

MEHR ERFOLG DURCH PROFESSIONELLES NETZWERKEN - NUTZEN BIETEN UND KOMMUNIZIEREN



Professionelles Netzwerken ist eine maßgebliche Grundlage für Ihr schlagkräftiges, kostengünstiges Marketing und einen erfolgreichen Vertrieb. Sie lernen die ersten Grundlagen und Vorgehensweisen der Profinetzwerker kennen. Damit wird ein wahlloses Maximieren von Kontakten unattraktiv und ein systematischer Aufbau des wertvollen Beziehungskonstrukts darstellbar.

Sie bekommen Praxiswissen vermittelt und können sofort mit den ersten Schritten in Richtung Aufbau Ihres eigenen professionellen Netzwerkes starten. Da es keine zweite Chance gibt, einen guten ersten Eindruck zu hinterlassen, wird an 30–60 Sekunden Präsentationen gearbeitet. Die Herausarbeitung eines Alleinstellungsmerkmals wird gezeigt und exemplarisch vorgestellt.

Sie können durch die Wissensinhalte mittelfristig zügiger Geschäfte abwickeln und stabile Beziehungen schaffen.

Trainer:	Alex Müller Dipl. - Volkswirt, bureau 2+ und NET-WORK-MARKETING- VERTRIEB. Nach dem Studium der Volkswirtschaft und dem entsprechenden Prädikatsexamen, war die Deutsche Bank die erste berufliche Station. Anschließend 10 Jahre als leitender Angestellter im Bereich Marketing / Vertrieb in der Bauträger und Projekt- entwicklerszene. Seit 15 Jahren ist Alex Müller als Marketing- und Vertriebsberater selbstständig.
Termin:	Donnerstag, 06.04.2017 · 18:30 - 21:00 Uhr
Ort:	Regensburg, Diözesanzentrum, Obermünsterplatz 7, Gymnastikraum
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.



PERSONENORIENTIERTE FÜHRUNG



Die Anleitung von Teammitgliedern und die Führung von Mitarbeitern zielen auf die Motivation der Geführten und der Koordination des Handelns. Die Gestaltung dieses Zusammenspiels ist nicht einfach, da sich Menschen unterschiedlich verhalten und ihre je eigene Persönlichkeit einbringen.

Dieser Workshop möchte ein grundlegendes Verständnis von Führung und den Aufgaben der Führung vermitteln sowie auf die Bedeutung von Motivation eingehen. Dazu werden verschiedene Führungsstile besprochen und erprobt.

BITTE MITBRINGEN:

Schreibunterlagen, evtl. Verpflegung für die Pause;

Trainer:	Dr. Peter Frühmorgen Studium der Katholischen Theologie in Regensburg und Maynooth, Promotion in Pastoraltheologie, B.Sc. in Wirtschaftswissenschaften, Mitarbeiter der Fakultät für Katholische Theologie der Universität Regensburg
Termin:	Montag, 19.06.2017 · 19:00 - 20:30 Uhr Montag, 03.07.2017 · 19:00 - 20:30 Uhr
Ort:	Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 1
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.

SOVERÄNE RHETORIK: REDEN, PRÄSENTIEREN, VORTRAGEN BASIS-MODUL



Sie beherrschen bei Ihrem Vortrag oder Ihrer Rede nicht nur den Inhalt, sondern wissen künftig auch, wie Sie die Daten und Fakten überzeugend präsentieren und Ihre Zuhörer bei der Stange halten, einbinden und begeistern können. Sie wollen, dass Ihre Botschaften bei Ihrem Publikum ankommen und Sie es zum Nachdenken oder sogar einer Handlung animieren. Ihr

persönliches Auftreten ist demnach beim Vortrag genauso wichtig wie eine klare, zielführende Struktur dessen, was Sie sagen wollen. In unserem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Rhetorik kennen. Sie wissen in Zukunft, wie Sie Ihre Rede oder Ihre Präsentation optimal vorbereiten, die Informationen mit Blick auf Ihr Vortragsziel auswählen und gliedern. Sie lernen Möglichkeiten des Redeeinstiegs und effektiven Schlusses kennen und erfahren, wie Sie Ihre Zuhörer im Vortrag geschickt ansprechen und einbinden können.

Der Kurs ist für all diejenigen geeignet, die sich an Ihre Vorträge und Präsentationen in Schule, Studium oder Beruf künftig sicherer und zielführender herangehen wollen. Ergänzt wird das Basis-Modul, in dem wir ausführlich die Theorie beleuchten, durch das Aufbau-Modul am 17.07.2017.

BITTE MITBRINGEN:

Schreibunterlagen, evtl. Verpflegung für die Pause;

Trainerin:	Jeannine Tieling selbständige PR- und Kommunikationsberaterin, Sprecherzieherin (Univ./DGSS); Rhetoriktrainerin; ausgebildete Redakteurin und Moderatorin; Certified Social Media Manager (FH); Diplom-Geographin Univ.
Termin:	Montag, 03.07.17 · 18:30 - 21:15 Uhr
Ort:	Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 1
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.

SOVERÄNE RHETORIK: REDEN, PRÄSENTIEREN IN DER PRAXIS AUFBAU-MODUL



Jetzt dürfen Sie ran - in geschütztem Rahmen mit wertvollem Feedback der Trainerin und der anderen Kursteilnehmer. Denn Sie wissen ja: Übung macht den Meister! In diesem Praxiskurs üben wir das im Basis-Modul (03.07.2017) theoretisch Erlernte. Sie sind hier jedoch auch richtig, wenn Sie das Basis-Modul nicht besucht haben und es gleich praktisch angehen

wollen. Wir stellen Rede- und Vortragssituationen her, in denen Sie Feedback zu Ihrem Präsentationsverhalten bekommen - beispielsweise hinsichtlich Sprache, Sprechweise, Auftritt und Wirkung, Publikumsansprache sowie inhaltlicher Struktur. Sie erfahren, was Sie bereits richtig gut machen und was Sie optimieren dürfen. Und Sie werden noch im Kurs merken, dass Sie schon beim zweiten Vortrag wesentlich besser sind. Nur durch Übung in realitätsnahen Situationen und echtes, wertschätzendes Feedback können wir uns steigern und Sicherheit gewinnen.

Der Kurs ist für all diejenigen geeignet, die sich ihrem Rede- und Vortragsverhalten kritisch stellen wollen, um in Schule, Studium oder Beruf künftig selbstbewusster aufzutreten.

BITTE MITBRINGEN:

Schreibunterlagen, Themen aus Hobby oder Beruf, über die Sie einen Kurzvortrag halten können, evtl. Verpflegung für die Pause;

Trainerin:	Jeannine Tieling selbständige PR- und Kommunikationsberaterin, Sprecherzieherin (Univ./DGSS); Rhetoriktrainerin; ausgebildete Redakteurin und Moderatorin; Certified Social Media Manager (FH); Diplom-Geographin Univ.
Termin:	Montag, 17.07.17 · 18:30 - 21:15 Uhr
Ort:	Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 1
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.



WIE SAGE ICH ES RICHTIG?

Unsere Kommunikation wird oft von Unsicherheit oder anderen negativen Faktoren blockiert und gestört. Aber das muss nicht so bleiben! Es sind manchmal ganz einfache Methoden und Techniken, die eine professionelle Kommunikation ermöglichen.

Kommunikation ist eine KUNST und ein HandWERK.

In unseren Workshops kann dieses Handwerk erlernt und zum „KUNSTWERK“ ausgebaut werden. Kompetente TrainerInnen führen in die jeweiligen Themen ein und ermöglichen ein Ausprobieren im geschützten Rahmen.

Die Teilnahme an den Modulen wird mit Zertifikaten bestätigt, welche Sie auch z. B. Bewerbungen beilegen können.

Die Module von je 180 Minuten können einzeln belegt werden. Manche Module sind jedoch als Aufbaumodule gekennzeichnet. Hierfür ist das jeweilige Basismodul Voraussetzung.

**TRETEN SIE MIT UNS IN KOMMUNIKATION.
WIR FREUEN UNS AUF SIE!**

Die Katholische Erwachsenenbildung in der Stadt Regensburg e. V. (KEB) ist ein staatlich anerkannter Träger der Erwachsenenbildung. Sie führt in Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern im Jahr rund 1.500 Veranstaltungen mit knapp 30.000 BesucherInnen in Regensburg durch.

Informationen zu weiteren Veranstaltungen finden Sie jederzeit aktuell auf unserer Homepage.

Online-Anmeldung unter www.keb-regensburg-stadt.de.

Es gelten die AGB's der KEB in der Stadt Regensburg e. V.

**KEB - Katholische Erwachsenenbildung
in der Stadt Regensburg e.V.**

Obermünsterplatz 7 · 93047 Regensburg
Fon 0941/ 597-2253



www.keb-regensburg-stadt.de



WIE SAGE ICH ES RICHTIG?

ZERTIFIZIERTE WORKSHOPS:

Methoden und Techniken
für eine professionelle Kommunikation



SPRACHE TRIFFT KÖRPERSPRACHE BASIS-MODUL



Die Wahrnehmung für sich selbst, für den eigenen Körper und die eigene Sprache zu trainieren, ermöglicht Ihnen, ein authentisches Auftreten und unterstützt Sie bei einer gelingenden Kommunikation.

Mit Angeboten aus der Schauspielerarbeit und dem konzentrativem Bewegungstraining vermittelt Ihnen die Dozentin Grundlagen des

professionellen Sprechens und einer stimmigen Körpersprache. Das Erfahren der eigenen Stimme und Stimmkraft, Laut- und Wort-Arbeit, Körperwahrnehmungsübungen, sowie das Erproben an kurzen Texten und Gesprächen sind Hauptinhalte dieses Basis-Moduls. Ruth Wahl bietet Ihnen einen Rahmen für freudvolles und konkurrenzfreies Üben.

BITTE MITBRINGEN:

Bequeme Kleidung, Stoppersocken oder Turnschuhe, evtl. Verpflegung für die Pause;

Trainerin:	Ruth Wahl Diplom-Schauspielerin, Theaterpädagogin und KlinikClownin, Weiterbildung in New Dance, Konzentrativem Bewegungs-Training, Bibliodrama, Clownerie
Termin:	Samstag, 25.03.17 - 14:00 - 18:00 Uhr
Ort:	Regensburg, Diözesanzentrum, Obermünsterplatz 7, Gymnastikraum
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Familienbildung, Tel. 0941/ 597-2253 oder online.

SPRACHE TRIFFT PRAXIS AUFBAU-MODUL



Gelerntes erinnern, vertiefen und erproben und es auf die Praxis anwenden mit komplexeren Texten und Gesprächssituationen. Wie trete ich für mich selbst ein? Wie trete ich auf? Was sagt meine Körpersprache aus?

Stimmt meine Körpersprache mit meinen Worten überein?

Dieses Aufbau-Modul bietet Ihnen Möglichkeit, Selbstwahrnehmung und Außenwirkung auszuloten, Unsicherheiten (an-) zu erkennen, Potenziale zu begreifen sowie mit Freude und Humor den Weg zur eigenen Kongruenz zu erkunden.

BITTE MITBRINGEN:

Bequeme Kleidung, Stoppersocken oder Turnschuhe, evtl. Verpflegung für die Pause;

Voraussetzung für die Teilnahme am Aufbau-Modul ist die Teilnahme am Basis-Modul (25.03.2017).

Trainerin:	Ruth Wahl Diplom-Schauspielerin, Theaterpädagogin und KlinikClownin, Weiterbildung in New Dance, Konzentrativem Bewegungs-Training, Bibliodrama, Clownerie
Termin:	Samstag, 29.04.17 - 14:00 - 18:00 Uhr
Ort:	Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 1
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.



SITZUNGEN UND GESPRÄCHE MODERIEREN - EINE EINFÜHRUNG



Ziel dieses Einführungsseminars ist es, dass Sie erste Schritte lernen, um Besprechungen und Sitzungen zielgerichtet zu strukturieren und Ergebnisse zu bündeln und zu dokumentieren. Sie lernen einfache Moderationsmethoden, Visualisierung und Abfragetechniken kennen.

Dabei geht es auch darum, die Rolle und das Selbstverständnis des / der Moderator/ in in den Blick zu nehmen.

Trainer:	Christine Seufert INTAKA-Akademiekoodinatorin, Diplomtheologin, NLP-Lehrtrainerin (DVNLP), Fellow Member Trainer, IANLP, Master Trainerin (ECA), Lehrtrainerin (ECA), Gestalttrainerin (IGB), Supervisorin (GPS), Lehrcoach (DVNLP, ECA), wingwave®-Coach
Termin:	Mittwoch, 26.04.2017 - 19:00 - 20:30 Uhr Mittwoch, 10.05.2017 - 19:00 - 20:30 Uhr
Ort:	INTAKA, Bismarckplatz 9, 93047 Regensburg
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.

FEEDBACK-KULTUR: DIFFERENZIERT WAHRNEHMEN, WERTSCHÄTZEND FORMULIEREN UND GEMEINSAM LERNEN



Mit theater- und erlebnispädagogischen sowie sprecherzieherischen Methoden werden Sie mehr über die eigene Wirkung auf andere lernen. In geschützter Arbeitsatmosphäre werden Sie sowohl Feedback formulieren als auch selbst erhalten. Auf diese Weise verspricht der Kurs zugleich Erkenntniszuwachs über das eigene Gesprächsverhalten und Auftreten vor Gruppen.

Ob im Arbeitsalltag oder privat: Das Äußern und Annehmen von Feedback bedeutet eine Vielzahl an Möglichkeiten, sich und andere in einer positiven Entwicklung zu fördern.

LERNINHALTE:

- zwischen Beobachtungen, Interpretationen und Wertungen unterscheiden
- Rückmeldungen wertschätzend, prägnant und konstruktiv formulieren
- Rahmenbedingungen für ein angemessenes und authentisches Feedback schaffen
- wie sich eine positive Feedback-Kultur und gemeinsames Lernen anfühlen

BITTE MITBRINGEN:

Angenehme und bewegungsfreundliche Kleidung, Getränke.;

Trainerin:	Sebastian Knipper Diplomtheologe, M.A. Menschenbild und Werte in christlicher Perspektive, Hochschulzertifikat „Integrierte Erlebnispädagogik“, Fachbegleitende Prüfung in Sprecherziehung. Bildungsreferent der Jugendbildungsstätte Windberg - Umweltstation
Termin:	Freitag, 28.04.17 - 17:00 - 20:15 Uhr
Ort:	Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 1
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.

GESPRÄCHSFÜHRUNG IN KRITISCHEN SITUATIONEN: JEDER KONFLIKT IST EINE CHANCE!



Vorwiegend über praktische Gesprächsbeispiele und Rollenspiel werden Sie gemeinsam die Grundlagen der Konflikttheorie, z.B. Eisbergmodell und Harvard-Konzept, erarbeiten. Der Lernerfolg des Kurses wird nicht nur für den Arbeitsalltag, sondern für Beziehungen in jedem Lebensbereich ein Gewinn sein.

Das Einüben einfachster Grundregeln steht hierbei im Mittelpunkt: Jeder Konflikt ist eine Chance und jedes Verhalten hat einen Grund.

LERNINHALTE:

- zwischen Konflikt- und Kritikgesprächen unterscheiden.
- die eigenen Rollen und Positionen sowie situative Gegebenheiten differenziert wahrzunehmen.
- verschiedene Strategien und Gesprächsabläufe auch in kritischen Situationen anwenden können.

BITTE MITBRINGEN:

Angenehme und bewegungsfreundliche Kleidung, Getränke.;

Trainerin:	Sebastian Knipper Diplomtheologe, M.A. Menschenbild und Werte in christlicher Perspektive, Hochschulzertifikat „Integrierte Erlebnispädagogik“, Fachbegleitende Prüfung in Sprecherziehung. Bildungsreferent der Jugendbildungsstätte Windberg - Umweltstation
Termin:	Samstag, 13.05.17 - 14:00 - 17:15 Uhr
Ort:	Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 1
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.



ICH IM HIER UND JETZT: MIT ACHTSAMKEIT ZU KLARHEIT, PRÄSENZ UND HINGABE



In klinischen Studien konnte nachgewiesen werden, dass sich regelmäßige Achtsamkeitsübungen nachhaltig positiv auf Körper und Seele auswirken. Ängste und negative Gedanken werden gemildert. Ruhe, Aufmerksamkeit und Konzentration nehmen zu.

Dieser Workshop ist eine Einführung in die Achtsamkeit. Die wichtigsten Körper- und Atemübungen werden ausprobiert.

BITTE MITBRINGEN:

Bequeme Kleidung, evtl. Verpflegung für die Pause;

Trainerin:	Christina Engl Diplom-Theologin, Pastoralreferentin, NLP Coach DVNLP. Fortbildungen in Kunsttherapie und der Praxis der Achtsamkeit, letzteres „an der Quelle“: während eines mehrjährigen Asienaufenthalts am Plum Village in Hongkong
Termin:	Samstag, 20.05.17 - 14:00 - 17:30 Uhr
Ort:	Regensburg, Bildungshaus St. Emmeram, Emmeramsplatz 1
Gebühr:	40,00 €
Anmeldung:	Tel. 0941/ 597-2253 oder online.