

**IHR ERFOLG.  
UNSER ZIEL.**



**TAGUNGEN | SEMINARE | LEHRGÄNGE**

# **SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ**

**2021**

# Wissen zur richtigen Zeit!



Mit dem E-Learning-Angebot der VWA Digital.

## LIVE-WEBINAR LIVE INTERAKTIV

LIVE-WEBINARE finden zu festgelegten Terminen statt und werden ausschließlich online gestreamt. Sie können vom Büro, vom Homeoffice oder von Unterwegs daran teilnehmen und haben direkten Kontakt zu den Dozenten, sodass Ihre individuellen Fragen sofort beantwortet werden können.

## HYBRID-SEMINAR LIVE INTERAKTIV

HYBRID-SEMINARE finden zu festgelegten Terminen statt. Sie entscheiden selbst, ob Sie direkt vor Ort oder online am PC, Laptop, Tablet oder Smartphone teilnehmen. In beiden Formaten haben Sie direkten Kontakt zu den Dozenten.

## VIDEO-TRAINING ON DEMAND

Unser VIDEO-TRAINING-Angebot umfasst aufgezeichnete Lern-Videos die Ihnen zum Download zur Verfügung stehen. Einmal gebucht können Sie diese mehrfach ansehen. Sie bestimmen selbst Ihr Lerntempo und bleiben flexibel.

## E-TRAINING ON DEMAND INTERAKTIV

Unser E-TRAINING-Angebot umfasst aufgezeichnete Lern-Videos mit interaktiven Elementen wie Lernfragen und Selbsttests. Diese sorgen für ein abwechslungsreiches Lernerlebnis. Sie bestimmen, wann, wo und wie schnell Sie lernen möchten.

## ONLINE-COACHING LIVE INTERAKTIV INDIVIDUELL

Ein Coach unterstützt Sie mit individuellem Consulting, Training und Coaching dabei, Ihre ganz persönlichen Ziele zu erreichen. Nutzen Sie das wertvolle Feedback und machen Sie sich fit für zukünftige Herausforderungen. Ein ONLINE-COACHING kann online oder per Telefon stattfinden.

Im Büro, im Homeoffice oder von Unterwegs...**Sie entscheiden, wann und wo** Sie lernen!

Sie erhalten eine qualifizierte **Teilnahmebestätigung** zum Nachweis Ihrer beruflichen Fortbildung.  
(Nicht bei VIDEO-TRAINING und ONLINE-COACHING)

**Sparen Sie wertvolle Zeit und Reisekosten.** So bleibt mehr Raum für das Wesentliche!

## 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

<b>Seminar-Nr</b>	<b>Termin</b>	<b>Ort</b>	<b>Teilnahmegebühr</b>	<b>zusätzl. Kosten*</b>	<b>zuständ. VWA</b>
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

<b>Seminar-Nr</b>	<b>Termin</b>	<b>Ort</b>	<b>Teilnahmegebühr</b>	<b>zusätzl. Kosten*</b>	<b>zuständ. VWA</b>
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 fessle 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)