



Evangelische Akademie Baden

Rheinfelden



Seminar

Selbstsicher auftreten – wirksam reden

ein Seminar für Frauen

23. – 25. April 2010
Schloss Beuggen, Rheinfelden

Veranstalter

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt
KDA Südbaden
Maienstraße 2, 79102 Freiburg
Telefon 0761 / 888 51 888
Telefax 0761 / 888 51 889
E-Mail kda.suedbaden@ekiba.de
www.kda-baden.de

Anmeldung

bei Veranstalter
Information: Claudia Schweigler

Kosten

210,- Euro
(Seminargebühr, Unterkunft und Verpflegung)

Seminarort

Ev. Tagungsstätte Schloss Beuggen
79618 Rheinfelden
Tel. 07623-7519-0
www.schloss-beuggen.de

Absagen

Bei Absagen innerhalb von 4 Wochen vor Seminarbeginn werden 50%, bei Absagen innerhalb von 2 Wochen werden 100% des Gesamtbetrags fällig, wenn der Platz nicht anderweitig belegt werden kann. Mit der Unterschrift auf dem Anmeldeabschnitt stimmen Sie dieser Regelung zu.

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt
KDA Südbaden
Sekretariat
Maienstraße 2
D – 79102 Freiburg



„Wenn Du doch geredet hättest...“ so beginnt ein Buch, das Frauen berühmter Männer zu Wort kommen lässt.

Kennen Sie das auch? Im Nachhinein kommen die guten Ideen, was Sie (noch) hätten sagen wollen oder können... und es doch nicht getan haben.

Nach wie vor lässt sich beobachten, dass Frauen sich schwerer tun als Männer – gerade in Gruppen oder im öffentlichen Bereich – das Wort zu ergreifen, ihren Standpunkt zu vertreten oder einen persönlichen Beitrag abzugeben. Was im privaten Bereich vielleicht noch leicht fällt, wird hier selbst für „gestandene“ Frauen mühsamer. Insbesondere, wenn es darum geht, sich zu behaupten oder sich auseinanderzusetzen.

Das muss nicht so sein! Entscheidend ist Ihre innere Haltung und Ihr eigener Umgang mit sich selbst: Eine selbstbewusste, gelassene Einstellung ist die beste Voraussetzung dafür, mutig und klar (mit)reden zu können – ob nun im privaten oder beruflichen Umfeld.

Einfacher gesagt als getan... mögen Sie jetzt denken. Stimmt auch, und deswegen werden Sie genügend Gelegenheit erhalten, sich auf die Schliche zu kommen, auf die Sprünge zu helfen und auszuprobieren. Durch die begrenzte Zahl von Teilnehmerinnen bieten wir Ihnen hierfür einen persönlichen und unterstützenden Rahmen.

Neben Theorieimpulsen zu Kommunikation und (weiblicher) Persönlichkeit arbeiten wir einzeln und in Kleingruppen anhand von Denkanstößen, praktischen Übungen, Rollenspielen.

Seminarleitung

Claudia Schweigler,
Dipl-Pädagogin, Transaktionsanalytikerin
KDA Südbaden

Maggy Hanser,
Sozialpädagogin, KDA Südbaden

Seminarinhalte

- ▶ **Zusammenhänge von Kommunikation und Persönlichkeit entdecken**
- ▶ **Innere Haltung stärken**
- ▶ **Verbale Ausdruckskraft und Selbstbehauptung trainieren**
- ▶ **Persönliche Wirkung und Ausstrahlung überprüfen**
- ▶ **Alternativen zum bisherigen Gesprächsverhalten entwickeln**

Seminarzeiten

Freitag, 23. April

15.30 Uhr, Anreise und Einchecken

16.00 – 18.30 Uhr

20.00 – 21.00 Uhr

Samstag, 24. April

09.00 – 12.30 Uhr

15.00 – 18.30 Uhr

Sonntag, 25. April

09.00 – 12.30 Uhr

Ende mit dem Mittagessen

Davor und danach

jeweils um 8.00 Uhr und 20.00 Uhr

Atempausen für die Seele

A N M E L D U N G zum Seminar „Selbstsicher auftreten – wirksam reden“, 23. – 25. April 2010 Nr. 19
Bitte diesen Abschnitt an umseitige Adresse schicken oder faxen an: 0761-888 51 889 (* = Angabe erforderlich)

Name, Vorname*

Geburtsjahr*

Straße*

PLZ / Ort*

Telefon*

E-Mail*

beschäftigt bei

in der Funktion als

Datum / Unterschrift*