



Referentin: Alexandra Ströbel

Staatlich anerkannte Erzieherin
Diplom Sozialpädagogin/ Sozialarbeiterin
Master of Arts – Management für Sozial-
und Gesundheitseinrichtungen
Personalentwicklerin (Pädagogische
Beratung und Coaching)
Zertifizierte Mediatorin (Mitglied im BM
e.V.)

Anmeldung unter:
Kreisvolkshochschule Birkenfeld
Geschäftsstelle Birkenfeld
Schneewiesenstraße
55765 Birkenfeld

Verwaltung: Tel.: 06782 15107
vhs@landkreis-birkenfeld.de
www.vhs-birkenfeld.de



Berufsbegleitende Weiterbildungen – Kommunikation und Rhetorik für den Beruf



Fit für den Beruf – Weiterkommen in der vhs

Die sich immer schneller verändernde Arbeitswelt stellt den Einzelnen und die Gesellschaft vor besondere Herausforderungen. Daher ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Dazu finden Sie ein umfangreiches Angebot in unserem Veranstaltungsprogramm unter www.vhs-birkenfeld.de.

Rhetorik als Schlüssel zum Erfolg – Überzeugend und schlagfertig Argumentieren in der modernen Arbeitswelt

Antrag auf Anerkennung als Bildungsfreistellungsmaßnahme nach dem Weiterbildungsgesetz RLP ist gestellt.

Sie lernen mittels der Methodik der lösungsorientierten Gesprächsführung, auch in schwierigen Situationen Kommunikationsprozesse effektiv zu gestalten und durch ihr Auftreten sowie Sprach- und Argumentationsverhalten zu überzeugen. Sie lernen Gesprächsgrundlagen und Strategien kennen und diese erfolgreich anzuwenden. Redeängste werden überwunden und Ihre natürliche Autorität wirkt auf Ihre Zuhörer.

Inhaltliche Gliederung

1. Tag

- theoretische Grundlagen
- Einführung in die unterschiedlichen Kommunikationsmodelle (Schulz von Thun, Watzlawick, Rosenberg)
- Vertiefung aus den Modellen zu gewaltfreier Kommunikation (GfK) und aktives Zuhören
- Schwierige Gespräche: Was können Herausforderungen sein, wo kann es zu Krisen kommen welche Lösungsorientierung gibt es?

2. Tag

- Praxisbeispiele, Übungen und Gruppenarbeiten. Gespräche vorbereiten und durchführen (schwierige, herausfordernde) Gespräche vorbereiten (Theoretische Grundlagen und Praxisbeispiele)
- Durchführung von Gesprächen (mit und ohne Vorbereitung. Wie behalte ich einen kühlen Kopf, bei Konflikt oder Krisengesprächen? Vereinbarungen treffen

3. Tag

- Methoden der Wertschätzung im Umgang miteinander
- Strukturelemente/Methoden bei schwierigen Gesprächen
- Nachbereitung von Gesprächen, Vereinbarungen überprüfen

Kursnummer: BI-242-505

Kursleitung: Alexandra Ströbel

Termine: Freitag, 15.11.2024 von 08:30 bis 14:00 Uhr
Montag, 18.11.2024 von 14:00 bis 19:30 Uhr
Freitag, 22.11.2024 von 08:30 bis 14:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal, Kreisverwaltung Birkenfeld,
Schneewiesenstraße 25, 55765 Birkenfeld

Gebühr: 283,00€

Workshop: Deeskalationstraining

Im Alltag des Gesundheits-, Bildungs- und Sozialwesens besteht immer ein Potential für aggressive Verhaltensweisen. Dies kann für das Personal sowie für die Klientinnen und Klienten und ihre Angehörigen eine Belastung darstellen. Daher ist besonders in diesen Bereichen ein Deeskalationstraining vorteilhaft, um Aggression vorzubeugen oder (verfahrene) mit Konflikten behaftete Situationen professionell zu bewältigen.

Für einen professionellen Umgang ist es wichtig, die Ursachen von Aggression und Gewalt sowie bestimmte Techniken zur Bewältigung zu kennen. Auch die eigene Einstellung zu aggressiven Verhaltensweisen spielt eine wichtige Rolle bei der Deeskalation.

Das Training zur Deeskalation, um professionell und angemessen reagieren zu können, besteht aus unterschiedlichen Bausteinen: Selbstwahrnehmung (Der eigene Umgang sowie die Bewältigung von Konflikten – Lösungsorientierung), Allgemeine Grundlagen zu Konflikten, Krise und Auseinandersetzungen, sowie die Anwendung von Kommunikationsmethoden und Achtsamkeitsmomenten. Aber auch Fluchttechniken sowie die Nachsorge und Nachbearbeitung von Vorkommnissen ist zentraler Inhalt des Workshops.

Sie lernen in dieser Veranstaltung unter anderem Selbstcoachingelemente, die Grundlagen, Einsatzmöglichkeiten der gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach M. Rosenberg kennen und anzuwenden, so dass Sie in Konflikten eine wertschätzende Haltung bewahren können, und in der Lage sind gemeinsame Lösungen zu erarbeiten. Mit Hilfe der 4 Schritt Methode richten Sie den Blick auf die Bedürfnisse (die eigenen und die der anderen). Bewusstheit, Empathie und Achtsamkeit sind hier der Schlüssel für ein respektvolles Miteinander und

können so verschiedene Situationen deeskalieren. Es werden zudem Methoden der Konfliktlösung erarbeitet und mit der eigenen Haltung zu Konflikten gearbeitet. Der Workshop besteht aus theoretischen Inputs, praktischen Übungen und Achtsamkeitsmomenten.

Inhaltliche Gliederung

1. Tag

- Kennenlernen eigene Einstellung zu Konflikten – Selbstwahrnehmung
- Einführung ins Thema: Grundlagen und Theoriewissen
- Konflikttheorie/Eisbergmodell
- 4 Ebenen eines Konfliktes
- Deseskalationsmethoden

2. Tag

- Zusammenfassung Tag 1
- Selbstcoaching /Kommunikation in Konfliktsituationen Bewältigung von Konfliktsituationen
- Kommunikationselemente (Zusammenfassen von Gesprächsinhalten)
- Einführung in die GfK (Theorie und Praxisbeispiele)
- Aktives Zuhören (Übungen und Fall Beispiele)
- Methoden zum Stressabbau in schwierigen Situationen, Positionswechsel

3. Tag

- Zusammenfassung Tag 2
- Beispiele aus der Praxis und Bewältigungsmöglichkeiten zusammentragen z.B. Achtsamkeitselemente kennenlernen durch Theorie und Praxis: Was kann ich tun in schwierigen Situationen? Wie verhalte ich mich richtig?
- Fluchttechniken kennenlernen „Wenn gar nix mehr geht“

Kursnummer: BI-242-506

Kursleitung: Alexandra Ströbel

Termine: Freitag, 11.10.2024 von 08:30 bis 14:00 Uhr
Montag, 14.10.2024 von 14:00 bis 19:30 Uhr
Freitag, 18.10.2024 von 08:30 bis 14:00 Uhr

Ort: Sitzungssaal, Kreisverwaltung Birkenfeld,
Schneewiesenstraße 25, 55765 Birkenfeld

Gebühr: 283,00€