Kompetent in die Öffentlichkeit - Grundmodule

Steigern Sie Ihre Wirkung – bleiben Sie authentisch
Der erste Eindruck entscheidet in Sekundenbruchteilen darüber, wie Ihr Gegenüber Sie wahrnimmt.
Erfahren Sie, was eine stimmige und ansprechende Gesamterscheinung ausmacht. Lernen Sie andere von sich einzunehmen und sich positiv und nachhaltig in deren Gedächtnis einzuprägen.
Inhalt: Psychologie des ersten Eindrucks, Vorstellung und Begrüßung, Wertschätzung äußern und entgegennehmen.
Leitung: Valeria Aebert
(Dipl.-Theaterpädagogin/Kommunikationstrainerin)
Termin: Freitag, 20.01.2012, 17.00 - 22.00 Uhr (6 Ustd.)
Teiln.-Beitrag: 15,00 €
BBN 5202005

Begeistern Sie Ihr Publikum
Sie wünschen sich angstfrei zu sprechen und sich klar und überzeugend auszudrücken? Lernen Sie die Grundregeln erfolgreicher Rhetorik kennen, um Ihren Ideen und Projekten öffentlich Gehör zu verschaffen.
Inhalt: Auftreten und Verhalten der Rednerin, Vorbereitung und Gestaltung der Rede, Umgang mit Redeängsten, rhetorische Stilmittel.
Leitung: Hannelore Gabor-Molitor
(Dipl.-Pädagogin/ Kommunikationstrainerin)
Termin: Samstag, 28.01.2012, 09.30-17.00 Uhr (7 Ustd.)
Teiln.-Beitrag: 17,50 €
BBN 5202006

Körpersprache bewusst einsetzen
In ganz besonderem Maße ergibt sich die Selbstdarstellung durch die Körpersprache. Wenn Sie sich kreativ und lebendig fühlen, wirkt auch Ihre körperliche Ausstrahlung positiv und gewinnend.
Inhalt: Körperwahrnehmung, Körpersprache, Gestik, Mimik, Stimme, Präsenz, Selbstbild-Fremdbild.
Leitung: Valeria Aebert
(Dipl.-Theaterpädagogin/Kommunikationstrainerin)
Termin: Freitag, 03.02.2012, 17.00 – 22.00 Uhr **und**

Bühne frei für Ihre persönlichen Stärken
Eine authentische Ausstrahlung, ein selbstbewusstes Auftreten – darin liegt der Schlüssel zu beruflichem Erfolg, aber auch zu mehr Selbstzufriedenheit. Überlassen Sie die Wirkung Ihres Auftritts nicht dem Zufall: Setzen Sie Ihre Stärken gezielt ein. Erfahren Sie durch wertvolles Feedback, wie Sie auf andere wirken und auch in unterschiedlichen sozialen Situationen sensibel und adäquat reagieren.
Inhalt: Eigenbild - Fremdbild, Umgang mit Unsicherheiten, Überzeugungskraft stärken, Wertschätzung und Respekt im Umgang mit anderen, Wünsche und Kritik selbstbewusst äußern.
Leitung: Valeria Aebert
(Dipl.-Theaterpädagogin/Kommunikationstrainerin)
Termin: Samstag, 04.02.2012, 09.30 - 16.00 Uhr (2x 6 Ustd = 12 Ustd.))
Teiln.-Beitrag: 30,00 €
BBN 5202007

Starke Teams brauchen starke Teamplayer
Im Team kann vieles besser, leichter und kreativer gestaltet werden. Denn die gemeinsame Leistung ist stets größer als die Summe der Einzelleistungen. Erfahren Sie, was Teams erfolgreich macht, wie Sie die Bedürfnisse und Ziele der Teamplayer ins Gleichgewicht bringen und lösungsorientiert handeln.
Inhalt: Gestaltung von Teamarbeit, Aufgabendelegation, Kooperation und Konkurrenz, Rollen im Team, Entwicklung von Teamgeist, Motivation zur Teamarbeit.
Leitung: Eva Schmitz-Ulrich (Diplom-Psychologin)
Termin: Donnerstag, 08.03.2012, 20.00 – 22.15 Uhr
Termin: Donnerstag, 15.03.2012, 20.00 – 22.15 Uhr (6 Ustd)
Teiln.-Beitrag: 15,00 €
BBN 5202008

Social Media – die virtuelle Bühne im Web 2.0
Facebook, Twitter, Xing – soziale Netzwerke boomen. Welche Chancen bietet das Mitmach-Web, wo liegen Risiken und wie kann es für die wirkungsvolle Öffentlichkeitsarbeit genutzt werden? Newsletter oder Blog, Videos hochladen oder Facebook-Fans sammeln: Planen Sie Ihre virtuellen Aktivitäten strategisch sinnvoll und im Einklang mit den vorhandenen Ressourcen und Möglichkeiten.
Inhalt: Art, Funktion, Eignung von Social Media, Ergänzung zu klassischen Kommunikationswegen, Nutzung für politische Aktivitäten.
Leitung: Melanie Kabus (Journalistin/Medientrainerin)
Termin: Donnerstag, 19.04.2012, 20.00 Uhr – 22.15 Uhr
Termin: Donnerstag, 26.04.2012, 20.00 Uhr – 22.15 Uhr, (6 Ustd)
Teiln.-Beitrag: 15.00 €
BBN 5202009

Souverän in Konferenzen & Co
Viele Entscheidungen gehen ihren Weg durch Gremien. Dabei kommt es darauf an, Ideen und Ergebnisse gekonnt darzustellen. Lernen Sie erprobte Techniken, um professionell in Konferenzen zu agieren, Gespräche und Diskussionen souverän zu leiten, überzeugend zu präsentieren und zu moderieren.
Inhalt: Regeln der Gesprächsleitung, Leitlinien für die Teilnahme an Besprechungen, Checklisten zur Vorbereitung; Geschäftsordnung und Protokollarten, richtiger Medieneinsatz, Regeln zur Erstellung einer Visualisierung, Präsentationsregeln.
Leitung: Bianca Maria Kessel (Diplom-Pädagogin)
Termin: Samstag, 28.04.2012, 09.30 – 16.00 Uhr, (6 Ustd)
Teiln.-Beitrag: 15.00 €
BBN 5202010

KompetentPunkt – Vertiefungsmodule

KOMPETENTPUNKT
Angebote für Frauen

KompetentPunkt – Abgrenzung als Chance
Grenzen Sie sich gekonnt ab?
Vielen Menschen fällt es schwer, sich z.B. gegenüber Forderungen, verletzender Kritik, aber auch depressiven, impulsiven oder vereinnahmenden Verhaltensweisen anderer wirkungsvoll abzugrenzen.
Inhalt: Wir werden an diesem Abend sowohl nach Ursachen dieses Phänomens fragen als auch Techniken und Strategien stimmigen und authentischen Abgrenzungsverhaltens erproben.
Ziel ist die Stärkung der Selbstbestimmung, des Selbstbewusstseins und des respektvollen Umgangs miteinander.
Leitung: Hannelore Gabor-Molitor
Termin: Do. 09.02.2012, 19:30 - 22:30 Uhr (1x = 4 UStd.)
Katholisches Bildungswerk Bonn, Kasernenstraße 60, 53111 Bonn
Teiln.-Beitrag: 10,00 €
BBN 2502038

KompetentPunkt – Mit Selbstbewußtsein in die Öffentlichkeit
Stimm-, Sprech- und Kommunikationstraining
Inhalt: Wir verbringen einen Großteil unserer Zeit damit, mit anderen zu kommunizieren: mit Freunden, mit der Familie oder mit Kollegen. Wir machen Termine aus, teilen Geschichten, geben Anweisungen, erklären komplizierte Zusammenhänge oder entspannen schwierige Situationen mit einem Scherz – alles nebenbei und ganz alltäglich. Erst vor Publikum oder Zuhörern wird das Alltägliche plötzlich kompliziert. Das Seminar bietet die Möglichkeit, sich selbst vor Kamera, Mikrofon und Publikum kennen (und schätzen!) zu lernen. Darüber hinaus gibt es Tipps für eine starke Stimme und praxisnahe Regeln für die zielführende Kommunikation vor Publikum. Damit können die eigenen Stärken und Ressourcen gezielt genutzt werden, um zukünftig sicher und gelassen Situationen in der Öffentlichkeit zu begegnen.
Leitung: Melanie Kabus
Termin: Sa. 11.02.2012, 09:30 - 17:00 Uhr (1x = 8 UStd.)
Katholisches Bildungswerk, Kasernenstr. 60, 53111 Bonn
Teiln.-Beitrag: 20,00 €
BBN 2502039

Verbindliche Anmeldung

☐ **Steigern Sie Ihre Wirkung – bleiben Sie authentisch**
Valeria Aebert
Termin: Freitag, 20.01.2012, 17.00 - 22.00 Uhr (6 Ustd.), Teiln.-Beitrag: 15,00 €, BBN 5202005

☐ **Begeistern Sie Ihr Publikum**
Hannelore Gabor-Molitor
Termin: Samstag, 28.01.2012, 09.30-17.00 Uhr (7 Ustd.), Teiln.-Beitrag: 17,50 €, BBN 5202006

☐ **Körpersprache bewusst einsetzen**
Valeria Aebert
Termin: Freitag, 03.02.2012, 17.00 – 22.00 Uhr **und**
Bühne frei für Ihre persönlichen Stärken
Termin: Samstag, 04.02.2012, 09.30 - 16.00 Uhr (2x 6 Ustd = 12 Ustd.)), Teiln.-Beitrag: 30,00 €
BBN 5202007

☐ **Starke Teams brauchen starke Teamplayer**
Eva Schmitz-Ulrich (Diplom-Psychologin)
Termin: Donnerstag, 08.03.2012, Donnerstag, 15.03.2012, 20.00 – 22.15 Uhr (6 Ustd)
Teiln.-Beitrag: 15,00 €, BBN 5202008

☐ **Social Media – die virtuelle Bühne im Web 2.0**
Melanie Kabus (Journalistin/Medientrainerin)
Termin: Donnerstag, 19.04.2012, Donnerstag, 26.04.2012, 20.00 Uhr – 22.15 Uhr, (6 Ustd)
Teiln.-Beitrag: 15.00 €, BBN 5202009

☐ **Souverän in Konferenzen & Co**
Bianca Maria Kessel (Diplom-Pädagogin)
Termin: Samstag, 28.04.2012, 09.30 – 16.00 Uhr, (6 Ustd), Teiln.-Beitrag: 15.00 €, BBN 5202010

☐ **KompetentPunkt – Abgrenzung als Chance**
Hannelore Gabor-Molitor
Termin: Do. 09.02.2012, 19:30 - 22:30 Uhr (1x = 4 UStd.), Teiln.-Beitrag: 10,00 € , BBN 2502038

☐ **KompetentPunkt – Mit Selbstbewußtsein in die Öffentlichkeit**
Stimm-, Sprech- und Kommunikationstraining
Melanie Kabus
Termin: Sa. 11.02.2012, 09:30 - 17:00 Uhr (1x = 8 UStd.), Teiln.-Beitrag: 20,00 € , BBN 2502039

Veranstaltungsort für alle Veranstaltungen:
Katholisches Bildungswerk, Kasernenstr. 60, 53111 Bonn

Hiermit melde ich mich verbindlich zu der/den oben genannten Veranstaltung(en) an:

Name, Vorname

Anschrift

Telefon / Emailadresse

Einzugsermächtigung: Hiermit ermächtige ich das Katholische Bildungswerk Bonn, die Gebühren der jeweils von mir gebuchten Kurse bei Kursbeginn zu Lasten meines Girokontos durch Lastschrift einzuziehen. Diese Vereinbarung gilt bis auf Widerruf. Wenn mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Kreditinstitutes keine Verpflichtung zur Einlösung. Unvollständige Anmeldungen können nicht berücksichtigt werden.

Kontoinhaber | Kontonummer

Bank | BLZ

Datum und Unterschrift