent(en)** Evelyn Kälker, Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC), Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41618S	Inhouse-Seminar auf Anfrage	Stuttgart			Württ. VWA

### Schwierige Situationen im Ausbildungsalltag sicherer meistern - Ein Konfliktmanagement-Training für Auszubildende

- Wie entstehen, verlaufen und enden Konflikte?
- Handeln in Konfliktsituationen: Schritte, das Problem konstruktiv zu lösen
- Erkennen von Konfliktsituationen sowie Überprüfung des eigenen Konfliktverhaltens
- Beispiele aus dem eigenen Ausbildungsalltag

**Zielgruppe** Auszubildende aller Berufsgruppen und Ausbildungsjahrgänge, die ihr individuelles Aktionsprogramm erarbeiten möchten, um mit schwierigen Situationen sicherer umzugehen

















**Dozent(en)** Evelyn Kälker, Supervisorin (DGSV), Lehrcoach (EASC), Trainerin für Kommunikations- und Führungskompetenz, Esslingen

Seminar-Nr	Termin	Ort	Teilnahmegebühr	zusätzl. Kosten*	zuständ. VWA
2021-41620S	Inhouse-Seminar auf Anfrage	Stuttgart			Württ. VWA

**Fehlt Ihnen ein Thema in unserem Angebot?  
Haben Sie Ideen, Wünsche oder Anregungen zu unseren Seminaren?  
Informieren Sie uns - wir freuen uns auf Ihre Hinweise!**

\* zusätzl. Kosten: ME = Mittagessen, TP = Tagungspauschale (i.d.R.: Kaffee, Getränke, Mittagessen), VP = Vollpension

## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

<b>Württ. VWA</b>	<b>Württ. Verwaltungs- und Wirtschafts-Akademie e.V.</b> <b>VWA-Bildungshaus</b> <b>Wolframstr. 32, 70191 Stuttgart</b> <b>Alla Schramm, Lisa Weißer</b>  0711 21041-27  0711 21041-9527  <a href="https://www.w-vwa.de">https://www.w-vwa.de</a>  A.Schramm@w-vwa.de und L.Weisser@w-vwa.de
<b>VWA MA</b>	<b>Verwaltungs- und Wirtschafts-Akademie Rhein Neckar Mannheim e.V.</b> <b>Schulungszentrum</b> <b>Heinrich-Lanz-Str. 19-21, 68165 Mannheim</b> <b>Damla Eray</b>  0621 43218-16  0621 43218-18  <a href="https://www.vwa-rhein-neckar.de">https://www.vwa-rhein-neckar.de</a>  eray@vwa-rhein-neckar.de
<b>VWA KA</b>	<b>Verwaltungs- und Wirtschafts-Akademie Baden e.V.</b> <b>VWA Studienhaus</b> <b>Kaiserallee 12e, 76133 Karlsruhe</b> <b>Edith Schucker, Gerhard Maurer</b>  0721/98550-17  (07 21) 9 85 50-19  <a href="https://www.vwa-baden.de">https://www.vwa-baden.de</a>  edith.schucker@vwa-baden.de und gerhard.maurer@vwa-baden.de
<b>VWA FR</b>	<b>Verwaltungs- und Wirtschafts-Akademie für den Regierungsbezirk Freiburg e.V.</b> <b>Haus der Akademien</b> <b>Eisenbahnstr. 56, 79098 Freiburg</b> <b>Barbara Sexauer, Christian Heinrich</b>  0761 38673-11  0761 38673-98  <a href="https://www.vwa-freiburg.de">https://www.vwa-freiburg.de</a>  sexauer@vwa-freiburg.de und heinrich@vwa-freiburg.de

### Erläuterungen zu

<b>Ort und Termin</b>	können sich während der weiteren Planung evtl. ändern.
<b>Gebühr</b>	Die Tagessätze richten sich nach den Veranstaltungstypen und nach dem jeweiligen Begleitmaterial und betragen in der Regel 198,00 € bis 240,00 € je Veranstaltungstag.
<b>Zusätzliche Kosten</b>	sind dann ausgewiesen, wenn zur Teilnahmegebühr weitere Kosten entstehen. In der Regel betrifft dies Veranstaltungen in Tagungshotels, bei denen Kosten für Unterkunft und Verpflegung anfallen: (VP) = Vollpension / (ME) = Mittagessen
<b>Seminarzeiten</b>	Unsere Seminare finden i.d.R. im Zeitraum zwischen 09:00 und 16:30 Uhr statt.





**Württ. Verwaltungs- und  
Wirtschafts-Akademie e. V.**

VWA Bildungshaus  
Wolframstraße 32  
70191 Stuttgart

☎ 0711 21041-0

☰ 0711 21041-71

@ [info@w-vwa.de](mailto:info@w-vwa.de)

📍 [www.w-vwa.de](http://www.w-vwa.de)

**Verwaltungs- und  
Wirtschafts-Akademie Baden e. V.**

VWA Studienhaus  
Kaiserallee 12e  
76133 Karlsruhe

☎ 0721 98550-0

☰ 0721 98550-19

@ [info@vwa-baden.de](mailto:info@vwa-baden.de)

📍 [www.vwa-baden.de](http://www.vwa-baden.de)

**Verwaltungs- und  
Wirtschafts-Akademie für den  
Regierungsbezirk Freiburg e. V.**

Haus der Akademien  
Eisenbahnstr. 56  
79098 Freiburg

☎ 0761 38673-0

☰ 0761 38673-98

@ [info@vwa-freiburg.de](mailto:info@vwa-freiburg.de)

📍 [www.vwa-freiburg.de](http://www.vwa-freiburg.de)

**Verwaltungs- und  
Wirtschafts-Akademie  
Rhein-Neckar e. V.**

Schulungszentrum  
Heinrich-Lanz-Straße 19-21  
68165 Mannheim

☎ 0621 43 218-0

☰ 0621 43 218-18

@ [info@vwa-rhein-neckar.de](mailto:info@vwa-rhein-neckar.de)

📍 [www.vwa-rhein-neckar.de](http://www.vwa-rhein-neckar.de)