



Freiwillige Feuerwehren im Landkreis Peine

Fortbildungsseminare Herbst/Winter 2017/18

Die Kreisvolkshochschule Peine (KVHS) bietet im Auftrag des Landkreises Peine auch im 2. Semester 2017/18 wieder allen Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehren im Landkreis ein kostenfreies Weiterbildungsprogramm an.

Die Seminare der KVHS ergänzen die fachliche Ausbildung an den Ausbildungsstätten der Feuerwehren und können zudem sowohl privat als auch beruflich hilfreich sein.

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei und können ausschließlich von Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehren sowie anderer Hilfsorganisationen im Landkreis Peine gebucht werden.

Anmeldung für die Seminare:

Telefonisch oder per E-Mail unter Angabe der jeweiligen Kursnummer an
Telefon: 05171/401-3043; E-Mail: mail@kvhs-peine.de

Ansprechpartner: Klaus Schulze
Tel.: 05171/401-3141; k.schulze@kvhs-peine.de



Folgende Seminare werden im Herbst/Winter 2017/18 angeboten:

Burnout – nein danke!

... mit den wirksamen Ansätzen aus der positiven Psychologie den Anforderungen des Ehrenamtes zufrieden und motiviert gerecht werden und seine eigene Kraft erhalten

Die positive Psychologie hat das Ziel, zu mehr Lebenszufriedenheit und damit auch Motivation und Leistungsfähigkeit zu gelangen.

Mit den Anregungen aus der Positiven Psychologie können Sie selbstwirksam handeln, in guten Beziehungen kooperieren und somit erfolgreich und leistungsfähig Ihr Leben, Ihre ehrenamtliche Tätigkeit und auch Ihre Arbeit steuern – Sie können „aufblühen“. Sie leisten viel in Ihrem Beruf, in Ihrer Familie und bei der Freiwilligen Feuerwehr. Sie sind präsent, aktiv und engagieren sich intensiv. Das können Sie aufgrund Ihrer erfolgreichen inneren Haltung – aber es kostet Kraft. Um diese Kraft erhalten zu können, gibt es im Rahmen der Positiven Psychologie einige Interventionen, die einfach in den Lebens- und Handlungsalltag eingebunden werden können. Daraus ergibt sich eine hervorragende Burnout-Prophylaxe.

Ziele:

- Burnout-Prophylaxe
- Selbstfürsorge und Selbstmanagement
- Leistungsfähigkeit und Motivation erhalten

Inhalte:

- Entstehung und Ziel der Positiven Psychologie
- Achtsamkeit
- alltagstaugliche Übungen, deren Wirksamkeit wissenschaftlich belegt ist und die schon vielen Menschen zu einem deutlich besseren Wohlbefinden verholfen haben

Trainerin: Ilka Schumann
Kommunikationstrainerin

Kurs-Nr.: F-4351Y5

Samstag, 21.10.2017; 09.00 – 16.00 Uhr

Achtung, anderer Schulungsort:

Werkforum Herner Platz, Raum B001

Stahlwerkstr. 2, 21226 Peine



Umgang mit Konflikten

Konflikte sind nicht immer willkommen, treten aber wie Naturereignisse immer wieder auf. Und sie bergen sogar Chancen! Das glauben Sie nicht? Lassen Sie sich vom Gegenteil überzeugen.

Damit aber ein Konflikt richtig belastend werden kann, braucht es als „Zutat“ noch eine richtig misslungene Kommunikation.

Spaß macht Kommunikation nur, wenn beide Seiten davon profitieren. Insbesondere wenn die Kommunikation die „Spezialform eines Streits“ annimmt, ist es gut zu wissen, wie sie diesen zu einer Win-Win-Situation umgestalten können.

Inhalte des Seminars:

- Konflikte als Chance zu sehen
- Konflikte zu akzeptieren
- ihren eigenen Konfliktstil kennen
- Konfliktarten und
- eigene Anteile an Konflikten zu erkennen
- Konflikte als Mittel einer klareren Beziehung zu nutzen
- Win-Win-Lösungen zu erarbeiten
- Kooperation statt Kampf anzubieten
- Strategien zur Konfliktbewältigung zu entwickeln

Trainerin: Ilka Schumann
Kommunikationstrainerin

Kurs-Nr.: F-4352Y5
Samstag, 04.11.2017; 09.00 – 16.00 Uhr
Achtung, anderer Schulungsort
Werkforum Herner Platz, Raum B001
Stahlwerkstr. 2, 21226 Peine



Rhetorik im Beruf & Ehrenamt

Sicher und überzeugend sprechen

Für nur 7 % einer gelungenen Kommunikation sind dem Inhalt einer Botschaft zuzurechnen. Was Sie tun können, um auch die restlichen 93 % für Ihren überzeugenden Redebeitrag einzusetzen, erfahren Sie in diesem Basis-Seminar.

Ziele:

- Sie erkennen, was gute Rhetorik ausmacht und welche Kriterien dafür beachtet werden müssen
- Sie verbessern Ihren eigenen Gesprächsstil
- Sie lernen mit kritische Situationen konstruktiver umzugehen

Inhalte:

- Sprache und Persönlichkeit
- Professioneller Einsatz von Stichwortkonzepten
- Umgang mit Nervosität und schwierigen Gesprächssituationen
- Entwicklung Ihrer Sicherheit und Ausstrahlung für überzeugende Reden

Trainerin: Ilka Schumann

Kommunikationstrainerin

Kurs-Nr.: F-4353Y5

Samstag, 13.01.2018; 09.00 – 16.00 Uhr

Schulungszentrum FTZ,

Werner-Nordmeyer-Str. 13, Peine



Besprechungen moderieren

Besprechungen und Meetings produktiv gestalten zu können, gehört inzwischen in vielen Bereichen zu den notwendigen Schlüsselqualifikationen. Reine Informationsveranstaltungen werden immer seltener. Dafür mehrt sich der Bedarf gemeinsam, unter Einbeziehung verschiedener Kompetenzen, eine Aufgabe oder ein Problem zu bearbeiten.

Die Moderationsmethode bietet Techniken diese Prozesse ergebnisorientiert, effizient und unter Integration aller Ressourcen zu gestalten.

Ziele:

- Erhöhung der Produktivität von Besprechungen und Meetings
- Erlernen von Techniken zur Einbeziehung aller Besprechungsteilnehmer/innen

Inhalte:

- Die Einsatzgebiete von Moderation
- Die Rolle des Moderators
- Der Ablauf einer Moderation
- Die verschiedenen Moderationstechniken und ihre Anwendungsbereiche
- Problemlösetechniken in der Moderation
- Das Handwerkzeug eines Moderators – Kommunikation

Trainerin: Ilka Schumann

Kommunikationstrainerin

Kurs-Nr.: F-4354Y5

Samstag, 20.01.2018; 09.00 – 16.00 Uhr

Schulungszentrum FTZ,

Werner-Nordmeyer-Str. 13, Peine



Burnout – nein danke! - Teil 2 (Fortsetzungsseminar)

„Ausbrennen oder aufblühen?“ – das sind zwei Möglichkeiten mit einer Situation umzugehen. Und jede und jeder von uns hat es selbst in der Hand welche Möglichkeit er oder sie nutzen möchte.

Im ersten Seminar zu dem Thema haben wir uns mit den Zielen der Positiven Psychologie und ganz konkreten Handlungsanregungen für ein Leben in Wohlbefinden beschäftigt.

In diesem Aufbauseminar wird es darum gehen zu schauen:

Ziele:

- Was habe ich aus dem 1. Seminar mitgenommen?
- Was möchte ich vertiefen?
- Wie können wir unser Wohlbefinden weiter steigern?

Inhalte:

- Reflexion und Transfer
- Übungen
- Weitere Empfehlungen für ein gesundes, leistungsfähiges und gutes Leben

Anregungen aus der Positiven Psychologie helfen uns, unsere Stärken zu nutzen, glücklich und erfolgreich zu sein, in guten Beziehungen zu leben und Sinn und Lebensfreude im Leben zu erfahren.

Ein Leben, das in Wohlbefinden gelebt wird, hilft uns, besser mit unseren Mitmenschen - und insbesondere uns selber – umzugehen. So können wir erfolgreicher mit herausfordernden Situationen umgehen und brennen durch sie nicht aus.

Trainerin: Ilka Schumann
Kommunikationstrainerin

Kurs-Nr.: F-4355Y5
Samstag, 03.02.2018; 09.00 – 16.00 Uhr
Schulungszentrum FTZ,
Werner-Nordmeyer-Str. 13, Peine