

ENGAGEMENT IM EHRENAMT

Bildungsprogramm der Friedrich-Ebert-Stiftung



2017

**FRIEDRICH
EBERT** 
STIFTUNG

Landesbüro Hessen

Vorbemerkung

Demokratie lebt von handlungsbereiten und handlungsfähigen Bürgerinnen und Bürgern und ist ohne das gesellschaftliche Engagement dieser nicht denkbar. Deshalb möchte die Friedrich-Ebert-Stiftung Sie auch 2017 in ihrem gesellschaftlichen Engagement bekräftigen und stärken.

Egal, ob Sie sich schon lange gesellschaftlich engagieren, gerade beginnen oder erst mit dem Gedanken spielen, sich zu engagieren, die Seminarangebote der Friedrich-Ebert-Stiftung unterstützen Sie bei Ihren Vorhaben.

In verschiedenen Seminaren und in angenehmer Atmosphäre, begleitet durch professionelle Trainerinnen und Trainer wird Ihnen das nötige Handwerkszeug vermittelt, die alltäglichen Hürden des ehrenamtlichen Engagements in Kirche, Verein, Betrieb oder Politik, zu meistern. Dabei sind Argumentationsfähigkeit, Schlagfertigkeit und Überzeugungskraft nur eine kleine Auswahl der Fähigkeiten, die Sie aus dem Besuch unserer Seminare mitnehmen können. Wir wollen Sie darin unterstützen, kompetent und handlungsfähig Ihrem gesellschaftlichen Engagement nachgehen zu können und sich auch für neue Aufgaben und Herausforderungen gewappnet zu fühlen.

Werfen Sie einfach einen Blick in unser Seminarprogramm für das Jahr 2017. Bestimmt ist auch für Sie ein passendes Angebot dabei. Sollten Sie darüber hinaus noch etwas suchen, schauen Sie auch in die Weiterbildungsangebote unserer Partnerorganisationen im Netzwerk politische Bildung Hessen.

Stellen Sie sich einfach ihr ganz persönliches Weiterbildungsprogramm zusammen. Bei Fragen beraten wir Sie gerne.

Wir wünschen Ihnen weiterhin viel Erfolg bei ihrem Engagement!



Nicole Nestler
(Leiterin des Landesbüros Hessen)

Weitere Informationen sowie Anmeldungen unter:

Friedrich-Ebert-Stiftung

Landesbüro Hessen

Christine Zimmer

Marktstraße 10

65183 Wiesbaden

Telefon: 0611 34141513

Fax: 0611 34141529

E-Mail: landesbuero.hessen@fes.de

Web: www.fes.de/hessen/

2017

Inhalt

Überblick Seminarangebot	5
Keine Angst vor freiem Sprechen: Rhetorik – Grundlagentraining	6
Die Kunst der freien Rede: Rhetorik – Aufbautraining	7
Ihre Stimme entscheidet: Stimmbildung, Sprechen und Sprachbewusstsein	8
Alles nur Theater? Sicheres Auftreten im Ehrenamt	9
Prägnant und sicher überzeugen: Argumentationstraining	10
Gut, dass wir drüber gesprochen haben! Gesprächsführung	11
Die hoh(l)e Kunst der Diplomatie? Geschick und Fingerspitzengefühl im Ehrenamt	12
Gut moderiert – gemeinsam stark: Lebendige und ergebnisorientierte Sitzungsleitung	13
Auf einmal in Verantwortung: Führen und Leiten im Ehrenamt	14
Plaudern will gelernt sein: Die Kunst des gelungenen Small Talks	15
Gemeinsam erfolgreich zum Ziel. Zusammenarbeit im Team	16
Aufbau erfolgreicher Kooperationsbeziehungen: Die Kunst des Vernetzens	17
Sich gegen Angriffe behaupten: Schlagfertigkeitstraining	18
Über die Friedrich-Ebert-Stiftung	19
Unsere Trainerinnen und Trainer	20
Hinweise für die Teilnahme	22

Überblick Seminarangebot*

Termin	Thema	Ort	Region
03. – 04. Februar	Rhetorik – Grundlagentraining	Steinbach	Süd
17. – 18. Februar	Sicheres Auftreten im Ehrenamt	Gladenbach	Mitte
03. – 04. März	Geschick und Fingerspitzengefühl im Ehrenamt	Hofgeismar	Nord
24. – 25. März	Gesprächsführung	Steinbach	Süd
01. – 02. September	Lebendige und ergebnisorientierte Sitzungsleitung	Gladenbach	Mitte
22. – 23. September	Stimmbildung	Schmitten	Süd
03. – 04. November	Argumentationstraining	Steinbach	Süd
17. – 18. November	Führen und Leiten im Ehrenamt	Gladenbach	Mitte
24. – 25. November	Gesprächsführung	Hofgeismar	Nord
01. – 02. Dezember	Rhetorik – Aufbautraining	Gladenbach	Mitte
18. April	Kompaktseminar: Arbeiten im Team	Frankfurt	Süd
26. April	Kompaktseminar: Schlagfertigkeitstraining	Frankfurt	Süd
14. September	Kompaktseminar: Netzwerken	Frankfurt	Süd
11. Oktober	Kompaktseminar: Die Kunst des gelungenen Small Talks	Darmstadt	Süd

*Änderungen vorbehalten

Keine Angst vor freiem Sprechen

Rhetorik – Grundlagentraining

Wer sich engagieren und in unserer Gesellschaft etwas verändern will, muss nicht nur gute Ideen haben, sondern diese auch darstellen, andere überzeugen und zum Mitmachen motivieren können. Unsere wichtigsten Instrumente dabei sind das Wort und das Gespräch mit anderen. Ob in kleiner Runde oder in der Öffentlichkeit, wer die Grundlagen der Redekunst kennt und beherrscht, wird Ziele einfacher erreichen können und leichter Mitstreiterinnen und Mitstreiter finden.

Seminarinhalte:

- Rhetorische Grundelemente
- Wirkung von Mimik und Gestik
- Kurze Statements und Wortbeiträge aus der Situation heraus
- Geplante kurze freie Reden
- Selbst- und Fremdwahrnehmung, den eigenen persönlichen Stil entwickeln
- Lampenfieber sinnvoll nutzen

Methoden: Praktische Übungen, um das Gelernte zu festigen und aus-zuprobieren. Hierfür nutzen wir Impulsreferate, Gruppen- und Plenumsarbeit, Individualtraining und Feedback.

Zielgruppe: Ehrenamtlich Aktive mit keinen oder sehr geringen rhetorischen Vorkenntnissen, die an das Reden vor Gruppen herangeführt werden wollen.

Ziel: Grundlagen der freien Rede trainieren, vor Publikum verständlich und überzeugend auftreten, unterschiedliche Redetypen und Situationen unterscheiden und sich situationsangemessen äußern, mit Lampenfieber umgehen können.

Seminarleitung: Birgit Hahn, freie Trainerin



Die Kunst der freien Rede

Rhetorik – Aufbautraining

Sie kennen bereits die Grundelemente der Rhetorik? In diesem Seminar erfahren Sie mehr über die Überzeugungskraft der freien Rede und lernen, die Bedeutung von Mimik und Gestik gezielter einzusetzen. Sie erhalten die Möglichkeit, Ihre Kenntnisse weiter auszubauen und an Ihrem eigenen persönlichen Stil zu feilen. Wie kann ich mein eigenes Auftreten optimieren? Wie gehe ich mit schwierigen Gesprächspartner_innen und Situationen um? Wie gelingt es mir noch besser, meine Zuhörer_innen zu fesseln?

Seminarinhalte:

- Wie fasziniere ich mein Gegenüber?
- Einsatz von Stilfiguren und rhetorischen Mitteln
- Training von freier Rede anhand praktischer Übungen
- Selbst- und Fremdwahrnehmung, den persönlichen Stil verfeinern
- Umgang mit Zwischenruf und Gegenrede

Methoden: Impulsreferate, Gruppen- und Plenumsarbeit, Individualtraining und Feedback.

Zielgruppe: Ehrenamtlich Aktive mit rhetorischen Vorkenntnissen, die ihre rhetorischen Fähigkeiten ausbauen möchten.

Ziel: Ausbau der rhetorischen Kenntnisse und gezieltes Üben der freien Rede in komplexeren Situationen.

Seminarleitung: Birgit Hahn, freie Trainerin



Ihre Stimme entscheidet

Stimmbildung, Sprechen und Sprachbewusstsein

Bei Vorträgen, Reden, Auftritten in Konferenzen, Sitzungen etc. kommt es nicht nur auf die Inhalte an, die vermittelt werden. Stärker noch als die Sachverhalte wirken die nonverbalen Mittel und individuellen Eigenschaften der/des Sprechenden. Besonders die Stimme ist unsere ganz persönliche Visitenkarte. Die meisten Menschen nutzen ihre Möglichkeiten eher zufällig und unbewusst. Sie sind deshalb oft überrascht, wenn sie von ihren Adressat_innen, Zuhörer_innen oder Zuschauer_innen ganz anders wahrgenommen werden, als beabsichtigt.

Wie kann ich meine Stimme bewusst steuern und in Übereinstimmung mit Mimik, Gestik und Körperhaltung bringen, so dass sie meine Inhalte und Absichten unterstützt und verstärkt? Im Seminar wird an der optimalen Wirkung der Stimme gearbeitet. Dabei stehen die Wirkung der Stimme und des Sprechausdrucks im Mittelpunkt.

Seminarinhalte:

- Wie funktioniert die Stimme?
- Stimme und Körperhaltung – wie viel Raum nehme ich mir?
- Stimme und Kommunikationsdistanz – wie nahe komme ich anderen?
- Stimme und Klang – was ist angenehm, was unangenehm?
- Stimm-Muster – warum wirken manche Stimmen auf viele angenehm?
- Stress-Muster – wie reagiert meine Stimme im Stress?
- Stimme steuern – wie kann ich meine Mittel bewusster einsetzen?

Methoden: Praktische Übungen mit Feedback. Im Seminar wird viel experimentiert und ausprobiert. Dabei arbeitet der Trainer auch mit einzelnen Teilnehmer_innen vor der Gruppe. Im Seminar werden kleine Auftritte oder Redebeiträge geübt. Bitte bereiten Sie dafür z.B. eine kurze Vorstellung oder ein Thema vor, das Ihnen am Herzen liegt.

Zielgruppe: Alle, die den bewussten Einsatz ihrer Stimme üben und verbessern möchten.

Ziel: Sensibilisierung für Stimme, entwickeln und Erweitern des ganz persönlichen Stimm- und Auftritts-Repertoires.

Seminarleitung: Dr. Wolfgang Spang, freier Trainer



Alles nur Theater?

Sicheres Auftreten im Ehrenamt

Um im ehrenamtlichen Engagement erfolgreich zu sein, muss man auch als Persönlichkeit „gut ankommen“. Ob es gelingt Menschen für eine Idee zu gewinnen und zu überzeugen, hängt oftmals auch vom Auftreten ab. Das Bild, welches wir nach außen abgeben, sollte zu dem passen, was wir verkörpern und vertreten. Wir wirken glaubwürdig, wenn wir souverän, aber authentisch auftreten.

Nicht allen Menschen liegt der „Auftritt“ in der Öffentlichkeit gleichermaßen. Manch einer „spielt eine Rolle“, die nicht zu ihm oder ihr passt oder entzieht sich entsprechenden Situationen. In diesem Seminar geht es darum, wie wir in unserem öffentlichen Auftreten „wirken“ und wie wir uns in unserem Engagement glaubwürdig präsentieren können.

Seminarinhalte:

- Wie schafft man es, seine „Rolle“ überzeugend auszufüllen?
- Umgang mit Nervosität und Lampenfieber
- Wie „wirken“ wir auf andere Menschen?
- Praktisches Training von verschiedenen Auftrittssituationen

Methoden: Praktische Übungen sowie Gesprächssimulationen mit Feedback, Kleingruppenarbeit, Impulsreferate und Diskussionen im Plenum.

Zielgruppe: Ehrenamtlich Aktive, die an ihrem Gesamtauftritt vor anderen feilen möchten.

Ziel: Erweitertes Wissen zu Körpersprache, Rede und Gesprächsführung, Einüben einer eigenen Rolle, Techniken und Tipps, um selbstbewusst, sympathisch und kompetent im ehrenamtlichen Engagement aufzutreten.

Seminarleitung: Björn Walden, freier Trainer



Prägnant und sicher überzeugen

Argumentationstraining

Um in Diskussionen, Verhandlungen und Hintergrundgesprächen sein Gegenüber wirklich nachhaltig zu überzeugen und einen kompetenten sowie souveränen Eindruck zu hinterlassen, ist eine strukturierte, prägnante und verständliche Argumentation unverzichtbar.

In diesem Praxisseminar lernen Sie, Ihre Argumentation strukturiert, verständlich und glaubwürdig aufzubauen und mit schwierigen Gesprächspartner_innen, Abwehrverhalten und Gegenargumenten gelassen und selbstsicher umzugehen. Die Fähigkeit, gut zu argumentieren, ist trainierbar und soll in diesem Seminar gestärkt werden.

Seminarinhalte:

- Aufbau und Struktur von Argumentationen
- Einsatz verschiedener Argumentationstechniken
- Antizipation und Nutzung von Gegenargumenten
- Umgang mit schwierigen Situationen
- Entwicklung von Argumentationsstrategien

Methoden: Praktische Übungen sowie Gesprächssimulationen mit Feedback, Kleingruppenarbeit, Impulsreferate und Diskussionen im Plenum.

Zielgruppe: Ehrenamtlich Aktive mit rhetorischen Vorkenntnissen.

Ziel: Trainieren und Erlernen der glaubwürdigen und überzeugenden Vermittlung von Informationen durch prägnantes und logisches Argumentieren.

Seminarleitung: Björn Walden, freier Trainer



Gut, dass wir drüber gesprochen haben!

Gesprächsführung

Gute Zusammenarbeit braucht gute Kommunikation – erst recht im Ehrenamt, wo unterschiedliche Erfahrungen, Erwartungen und Ansprüche sich begegnen. Bereichernde Gespräche entstehen nur selten nebenbei, sie brauchen jemanden, der sie in Gang bringt, das Ziel nicht aus den Augen verliert und die Augenhöhe einhält. Dann lässt sich im Ehrenamt mit Gesprächen viel erreichen: Motivation und Bedürfnisse erkennen, Aufgaben verteilen und Kompetenzen sinnvoll nutzen, Probleme angehen und Konflikte vermeiden.

Wir werden uns damit beschäftigen, wie Kommunikation erfolgreich funktioniert, vor allem aber Lust auf Gespräche aller Art machen.

Seminarinhalte:

- Gesprächsziele formulieren
- Botschaften verstehen: Vier Seiten einer Nachricht
- Kommunikation auf Augenhöhe: Transaktionsanalyse
- Mit Fragen führen
- Gesprächsstruktur entwickeln
- Wertschätzung als Kommunikationsmittel
- Schwierige Gespräche führen
- Feedback geben, ohne zu verletzen

Methoden: Praktische Übungen in Kleingruppen, Rollenspiele, Impulsreferate mit Anwendungsbeispielen.

Zielgruppe: Alle ehrenamtlich Engagierten, die die Zusammenarbeit besser gestalten wollen, egal ob als Führungsperson oder einfaches Mitglied.

Ziel: Gespräche auf Augenhöhe erfolgreich gestalten können, sich in schwierigen Gesprächssituationen sicherer fühlen.

Seminarleitung: Alexandra Kramm, freie Trainerin

Termin März



Termin November



Die hoh(l)e Kunst der Diplomatie?

Geschick und Fingerspitzengefühl im Ehrenamt

Ehrenamtliches Engagement ist immer auch das Miteinander von Menschen. Schnell hat man sich mit einem schnellen „Nein“ oder einer frisch formulierten Idee Kritiker geschaffen. Wie können Sie im gesellschaftspolitischen Ehrenamt erfolgreicher sein? Das „brachiale Durchboxen“ hat nur in den seltensten Fällen Erfolg – und wenn dann nur kurzfristig. Eher ist Fingerspitzengefühl und Diplomatie gefragt. Diplomatie hat bei vielen Menschen den zweifelhaften Ruf einer „hohlen Kunst“, die mit Verzögerung, Schmeichelei und Lüge arbeitet. Diplomatie kann man jedoch auch anders verstehen: Als hohe Kunst durch den Einsatz von zwischenmenschlichem Taktgefühl, Verhandlungsgeschick und strategischer Vorgehensweise Ziele zu erreichen.

Seminarinhalte:

- Die „diplomatische“ Einstellung
- Beziehungsmanagement
- Von gemeinsamen Interessen zu Win-Win-Situationen
- Ihr Ass im Ärmel: Zeit
- Diplomatisch Verhandeln
- Wie man „nein“ sagt und wie man ein „ja“ erzielt
- Wie Sie auf Angriffe konstruktiv reagieren

Methoden: Wechsel von Inputphasen, Gruppenarbeiten, Rollenspielen, Simulationen.

Zielgruppe: Ehrenamtlich Aktive mit Vorkenntnissen in Rhetorik und Gesprächsführung.

Ziel: Strategien zu vermitteln, die Sie befähigen langfristig und diplomatisch im Ehrenamt zu agieren.

Seminarleitung: Björn Walden, freier Trainer



Gut moderiert – gemeinsam stark

Lebendige und ergebnisorientierte Sitzungsleitung

Nur lebendige und zugleich ziel- und ergebnisorientierte Sitzungen, Projekte und Vorhaben begeistern. Die ehrenamtliche Arbeit in Politik und Gesellschaft besteht zu einem nicht unerheblichen Anteil aus wichtiger und notwendiger Vorarbeit in Projektbesprechungen, Teams und Gremien.

Gute Ergebnisse über die Sitzung hinaus, Motivation und aktives Mitwirken der Beteiligten hängen auch von einer guten Moderation ab. Es gilt die Erwartungen der Gruppe zu erkennen, Ideen und Erkenntnisse zu fördern, das Gespräch lebendig zu gestalten und die Beteiligten zielführend einzubinden.

Seminarinhalte:

- Klärung von Rolle und Aufgaben der Moderatorin/des Moderators
- Redelisten, Sitzordnung, Einstiegsmöglichkeiten und Spielregeln
- Kennenlernen von Moderationsmethoden und -techniken
- Vorbereiten auf eine Moderation (Auftragsklärung etc.)
- Entscheidungsverfahren
- Energizer, um Sitzungen lebendiger zu gestalten

Methoden: Impulsreferate, Gruppen- und Plenumsarbeit, praktische Übungen mit Feedback, Simulationen.

Zielgruppe: Gruppen- und Projektleiter_innen, Vorstände in Gremien und Untergliederungen von Parteien, Verbänden und Vereinen.

Ziel: Kennenlernen und trainieren von ausgewählten Moderations- und Leitungstechniken für kleine und mittlere Gruppen (4 bis 20 Personen). Einschätzen der eigenen Rolle und des eigenen Rollenverhaltens.

Seminarleitung: Christiane Keller-Zimmermann, freie Trainerin



Auf einmal in Verantwortung

Führen und Leiten im Ehrenamt

Auch im Ehrenamt hat fast immer irgendjemand „den Hut auf“ – übernimmt die Leitung. Meist kommt diese Aufgabe der oder dem Vorsitzenden zu. Manche streben ein solches Amt zielgerichtet an und möchten sich bereits im Voraus auf diese Aufgabe vorbereiten, andere stecken vielleicht plötzlich unerwartet drin: „Führungskraft“ im Ehrenamt.

Viel Verantwortung, viele Erwartungen und auch viele Möglichkeiten sind verbunden mit solchen Positionen. Doch wie nehme ich diese Aufgabe bestmöglich wahr? Wie viel Führung ist notwendig? Wie motiviere ich andere? Wie binde ich andere ein, berücksichtige ihre Interessen und verfolge gleichzeitig effizient und effektiv die Ziele meiner Organisation? Auf der Grundlage von Hinweisen und Erkenntnissen können Sie sich Antworten auf diese Fragen erarbeiten.

Seminarinhalte:

- Ziele und Grenzen von Führung
- Rolle und Verantwortung der Führungskraft
- Verschiedene Führungsstile und deren Wirkung
- Methoden und Werkzeuge von Führung
- Analyse und Reflektion des eigenen Führungsstils
- Macht und persönlicher Einfluss

Methoden: Visualisierte Impulsreferate, praktische Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit, angeleitete Selbstreflexion, Lehrgespräche und Feedback.

Zielgruppe: (Potenzielle) Vorsitzende und Menschen in Leitungsfunktionen in Verbänden, betrieblichen Interessenvertretungen, Vereinen und Parteien.

Ziel: Sie lernen unterschiedliche Führungsstile und -methoden sowie deren Einsatzmöglichkeiten und Grenzen kennen. Sie reflektieren den präferierten eigenen Führungsstil und analysieren die Anforderungen an Sie als Führungskraft.

Seminarleitung: Denis Kittl, freier Trainer



Plaudern will gelernt sein

Die Kunst des gelungenen Small Talks

Kompaktseminar

Um Small Talk kommt eigentlich nicht herum, wer im Ehrenamt mit vielen Menschen zu tun hat. Mit ein paar Sätzen über das Wetter ist es jedoch nicht getan. Ungezwungen plaudern – das fällt vielen Menschen schwer. Das Reden über belanglose Themen vor Sitzungsbeginn, in der Pause der Veranstaltung oder beim zufälligen Treffen auf der Straße ist allerdings keine Zeitverschwendung.

Mit gutem Small Talk können Sie einen positiven Eindruck beim Gegenüber hinterlassen, bleiben in Erinnerung und bauen eine persönliche Beziehung auf. Dies hilft, das eigene Netzwerk zu erweitern, aber auch Situationen aufzulockern, um dann konstruktiv über die „wichtigen“ Dinge zu sprechen oder zu verhandeln.

Seminarinhalte:

- Sinn und Ziel des Small Talks
- Die richtigen Themen
- Bedeutung von Körpersprache und Augenkontakt
- Methoden und Instrumente (Fragen, Ich-Aussagen etc.)
- Anfang und Ende des guten Small Talks

Methoden: Impulsreferate, praktische Übungen und Gesprächssimulationen mit individuellem Feedback.

Zielgruppe: Alle ehrenamtlich Aktiven. Die Teilnehmenden sollten die Bereitschaft zur unmittelbaren praktischen Anwendung der Seminarinhalte mitbringen.

Ziel: Kennen der Grundlagen erfolgreichen Small Talks, Abbau von Berührungängsten und mehr Spaß beim Erproben des ungezwungenen Geplauders.

Seminarleitung: Björn Walden, freier Trainer



Gemeinsam erfolgreich zum Ziel

Zusammenarbeit im Team

Kompaktseminar NEU!

Wo mehrere Menschen zusammenarbeiten ist Teamarbeit angesagt. Daraus ergeben sich besondere Herausforderungen an die Kommunikation und Koordination der gemeinsamen Arbeit. Werden diese nicht beachtet, endet Teamarbeit nicht selten im Streit.

Ist die Weisheit „ein Team ist mehr als die Summe seiner Teile“ nur eine Mär? Nein. Doch wie so häufig gilt: Gewusst wie!

Wie werden Teams erfolgreich? Was sind Erfolgsrezepte effektiver Zusammenarbeit im Team? Diesen Fragen widmet sich dieses Kompaktseminar: Auf dem Seminar wird Grundwissen über Grundlagen von Teamarbeit, typische Fallstricke von Teams, Erkenntnisse über Erfolgsfaktoren, Phasen der Teamentwicklung und Methoden, um die Arbeit im Team erfolgreicher und angenehmer zu gestalten, vermittelt.

Seminarinhalte:

- Die häufigsten Fehl-/Dysfunktionen von Teams
- Phasen der Teamentwicklung
- Erfolgsfaktoren für Teams

Methoden: Praktische Übungen, visualisierte Kurzreferate, Plenumsdiskussionen und Lehrgespräche.

Zielgruppe: alle, die in Organisationen, Verbänden, Interessensvertretungen, Vereinen und Parteien u.ä. im Team arbeiten.

Ziel: Kennenlernen typischer Herausforderungen in Teams sowie erkennbare Muster erfolgreicher Teams. Mit dem Wissen über die Phasen der Teamentwicklung können Sie später individuelle Ideen zur Weiterentwicklung von Teams erarbeiten.

Seminarleitung: Denis Kittl, freier Trainer



Aufbau erfolgreicher Kooperationsbeziehungen

Die Kunst des Vernetzens

Kompaktseminar

Ein Großteil des Erfolges gesellschaftspolitischer Arbeit ist abhängig von einem funktionierenden Netzwerk an Personen, das Sie in Ihren Zielen und in Ihrem gesellschaftspolitischen Engagement unterstützt. Zum Informations- und Erfahrungsaustausch und zur Gewinnung von Mitwirkenden ist es wichtig, die richtigen Kontakte zu knüpfen.

Doch erfolgreiches Netzwerken erfordert mehr als den Austausch von Visitenkarten oder das einmalige Vernetzen mit Personen in der digitalen Welt: Es erfordert den gezielten und strategischen Aufbau von Kooperationsbeziehungen und die aktive Gestaltung und Pflege dieser Beziehungen. In diesem Kompaktseminar konzentrieren wir uns auf die erste Phase des Kontaktaufbaus: Wie mache ich andere auf mich aufmerksam und stelle mich als interessante Kooperationspartnerin oder interessanten Kooperationspartner dar?

Seminarinhalte:

- Eigenes Netzwerkpotenzial erkennen
- Die eigene erfolgreiche Positionierung und Darstellung
- Wenn Small Talk zu wenig ist: Warum Sie?

Methoden: Visualisierte Kurzreferate, Gruppen- und Einzelarbeiten, Plenumsdiskussionen und Erfahrungsaustausch.

Zielgruppe: Ehrenamtliche aus Parteien, Verbänden und Vereinen, die mit der besseren Gestaltung von Netzwerkbeziehungen Unterstützer_innen und Kooperationspartner_innen für Projekte in ihrer gesellschaftspolitischen Arbeit finden möchten.

Ziel: Einblick in die Grundlagen des Aufbaus erfolgreicher und nachhaltiger Kooperationsbeziehungen, das eigene Netzwerkpotenzial und geeignete Netzwerkpartner_innen erkennen.

Seminarleitung: Denis Kittl, freier Trainer



Sich gegen Angriffe behaupten

Schlagfertigkeitstraining

Kompaktseminar NEU!

Wir alle erleben in Gesprächen und Diskussionen immer wieder „Angriffe“ auf unsere Position oder gar unsere Person. Häufig fallen uns die besten Erwidierungen jedoch erst ein, wenn es zu spät ist.

Ziel dieses Seminars ist es daher, Ihnen verschiedene Techniken zu vermitteln, wie Sie in einer solchen Situation souverän und überlegen reagieren und somit das Heft des Handelns auch weiterhin in der Hand halten.

Seminarinhalte:

- Störungen und unfaire Angriffe: Wieso eigentlich?
- Die beste Lösung: Prävention
- Die wirkungsvollsten Schlagfertigkeitstechniken
- Kooperative vs. konfrontative Ansätze
- Wie gehen Sie mit „Machtspielchen“ um?

Methoden: Theoretische Impulse, raktische Übungen sowie Gesprächssimulationen mit anschließendem Feedback.

Zielgruppe: Ehrenamtlich Aktive mit rhetorischen Vorkenntnissen.

Ziel: Sie kennen die Gründe für Störungen und unfaire Angriffe, vermeiden es Anlässe zu schaffen und können verschiedene Techniken einsetzen, die es Ihnen ermöglichen, solche Angriffe an sich abprallen zu lassen, auf den/die Angreifer_in zurückzulenken, sie produktiv zu nutzen und in solchen Situationen souverän und überlegen zu agieren.

Seminarleitung: Björn Walden, freier Trainer



Über die Friedrich-Ebert-Stiftung

Seit September 2007 gibt es ein eigenständiges Landesbüro der Friedrich-Ebert-Stiftung für Hessen. In verschiedenen regionalen und thematischen Foren und Gesprächskreisen werden aktuelle politische und gesellschaftliche Fragestellungen und Themen aufgegriffen und mit Bürger_innen sowie Vertreter_innen aus Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur diskutiert.

In Qualifizierungsseminaren können sich Bürger_innen fit machen für das Engagement in Parteien, zivilgesellschaftlichen Organisationen, Vereinen und Gewerkschaften.

Weitere Informationen über die FES in Hessen und ihre aktuellen Angebote und Veranstaltungen finden Sie unter: www.fes.de/hessen.

Die Friedrich-Ebert-Stiftung (FES) wurde 1925 als politisches Vermächtnis des ersten demokratisch gewählten deutschen Reichspräsidenten Friedrich Ebert gegründet. Der Sozialdemokrat Friedrich Ebert regte vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen in der politischen Auseinandersetzung die Gründung einer Stiftung mit folgenden Zielen an:

- die politische und gesellschaftliche Bildung von Menschen aus allen Lebensbereichen im Geiste von Demokratie und Pluralismus zu fördern,
- begabten jungen Menschen unabhängig von den materiellen Möglichkeiten der Eltern durch Stipendien den Zugang zum Hochschulstudium zu ermöglichen,
- zur internationalen Verständigung und Zusammenarbeit beizutragen.

Die Friedrich-Ebert-Stiftung, von den Nationalsozialisten 1933 verboten und 1947 wieder begründet, verfolgt mit ihren umfangreichen Aktivitäten im In- und Ausland diese Ziele bis heute. Als eine gemeinnützige Institution ist sie den Ideen und Grundwerten der sozialen Demokratie verpflichtet.

Unsere Trainerinnen und Trainer



Birgit Hahn

Diplom-Pädagogin, Tätigkeiten als Jugendpflegerin, selbstständige Kauffrau, ehrenamtlich tätig in verschiedenen Organisationen und Einrichtungen mit unterschiedlichen Aufgaben, Funktionen und Mandaten. Neun Jahre Niederlassungsleiterin einer Erwachsenenbildungseinrichtung, seit 1989 freie Trainerin.



Christiane Keller-Zimmermann

Großhandelskauffrau, Diplom-Psychologin, Schwerpunkt Abo-Psychologie, seit 1993 freiberufliche Trainerin in den Bereichen Kommunikation und Führung, Stressbewältigung und Rhetorik, Moderation, Coaching, Personal- und Organisationsentwicklung, Erwachsenenbildung, Weiterbildungen im Life-Work-Balance-Bereich und in Stresspräventionsprogrammen.



Denis Kittl

Kaufmann für Marketing und Kommunikation. Studium der Soziologie und Politik. Aufbaustudium in Gruppendynamik. Diverse Aus- und Fortbildungen in Kommunikation und Management an namhaften Instituten. Seit 2004 Trainer, Coach und Berater. Ausbildung in Verhandlungsführung u.a. beim Program on Negotiation der Harvard Law School. Ausbildung in Teamentwicklung u. a. am Kellogg Team and Group Center der Kellogg School of Management. Trainer und Berater für das Team-Management-System® und das Belbin®-Teamrollenmodell.

Alexandra Kramm

Germanistin und Politologin (M.A.), systemische Beraterin (DGSF), seit 2007 als Trainerin, Coach und Moderatorin unter dem Namen „schulterblick“ selbstständig tätig; langjährige eigene Erfahrungen mit politischem Engagement. Arbeitsschwerpunkte: Kommunikation, Konflikte, Führung, Auftreten und Zielorientierung im Ehrenamt.



Dr. Wolfgang Spang

Studium Germanistik, Musik, Politikwissenschaft in Saarbrücken und Marburg, 1. und 2. Staatsexamen (Lehramt an Gymnasien), Rundfunksprecher, Redakteur und Moderator, Studium Sprecherziehung und Sprechwissenschaft und Promotion zum Thema „Qualität von Radioprogrammen“. Sprecherzieher und Kommunikationstrainer beim Hessischen Rundfunk. Seit 1987 Trainer der ARD-ZDFmedienakademie, verschiedene Lehraufträge (Feedback, Stimme und Persönlichkeit, Kommunikation im Gesundheitswesen), Trainer für Seminare (Stimme und Wirkung, Auftritt und Persönlichkeit, Feedback: Selbstwahrnehmung vs. Fremdwahrnehmung).



Björn Walden

Industriekaufmann, Diplom-Kaufmann und Master of Education. Nach einer mehrjährigen Tätigkeit als strategischer Einkäufer in einem DAX-Unternehmen heute Lehrer an einer Realschule. Im Nebenberuf Trainer für Rhetorik und Kommunikation sowie Engagement als Wahlkampfberater.



Hinweise für die Teilnahme

1) Anmeldung

Die Anmeldung ist **ausschließlich** über unser elektronisches Buchungsprogramm bzw. in schriftlicher Form und nur beim Landesbüro Hessen der Friedrich-Ebert-Stiftung möglich:

Friedrich-Ebert-Stiftung
Landesbüro Hessen
Marktstraße 10
65183 Wiesbaden
Telefon: 0611 34 14 15 13
Fax: 0611 34 14 15 29
E-Mail: landesbuero.hessen@fes.de

Sie erhalten von uns rechtzeitig eine **schriftliche Anmeldebestätigung**. **Eine Teilnahme am Seminar ist nur nach deren Erhalt möglich.**

2) Teilnahmebeiträge

1,5-Tagesseminar: **60,00 Euro**
Kompaktseminar: **10,00 Euro**

Da die Friedrich-Ebert-Stiftung für das Seminar finanzielle Verpflichtungen eingeht und durch den Teilnahmebeitrag nur ein Teil der entstehenden Kosten abgedeckt wird, ist eine Überweisung 10 Tage vor der Veranstaltung notwendig.

Der Teilnahmebeitrag umfasst Programm, Verpflegung (ohne Getränke) und Unterkunft im Einzelzimmer während der Dauer des Seminars, einschließlich der Seminarunterlagen, sofern vorgesehen. Kompakt- und Tagesseminare enthalten keine Unterkunft.

3) Teilnahmebestätigung und Zertifikat

Teilnahmebestätigung und Zertifikat werden nur bei der **vollständigen Teilnahme** während der gesamten Seminarzeit ausgestellt.

4) Stornierung der Teilnahme

Eine **Stornierung** kann nur **schriftlich** erfolgen. Bei Rücktritt **zwei Wochen** vor Seminarbeginn oder später müssen wir Ihnen die Teilnahmegebühr in Rechnung stellen.

5) Veranstaltungsort

Detaillierte Informationen zum Tagungsort erhalten Sie rechtzeitig zusammen mit den Seminarunterlagen.

6) Fahrtkosten

Fahrtkosten können **nicht** erstattet werden.

7) Teilnehmerzahl

Um eine optimale Vermittlung der Seminarinhalte zu gewährleisten, ist die Zahl der möglichen Teilnehmenden begrenzt. Es entscheidet die Reihenfolge des schriftlichen Eingangs der Anmeldung.

8) Seminarinhalte und -ablauf

Die aufgeführten Seminaurausschreibungen stellen einen inhaltlichen Rahmen für die angebotenen Seminare dar. Sie haben keinen verbindlichen Programmcharakter. Der genaue Ablauf kann variieren.

- **1,5-Tagesseminar:** Freitag 17:00 Uhr bis Samstag 18:00 Uhr
- **Kompaktseminar:** wochentags von 17:00 Uhr bis 21:00 Uhr

Bitte achten Sie auf eventuelle Änderungen in Ihren Teilnahmebestätigungen. Mit Rücksicht auf den Seminarablauf und den Lernerfolg aller Teilnehmenden sind An- und Abreise entsprechend den Seminarzeiten verlässlich einzuplanen.

Bei zu geringer Teilnehmerzahl, Krankheit der Referent_innen oder Fällen von höherer Gewalt behalten wir uns die Änderung des Programms bzw. die Absage vor.

9) Kinderbetreuung und Barrierefreiheit

Im Einzelfall wird bei Bedarf nach Rücksprache die Möglichkeit des Angebots der Kinderbetreuung gerne geprüft.

Bei Fragen zur barrierefreien Durchführung der Seminare wenden Sie sich bitte vor dem Seminar an uns.



lines

+

+
Methodenvielfalt
Abwechslung

helle
freundliche
VA-Orte
Charme

angemessene
Preis

gute
Essen
+
Trinken

Erreichbar
für alle

ansprechend
für alle

mit dem Seminar
zusammen geben

niedrig-
schwellig:

Zusammen
Orte
nutzen

Klare
Rahmen
offene