



Anmeldungen zu den Seminaren

bitte per E-Mail mit Angabe von Ihrem Namen und Ihrer vollständigen Adresse an:
info@frauenkolleg.de

Alle Seminare sind auch als Inhouse-Training buchbar!

Haben Sie weitere Fragen?

Rufen Sie uns an, mailen Sie uns oder besuchen Sie unsere Homepage.

FrauenKolleg GmbH

Berufliche und persönliche Weiterbildung

Kleine Falterstr. 26 - 70597 Stuttgart

Telefon: 0711 / 778 70 44

Fax: 0711 / 778 70 50

info@frauenkolleg.de

www.frauenkolleg.de



Wer sind wir?

Die FRAUENKOLLEG GmbH ist seit 1987 Seminaranbieterin für berufliche und persönliche Weiterbildung, insbesondere für Frauen und frauenrelevante Themen. Wir arbeiten für Verwaltungen, Non-Profit-Organisationen, Frauenverbände, andere Weiterbildungseinrichtungen und auch für die Industrie und Forschungsinstitute.

Unser Team: Carolin Fey, die geschäftsführende Gesellschafterin, die Büroorganisatorinnen Corinna Fey, Gabi Fernsel und Sybille Koschera sowie über 30 Trainer*innen und Berater*innen mit verschiedenen Arbeitsschwerpunkten und Themen.

Was machen wir?

Unser Angebot:

- Seminare **speziell für Frauen**
- und ein **für alle offenes** Seminarprogramm, auch in Kooperation mit dem Odenwald-Institut und weiteren Weiterbildungseinrichtungen
- **Gender-Seminar mit doppelter Leitung (Trainerin/Trainer)**
- **Inhouse-Seminare**
- Trainings, Workshops, Moderationen, Prozessbegleitungen, Supervisionen, Beratungen für Einzelpersonen, Teamcoachings und Organisationsentwicklungen

Wir machen Ihnen gerne ein **individuelles Angebot** und konzipieren mit Ihnen **Trainingseinheiten** und **Trainingsreihen**

Unsere Themen sind:

Rhetorik, Kommunikation, Konfliktmanagement, Führung, Mitarbeiter*innen-Motivation, Durchsetzungstraining, Gesprächsführung, Freies Reden, Klartext reden für Frauen, Selbstmotivation, Mentaltraining, Mentale Aktivierung und Gedächtnistraining, Stressbewältigung, Gesundheitscoaching, Burn-Out-Prophylaxe, Resilienz-Training, Anti-Lampenfieber-Training, Traumabehandlung, Leistungssteigerung, Teamentwicklung, Umgang mit Mobbing und Führungstrainings, Mental fit für den digitalen Wandel.

Teilnahmebedingungen

Bei Seminaren, die direkt von der **FRAUENKOLLEG GmbH** veranstaltet werden, erhalten Sie nach schriftlicher Anmeldung von uns die Anmeldeunterlagen. Teilweise kooperieren wir mit dem Odenwald-Institut. Bei den stattfindenden Seminaren in Wald-Michelbach erhalten Sie die Anmeldeunterlagen direkt von dort.

Wenn Sie Ihre Teilnahme wieder absagen müssen, können Sie gerne eine Ersatzteilnehmer*in stellen. Bei einem kurzfristigen Rücktritt (ab 4 Wochen vor Seminarbeginn) müssen wir die Seminargebühr einbehalten, da auch wir Stornofristen gegenüber den Trainer*innen und Bildungshäusern einhalten müssen. Wenn möglich, bieten wir Ihnen dann gerne ein Ersatzseminar an.

Seminare 2022/23

Gender & Diversity



Interkulturelle Kompetenz

Rhetorik-Training

Interkulturelle Kompetenz

Mehrwert für alle!



Nationalität, Geschlecht und ethnische Herkunft sind Teil unserer Person und prägen uns. Das Gegenüber in seiner Andersartigkeit zu erkennen ist relativ einfach. Das eigene Denken und Handeln zu hinterfragen, kann jedoch unser Selbstbild in Frage stellen. Deshalb ist es meist einfacher, die anderen zu bewerten und möglicherweise zu verurteilen und abzulehnen. Die Relativität des eigenen – auch kulturbedingten – Denkens und Handelns zu erkennen, ist der erste Schritt zur interkulturellen Kompetenz.

Inhalte:

- Sensibilisierung für unterschiedliche Wahrnehmungen, kulturelle Werthaltungen und Prägungen
- Bewusstwerden der eigenen kulturellen Prägung und Selbstreflexion
- Einsicht in die Relativität der Interpretationen von der Welt
- Erweiterung der eigenen Kommunikationskompetenz und Handlungsfähigkeit im Umgang mit Unterschieden im eigenen Team, in der eigenen Abteilung
- Förderung der Fähigkeit mit Ungewissheiten und Unklarheiten im interkulturellen Handlungsfeld umzugehen
- Frustrations- und Ambiguitätstoleranz
- Einblick in unterschiedliche Kulturmodelle
- Weiterentwicklung der interkulturellen Kompetenz durch Erweiterung der kognitiven, affektiven und verhaltensorientierten Kompetenzen

1-Tages-Inhouse-Training

Angebot und Termin auf Anfrage

Trainerin: Birgit Opielka, Dipl.-Sozialwissenschaftlerin, Personal- und Organisationsentwicklerin, Trainerin der Frauenkolleg GmbH

Rhetorik-Training

Frei, überzeugend und begeisternd reden

Rhetorisch wirksam aufzutreten ist immer eine Herausforderung. Ob Sie eine Idee überzeugend vertreten, ein Gespräch zielorientiert führen oder eine begeisternde Rede halten wollen, in jedem Fall sind Ihre kommunikativen und rhetorischen Fähigkeiten gefragt. Nur wenn der Funke überspringt, es Ihnen gelingt, Ihre Gesprächspartner*innen zu verstehen und Ihr Publikum mitzureißen, werden Sie erfolgreich überzeugen.

In diesem Seminar geht es darum, Ihr persönliches Auftreten zu reflektieren und zu verbessern, mit Sprache souverän umzugehen, aktiv zuzuhören und einen guten und nahen Kontakt mit den Gesprächspartnerinnen und -partnern herzustellen.

Sie lernen, wie Sie sich gut vorbereiten, wie Sie Ihr Lampenfieber positiv nutzen, wie Sie selbstsicherer und souveräner beim Reden werden und wie Sie so argumentieren, dass Sie Ihre Zuhörer/innen begeistern. Dazu erwarten Sie eine Menge Übungen, gemeinsam und einzeln, Sie erhalten dazu Feedback von den anderen Teilnehmenden und von den Trainer/innen und wer will, arbeitet auch mit Videoanalyse.

Dieses Seminar wird im „Tandem“ - von einer Trainerin und einem Trainer - geleitet, die unterschiedliche Hintergründe, Erfahrungen und Blickrichtungen mitbringen und Ihnen damit einen enormen Mehrwert bieten.



Ziel: Rhetorisch wirksamer auftreten

Inhalte:

- Die 3 Überzeugungswege in der Rhetorik
- Positive Selbstdarstellung – aber angemessen
- Lampenfieber – und was dagegen hilft
- Körpersprache und Sprechweise
- Was gilt als „weiblich“ und „männlich“ und was nutzt dieses Wissen?
- Wie deuten wir Körpersprache und Stimme?
- Wie setzen wir Körper und Stimme wirksam ein?
- Körperhaltungs-, Mental- und Stimmübungen
- Argumentation – welche überzeugt?
- Sprachstile – wann ist welcher sinnvoll?
- „Weibliches“ und „männliches“ Redeverhalten und wie es wo wirkt
- Fragetechniken – wer fragt, führt
- Beobachtungstraining als Grundlage für die persönliche Weiterentwicklung
- Rede- und Gesprächsübungen

Termin: Mi–Fr, 18.–20. Januar 2023

Mi/Do: 9–17 Uhr , Fr: 9–12.30 Uhr

Ort: Stuttgart, GENO-Haus

Seminargebühr:

750 € ermäßigter Preis für Privatzahlende
950 € für Firmen, Einrichtungen und Selbständige
inkl. Tagungspauschale plus ev. Ü/V

Trainerin: Carolin Fey, M.A. Allg. Rhetorik, Kommunikationstrainerin, Geschäftsführerin der Frauenkolleg GmbH

Trainer: Sören Manthey, Allg. Rhetorik, Ausbilder, Kommunikationstrainer der Frauenkolleg GmbH