

Tagungsnummer: 419 K

Die Tagung ist anerkannt nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz AWbG des Landes NRW
Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.

Tagungsbeitrag:	220,- €/erm. 190,- €
Übernachtung im Zweibettzimmer	75,- €
Übernachtung im Einzelzimmer	105,- €

Ermäßigung:

Wir gewähren auf Nachweis eine Ermäßigung für Schüler/-innen, Studierende (bis 30.), Auszubildende, Freiwilligendienstleistende sowie Bezieher/-innen von Arbeitslosengeld II und Sozialhilfe

Ausfallgebühr:

Erfolgt eine Abmeldung nicht wenigstens zwei Wochen vor Tagungsbeginn, müssen wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 50 % des Tagungsbeitrages und bei Buchung eines Zimmers 50 % der Übernachtungskosten erheben. Drei Tage vorher werden der volle Tagungsbeitrag bzw. die vollen Übernachtungskosten berechnet. Hierfür bitten wir um Verständnis. Sofern Sie jedoch verbindlich eine/n andere/n Teilnehmer/in benennen können bzw. jemand von der Warteliste nachrückt, entfällt diese Gebühr.

Bei mehrtägigen Veranstaltungen melden Sie sich bitte unter unten angegebenem link online über unsere Homepage oder per Post/Fax an.

Anmeldungen werden schriftlich bestätigt, Absagen wegen Überschreitens der Teilnehmerbegrenzung werden sofort erteilt. Nicht in Anspruch genommene Leistungen können nicht erstattet werden.

Bildnachweis: © Kim Oppermann, Münster



SELBST SICHER REDEN

Rhetorik und Selbstsicherheitstraining
für Frauen

5. - 8. Juli 2021
Montag - Donnerstag



**AKADEMIE
FRANZ HITZE
HAUS**
KATHOLISCH SOZIALE AKADEMIE

Kardinal-von-Galen-Ring 50

D-48149 Münster

Telefon: +49(0)251-9818-444

Marie-Luise Niederschmid

Telefax: +49(0)251-9818-480

E-Mail: niederschmid@franz-hitze-haus.de

Online: www.franz-hitze-haus.de/info/21-419





Einladung

Kommunizieren ist eine Domäne und Stärke vieler Frauen. Frauen kennen es jedoch, dass in entscheidenden Situationen die eigene Stimme schwach wird und Sicherheit zerrinnt. Der sprichwörtliche "Kloß im Hals" begrenzt eigene Aktivität und Ausdrucksstärke. Rhetorische Mittel, die für den Gesprächserfolg erforderlich sind, stehen grundsätzlich zur Verfügung. Häufig geht es lediglich darum, vorhandene kommunikative Potentiale zu entdecken und zu aktivieren.

Dieses Seminar wendet sich an Frauen, die sowohl in beruflichen als auch privaten Kommunikationssituationen selbstsicher auftreten möchten. Konkrete Gesprächssituationen werden im Rollenspiel erarbeitet: Auf diese Weise wird die Möglichkeit für unmittelbare Rückmeldungen auf Eindruck und Wirksamkeit eigenen Kommunikationsverhaltens gegeben. Körper-, Stimm- und Atemübungen unterstützen die Intensivierung der eigenen stimmlichen und körperlichen Präsenz.

Argumentations- und Gesprächshilfen bieten eine Grundlage für überzeugende Argumentation, kompetente Entscheidungsfindung und die aktive Steuerung von Gesprächen.

Das Seminar will Mut machen, den Raum des Sprechens effektiv für sich zu nutzen und selbstsicher eigene Anliegen zu vertreten und durchzusetzen.

Wir laden Sie herzlich ein.

Maria Kröger, Akademiedozentin



Beginn: Montag, 5. Juli 2021 10.30 Uhr
Ende: Donnerstag, 8. Juli 2021, 13.00 Uhr

Themenschwerpunkte:

- Fremd- und Selbstwahrnehmung zu verbalem und nonverbalem Verhalten (Ton- und Videoaufnahmen, Feedback)
- Hintergründe des eigenen Verhaltens besser verstehen
- Schwierige Gesprächssituation im Rollenspiel bearbeiten
- Präsenz der Stimme und nonverbale Ausstrahlung optimieren
- Eigene Anliegen eindeutig äußern
- Konflikte angehen, Kritik äußern

Arbeitszeiten

09.00 - 12.30 Uhr

15.00 - 18.30 Uhr

19.30 - 21.00 Uhr (nur Montag)

Feste Zeiten

ab 7.30 Uhr Frühstücksbüfett

12.30 Uhr Mittagessen

14.30 Uhr Kaffee und Kuchen

18.30 Uhr Abendessen

Referentin

Birgitta Hugenroth, Dipl. Pädagogin, Supervisorin DGSv.,
Psychodramatikerin, Kommunikationstrainerin, Münster

