

Fit für den Beruf Weiterkommen mit der VHS

Vom Kollegen zur Führungskraft

Souverän kommunizieren, nachhaltig motivieren & effizient delegieren

Jede Führungskraft wünscht sich ein engagiertes Team und selbstständige Mitarbeiter. Was aber ist die beste Mischung aus Eigenverantwortung und klaren Vorgaben? Ganz gleich, ob Sie gerade von der Kollegin bzw. vom Kollegen zur bzw. zum Vorgesetzten geworden oder schon lange eine erfahrene Führungskraft sind: Dieses Seminar vermittelt grundlegende Instrumentarien für mehr Führungskompetenz. Erwerben Sie in einer lernintensiven Kleingruppe fundiertes Führungswissen und setzen Sie erprobte Werkzeuge und unzählige wertvolle Praxistipps sofort in Ihrer beruflichen Praxis um. Eine ausführliche Beschreibung finden Sie unter www.vhs-duisburg.de.

SZ4460 A

Maggie Thies

Freitag, 09:00 - 16:45 Uhr

10. Dezember / 9 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

102 EUR (erm.: 77/51/21)

Onboarding neuer Mitarbeiter: was ist das? Ist das wichtig?

Online-Vortrag

An diesem Abend erfahren Sie, warum sich die Investition in ein gut geplantes Onboarding - nicht nur für Führungskräfte - lohnt und was Sie dabei berücksichtigen sollten. Das sogenannte Onboarding von neuen Mitarbeitern ist in Unternehmen ein essentieller Schritt für eine erfolgreiche Zusammenarbeit und hat zum Ziel, die „Neuen“ so effizient wie möglich in die bestehenden Arbeitsstrukturen und Prozesse zu integrieren. An diesem Abend lernen Sie die Tools des klassischen Onboardings kennen und erarbeiten gemeinsam eine Checkliste für Ihren Onboarding-Prozess. Bringen Sie in diesen Workshop gerne Ihre eigenen Fragen und Projekte ein.

SZ4461 A

Pia Winkelkotte

Montag, 19:00 - 20:30 Uhr

25. Oktober / 2 Ustd

Online, virtueller Raum,

5 EUR

Gesundes Führen für Führungskräfte

Gesundes Führen bedeutet, dass alle (Führungskräfte inbegriffen) sich am Arbeitsplatz wohlfühlen. Die Praxis aber zeigt, dass Langzeiterkrankungen in der Arbeitswelt deutlich zunehmen. Untersuchungen haben ergeben, dass die Gründe dafür zwar vielfältig sind, häufig aber an der „ungesunden“ Arbeitsdichte, am „ungesunden“ Betriebsklima und an „ungesunden“ Arbeitsbedingungen liegen.

Nicht selten unterschätzen Führungskräfte ihren Einfluss auf die Gesundheit ihrer Mitarbeiter. Ein gesunder Führungsstil kann dazu beitragen, dass Mitarbeiter motiviert, leistungsfähig und eng mit dem Unternehmen verbunden sind und bleiben - die Wettbewerbsfähigkeit des Unternehmens bleibt somit erhalten.

Dies und mehr soll Inhalt der eintägigen Veranstaltung sein. Am Ende des Seminars entsteht ein Handlungsplan mit konkreten Arbeitsschritten für die Zukunft.

SZ4464 A

Maggie Thies

Donnerstag, 09:00 - 16:45 Uhr

13. Januar / 9 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

90 EUR (erm.: 68/45/18)

Gestalten von Veränderungsprozessen am Beispiel der Digitalisierung

In einer Welt immer schnelleren Wandels und gerade im Prozess der Digitalisierung ist eine professionelle Umsetzung der Veränderungsprozesse in allen Teilen des Unternehmens unter Einbezug aller Mitarbeiter unumgänglich. In diesem Seminar werden die Gründe für Veränderungen in Betrieben ebenso unter die Lupe genommen wie die Widerstände, die in Veränderungsprozessen immer wieder spürbar werden. Wie diese Widerstände beispielsweise gegen digitale Prozesse abgebaut werden können, und wie Veränderungsprozesse dadurch akzeptabler und auch interessanter werden, hängt maßgeblich von der Bereitschaft jedes einzelnen ab, sich selbst zu verändern. Gekonnte Kommunikation, Zielklarheit, Vermittlung von Sinn, Nutzen und Notwendigkeit der Veränderung sowie Transparenz und Partizipation sind nur einige hilfreiche Ansätze.

SZ4465 A

Maggie Thies

Donnerstag, 09:00 - 16:45 Uhr

09. Dezember / 9 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

90 EUR (erm.: 68/45/18)

Überzeugte Kunden werden treue Kunden

Zum Thema „Kundenbindung“ lernen Sie Methoden und Instrumente kennen, die vor Ort erprobt werden und in Ihrer Alltagspraxis sofort angewendet werden können. Unter vier Aspekten werden Sie sich diesem wichtigen Thema annähern und Ihre vorhandenen Kenntnisse vertiefen: Mein Menschenbild, mein Verhalten, wie überzeuge ich am besten, wie gelingt dauerhafte Kundenpflege?!

Mit dem Weiterbildungsseminar werden folgende Ziele angestrebt:

- o die individuelle Kommunikations- und Dialogfähigkeit mit den Kunden zu verbessern
- o die Grundlagen von gelingender Kommunikation vertiefen
- o sich der Chancen von Verantwortungsübernahme zu vergewissern
- o Fragetechniken kennenlernen und einüben

o Lernen, mit Unangenehmem und Störungen umzugehen

o die Kunden zu überzeugen

o Kunden dauerhaft zu binden

Das Seminar richtet sich an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Verkauf, im Handel, im Einzelhandel und an alle, denen dieses Thema persönlich wichtig ist.

SZ4466 A

Claus-Peter Hullmann

di 3x, 18:15 - 20:45 Uhr

30.11. - 14.12. / 9 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

90 EUR (erm.: 68/45/18)

Kundenservice

Die Teilnehmenden erhalten eine umfassende Einführung in das Thema und lernen den Kundenservice als integralen Bestandteil eines Unternehmens und einer Organisation mit den vielseitigen Berührungspunkten zu anderen Disziplinen kennen. Sie entwickeln eigene Kundenservice-Ideen für die unterschiedlichsten Anlässe, ermitteln die Kosten und evaluieren den Erfolg. Im zweiten Teil entwickeln sie Checklisten und erarbeiten die Wettbewerbsvorteile ihrer Maßnahmen. Eine ausführliche Beschreibung finden Sie unter www.vhs-duisburg.de.

Das Seminar richtet sich vor allem an Verantwortliche und leitende Mitarbeitende in Klein- und mittelständischen Betrieben sowie an freiberuflich Tätige aus allen Branchen, ebenso an Verantwortliche in Vereinen und Verbänden. Es eignet sich aber auch für Studierende in den Bereichen Vertrieb und Verkauf sowie Marketing/BWL.

Der Intensivkurs ist als Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz von Nordrhein-Westfalen anerkannt.

SZ4467 A

Michael Schulze

di 3x, 09:00 - 17:00 Uhr

11.01. - 25.01. / 27 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

162 EUR (erm.: 122/81/33)

Einführung eines Qualitätsmanagementsystems

Jedes wettbewerbsorientierte Unternehmen am Markt hat ein Qualitätsmanagementsystem, kurz QMS. Die Kurs Teilnehmer lernen die Historie, die Ziele, die entscheidenden Schlüsselbegriffe und die handelnden Personen des Qualitätsmanagements im Unternehmen kennen und können die Normen der DIN EN ISO 9000 anwenden. Die schrittweise Implementierung eines modernen Qualitätsmanagementsystems mit allen Strukturen, einem handlungsorientierten Qualitätshandbuch, der Vorbereitung und Durchführung der notwendigen Audits bis zur erfolgreichen Zertifizierung durch einen akkreditierten Sachverständigen wird vorgestellt.

Allein, die Einführung eines QMS dient der Erhaltung und führt noch nicht zur Steigerung der Qualität im Unternehmen. Egal ob Produktions- oder Dienstleistungsunternehmen, Gesundheits- oder Bildungseinrichtung im Mittelstand oder Konzernumfeld – Sie erfahren praxisorientiert, welche Maßnahmen und Methoden zur Vermeidung von Fehlern und signifikanten Erhöhung von Qualität führen und wie die Umsetzung eines QMS die Verbesserung der Prozesse im Betrieb ermöglicht.

SZ4468 A

Dipl.- Ing. Steffen Hering

Fr, 03.12., 18:00 - 21:15 Uhr

Sa, 04.12., 10:00 - 15:00 Uhr

10 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

75 EUR (erm.: 57/38/17)

Schlüsselkompetenzen

Projektmanagement

Projekte realisieren (Xpert pbs) Onlinekurs

Unterstützung beim Selbststudium Xpert PBS (Personal Business Skills/Sozial- und Schlüsselkompetenzen)

Der Kurs vermittelt anwendungsbereites Wissen für alle relevanten Bereiche der Projektarbeit und des Projektmanagements. Er richtet sich an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Unternehmen, in der Verwaltung und in Non-Profit-Institutionen, die Projekte leiten oder an Projekten beteiligt sind. Im Mittelpunkt stehen die Vermittlung strukturierter Arbeitsmethoden bei der Konzeption, Planung und Durchführung von Projekten und die Führung von Projektteams.

Mit unserer Dozentin erarbeiten Sie einen Lehrplan für einen Zeitraum von 60 Tagen und werden so auf eine mögliche Prüfung optimal vorbereitet. Mit den Kursbegleitmaterialien des EduMedia Verlags bearbeiten Sie Fragen zum Thema, mailen diese der Dozentin zu und bekommen sie innerhalb von 48 Stunden korrigiert zurück. Im Bedarfsfall steht Ihnen die Dozentin zur Beantwortung von Einzelfragen auch telefonisch oder per Videokonferenz zur Verfügung. Diese Art des Lernens erfordert eine hohe Selbstdisziplin, Sie sind aber frei in Ihrer Zeiteinteilung und haben keine Fahrzeiten.

Themen: Initialisierungsphase, Definitionsphase, Planungsphase, Steuerungsphase, Abschlussphase, Projektplanung mit A-Plan

SZ4501 A

Marita Schwarzbach

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Online, virtueller Raum,

65 EUR

Teamentwicklung

Teams erfolgreich entwickeln und leiten (Xpert pbs) Onlinekurs

Unterstützung beim Selbststudium Xpert PBS (Personal Business Skills/Sozial- und Schlüsselkompetenzen)

Der Kurs vermittelt anwendungsbereites Wissen für alle relevanten Bereiche der Teamarbeit. Er richtet sich an Mitarbeiter*innen in Unternehmen, in der Verwaltung und in Non-Profit-Institutionen, die an der Teamentwicklung beteiligt sind.

Mit unserer Dozentin erarbeiten Sie einen Lehrplan für einen Zeitraum von 60 Tagen und werden so auf eine mögliche Prüfung optimal vorbereitet. Mit den Kursbegleitmaterialien des EduMedia Verlags bearbeiten Sie Fragen zum Thema, mailen diese der Dozentin zu und bekommen diese innerhalb von 48 Stunden korrigiert zurück. Im Bedarfsfall steht Ihnen die Dozentin zur Beantwortung von Einzelfragen auch telefonisch, oder per Videokonferenz zur Verfügung.

Diese Art des Lernens erfordert eine hohe Selbstdisziplin, Sie sind aber frei in Ihrer Zeiteinteilung und haben keine Fahrzeiten.

Themen: Teamarbeit und soziale Kompetenz, Grundlagen der Teamarbeit, Erfolgreich im Team arbeiten, Technik der Teamarbeit

SZ4502 A

Marita Schwarzbach

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Online, virtueller Raum,

65 EUR

Mit unserer Dozentin erarbeiten Sie einen Lehrplan für einen Zeitraum von 60 Tagen und werden so auf eine mögliche Prüfung optimal vorbereitet. Mit den Kursbegleitmaterialien des EduMedia Verlags bearbeiten Sie Fragen zum Thema, mailen diese der Dozentin zu und bekommen diese innerhalb von 48 Stunden korrigiert zurück. Im Bedarfsfall steht Ihnen die Dozentin zur Beantwortung von Einzelfragen auch telefonisch, oder per Videokonferenz zur Verfügung.

Diese Art des Lernens erfordert eine hohe Selbstdisziplin, Sie sind aber frei in Ihrer Zeiteinteilung und haben keine Fahrzeiten.

Themen:

- Selbstmanagement-Regelkreislauf
- Ziele setzen nach smart
- Verständnis für den Zusammenhang zwischen Selbst-, Zeit- und Stressmanagement
- Zielgerichteter bzw. bewusster und praktischer Einsatz von
 - Prioritätenmodellen (z.B. ABC-Analyse; Eisenhower-Prinzip oder Pareto-Prinzip)
 - Planungsregeln
- Bewusster Umgang mit Fremd- und Selbstbestimmung
- Gegenstrategien für Zeitdiebe und Zeitfresser

SZ4503 A

Marita Schwarzbach

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Online, virtueller Raum,

65 EUR

Zeitmanagement

Zeit optimal nutzen (Xpert pbs) Onlinekurs

Unterstützung beim Selbststudium Xpert PBS (Personal Business Skills/ Sozial- und Schlüsselkompetenzen)

Zeit haben heute die Wenigsten. Das Problem, sich am Ende des Tages zu fragen, wie die Zeit so schnell vorbei gehen konnte und warum bestimmte Aufgaben nicht mehr erledigt worden sind, kennen die Meisten. In der heutigen Zeit wird es immer wichtiger, seine Zeit effektiv und sinnvoll einzuteilen, Prioritäten zu setzen und Aufgaben zeitlich richtig einzuschätzen. Dazu werden in diesem Seminar verschiedene Instrumente, Techniken und Analysen vorgestellt und praktisch erprobt.

Scrum - Einführungsseminar

Online-Seminar

Scrum (englisch = „Gedränge“) ist ein Vorgehensmodell des agilen Projektmanagements. Es wurde ursprünglich in der Softwaretechnik entwickelt, ist aber davon unabhängig. Scrum wird inzwischen in vielen anderen Bereichen eingesetzt und ist die gängigste agile Methode. In diesem Seminar werden zunächst die verschiedenen Begriffe vorgestellt und in Prozesse eingebettet. Begleitend werden Techniken, die zur effizienten Bearbeitung von Aufgaben innerhalb von Projekten oder Prozessen zum Einsatz gebracht werden können, vorgestellt. Machen Sie mit diesem Seminar den ersten Schritt zu agilem Projektmanagement.

Das Seminar findet online über Zoom statt. Die Dozentin hat dies bereits mehrfach erfolgreich erprobt.

SZ4505 A

Pia Winkelkotte

Fr, 05.11., 17:00 - 20:15 Uhr

Sa, 06.11., 09.30 - 12:45 Uhr

8 Ustd

Online, virtueller Raum,

72 EUR (erm.: 54/36/17)

Kein Stress mit dem Stress

Dauerhaft ist berufliche Arbeit nur erfolgreich, wenn es Ihnen gelingt, eine ausgewogene Balance zwischen Beanspruchung und Ruhephasen zu finden. Stressfaktoren können so vermieden werden.

Eine bewusste Berufs- und Lebensgestaltung hilft die beruflichen Anforderungen zu meistern und damit die eigene Arbeitsfähigkeit zu stabilisieren oder gar zu steigern.

Gesundheit, Kompetenz und Motivation sind wichtige Ressourcen, die sich gegenseitig verstärken können. Im Seminar werden individuelle Strategien für den Erhalt oder auch den Ausbau der Arbeitsfähigkeit entwickelt. Am Modell „Haus der Arbeitsfähigkeit“ nach Ilmarinen werden hilfreiche Instrumente und Methoden aufgezeigt.

SZ4510 A

Maggie Thies

Freitag, 09:00 - 16:45 Uhr

05. November / 9 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

90 EUR (erm.: 68/45/18)

Resilienztraining

Ein Seminar für alle, die die Kunst der Stehauf-Menschen für sich entdecken wollen

Krisen kraftvoll begegnen und gesund überstehen, das ist Resilienz. Resiliente Menschen erholen sich schnell von Rückschlägen und gehen daraus souverän hervor. Diese Fähigkeit brauchen Menschen in der Coronakrise mehr denn je. Resilienz wirkt wie ein mentaler Schutzschild gegen die Reize von außen, die uns in manchen Lebenslagen plagen. Resilienz bedeutet den Zugang, die Nutzung und die Entwicklung der eigenen Potenziale.

In diesem eintägigen Resilienztraining lernen Sie das Geheimnis der „Stehauf-Menschen“ kennen. Sie werden mit den sieben Säulen des Resilienz-Konzeptes vertraut gemacht und lernen beispielhaft entsprechende Werkzeuge und Strategien kennen und anwenden. Durch Trainerimpulse, Feedback, Erfahrungsaustausch, Einzel-, Gruppen- und Partnerarbeit werden die Möglichkeiten der Resilienz deutlich und alltagstauglich gemacht.

SZ4511 A

Maggie Thies

Freitag, 09:00 - 16:45 Uhr

29. Oktober / 9 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

90 EUR (erm.: 68/45/18)

Ausgebrannt? Burnout? Dauerstress? Lass es nicht so weit kommen!

Mehr Zufriedenheit und Freude im Job und auch im Alltagsleben durch Stressbewältigung und Burnout-Prävention!

In diesem Workshop werden Themen behandelt wie:

- Was ist Stress?
- Wie erkenne ich Symptome eines drohenden Burnouts?

Durch kleine Tests werden der eigene Stresslevel und die Glaubenssätze erarbeitet, die uns in der Arbeitswelt negativ beeinflussen.

Zusätzlich werden Entspannungsübungen gezeigt, die zu mehr Ausgeglichenheit und Zufriedenheit im täglichen Leben führen.

Nach dem Zürcher Ressourcenmodell erkennen die Seminarteilnehmer ihre bewussten und unbewussten Bedürfnisse und formulieren für sich ein motivierendes Haltungziel, welches ihr Selbstbewusstsein stärkt und sie vor Stress und Burnout schützt.

Es freuen sich auf Sie: Anke Löhr, Architektin und zertif. Coach und Norbert Knabben, Entspannung- und Stressbewältigungstrainer

SZ4512 A

Anke Löhr

Samstag, 10:00 - 15:00 Uhr

30. Oktober / 6 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

40 EUR (erm.: 30/20/17)

Ich zeige Ihnen, wie Sie ihre Disziplin gezielt trainieren. Sie bekommen nützliche Werkzeuge und Tricks an die Hand mit denen Sie problemlos am Ball bleiben und Dinge bis zum Ende durchziehen. Sie lernen die mächtigsten Mentaltechniken kennen und erfahren, welche unbewussten Denkprozesse hinter Ihrem Verhalten ablaufen und wie Sie diese nachhaltig verändern können. Dadurch haben Sie langfristig mehr Spaß an Ihrem gewünschten Verhalten und können mit Leichtigkeit und einem guten Gefühl alles erledigen. Ebenso schalten Sie dadurch den Drang nach Ihrem ungeliebten Verhalten ab, sodass Sie ganz entspannt mit einem Lächeln „NEIN“ sagen können. Die Konzepte basieren auf Methoden aus der Psychologie oder dem NLP (Neurolinguistisches Programmieren). Gewinnen Sie jetzt neue Motivation in einer lockeren Atmosphäre mit Gleichgesinnten! Lernen Sie viele, neue Ansätze kennen, mit denen Sie endlich das durchziehen, was sie sich vorgenommen haben!

SZ4514 A

Niklas Düllings

Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

15. November / 2 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**
5 EUR

Selbstmotivation: Mit Leichtigkeit zum Ziel

- Wollen Sie Ihren inneren Schweinehund endlich in den Griff kriegen?
- Möchten Sie ein bestimmtes Ziel angehen oder effektiver erreichen?
- Wünschen Sie sich mehr Antrieb und Energie in Ihrem Alltag?
- Wollen Sie ungeliebte Gewohnheiten loswerden oder eine gewünschte Gewohnheit etablieren?

Ob Abnehmen, mit dem Rauchen aufhören oder regelmäßiger Sport, ob berufliche oder private Veränderung - in diesem Vortrag lernen Sie das umzusetzen, was Sie sich vorgenommen haben.

Starkes Selbstvertrauen - Der Weg zur mehr Erfolg

Ein Vortragserlebnis, das Ihr Selbstvertrauen stärkt!

Zweifeln Sie manchmal an sich selbst und trauen sich wenig zu? Bewundern Sie Menschen, die selbstbewusst Ihren Weg gehen? Möchten Sie auch ein glückliches und erfolgreiches Leben? Das Fundament dafür ist ein starkes Selbstvertrauen!

Der Vortrag zeigt auf, wie und warum ein starkes Selbstvertrauen und ein positives Selbstbild nachhaltig zum Erfolg führen. Er ist eine wertvolle Unterstützung bei der zielorientierten Selbstmotivation. Er liefert knackige Impulse um negative Gedanken und Selbstzweifel in den Griff zu bekommen. Außerdem werden einfache hilfreiche anwendbare Methoden für den Alltag präsentiert, mit denen Sie nachhaltig in Zukunft ein gesundes Selbstvertrauen aufbauen können. Es werden Erkenntnisse geliefert, die unter die Haut gehen und Veränderungsprozesse in Gang setzen. Der Dozent präsentiert einen spannenden Mix aus Denkkimpulsen, Wissen und Übungen zum Mitmachen.

SZ4515 A

Dipl.- Ing. Jürgen Strauß

Dienstag, 20:00 - 21:30 Uhr

26. Oktober / 2 Ustd

VHS im Stadtfenster, Saal, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**
5 EUR

Selbst- und Fremdbild - Mehr Ausstrahlung durch ein starkes Selbstbewusstsein

Wie wirken Sie auf Ihre Mitmenschen? Was finden andere an Ihnen gut? Sehen die anderen das Gleiche, was Sie bei sich selbst wahrnehmen? In diesem Seminar bekommen Sie die Möglichkeit durch Feedback ein realistisches Selbstbild zu entwickeln. Sie werden zum einen Ihre Körpersprache, Sprechweise und Ihr Verhalten bewusster wahrnehmen, zum anderen die Reaktionen der anderen feinfühler deuten, einschätzen und zum eigenen Vorteil nutzen können. Sie erhalten anhand vieler unterschiedlicher Übungen individuelles Feedback zu Ihrem Verhalten, zu Ihrer Ausstrahlung und zu dem, was Sie über sich sonst noch wissen möchten. Ziel des Seminars ist es, Ihr Selbstbewusstsein zu stärken und Ihre Authentizität und Ausstrahlung zu fördern. Mit den erworbenen Erkenntnissen

können Sie anschließend selbstbewusster und somit erfolgreicher im Leben durchstarten!

SZ4516 A

Dipl.- Ing. Jürgen Strauß

Sonntag, 10:00 - 17:45 Uhr

21. November / 9 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**
54 EUR (erm.: 41/27/17)

Wie wirke ich? Körpersprache im Business

Karrierefaktor Körpersprache, Stimme, Stimmigkeit

Wenn wir etwas präsentieren, verkaufen oder verhandeln, dann strahlen wir etwas ganz bestimmtes aus. Diese Außenwirkung besteht aus vielen Elementen, die wir gemeinsam in diesem Kurs untersuchen wollen. Nehmen Sie praxisrelevante Profi-Tipps zu Ihrer ganz persönlichen Körpersprache und zum effektiven Einsatz Ihrer Stimme mit in Ihren Berufsalltag!

Durch dieses interaktive Seminar werden Sie einen fundierten Überblick zu wichtigen psychologischen Komponenten Ihrer Außenwirkung mitnehmen. Sie werden auch Ihre eigene Wirkung auf andere Menschen besser einschätzen lernen.

Dieses Seminar findet alternativ Online mit Zoom statt, wenn es in Präsenz aufgrund der Pandemiebedingungen nicht möglich sein sollte.

SZ4519 A

Pia Winkelkotte

Dienstag, 10:00 - 17:00 Uhr

05. Oktober / 8 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**
72 EUR (erm.: 54/36/17)

Kommunikation

Stand.Punkt! Souverän kommunizieren in Videokonferenzen mit ZOOM & Co

In Kooperation mit der VHS Essen

Der Kurs richtet sich an Personen, die erste Erfahrungen mit Videokonferenzen haben und diese künftig besser gestalten möchten. Sie erfahren, was diese Form der Kommunikation so speziell und mitunter schwierig macht. Der Kurs findet ausschließlich online statt, so dass Sie in einem realen Setting lernen, wie Sie an virtuellen Treffen aktiv und souverän mitwirken können. Sie erfahren, wie der bewusste Einsatz von Stimme und Körpersprache den fehlenden persönlichen Kontakt teilweise kompensieren kann. Wir untersuchen Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen persönlichen und virtuellen Meetings, besprechen technische Voraussetzungen und erproben praktisch, was Ihr persönlicher virtueller Kommunikationsstil ist. Wir werden das Videokonferenzsystem „Zoom“ verwenden, aber auch alternative Tools erproben. Zur Teilnahme benötigen Sie eine stabile Internetverbindung und ein geeignetes Endgerät. Empfehlenswert sind ein Tablet oder ein Computer mit Kamera, Mikrofon und Lautsprechern oder ein Headset. Daneben sollten Sie gern auch Ihr Smartphone zur Hand haben. Der Dozent ist Kommunikationstrainer, Coach und Online-Trainer.

Kurz vor Beginn des Kurses erhalten Sie weitere Infos sowie den Zoom-Link.

SZ4521 A

Dr. Michael Gille

mi 4x, 18:00 - 20:15 Uhr

27.10. - 17.11. / 12 Ustd

Online, virtueller Raum,

60 EUR

Stand.Punkt! Teamgespräche gekonnt online moderieren mit ZOOM & Co

In Kooperation mit der VHS Essen

Die aktuelle Corona-Lage hat bewirkt, dass viele Menschen teils dauerhaft im Homeoffice arbeiten und verstärkt online kommunizieren. Dabei hat der Kontakt auf Distanz eine andere Qualität als die persönliche Zusammenkunft. Im Kurs wird trainiert, Team und Einzelgespräche gezielt

und effektiv per Videokonferenz zu leiten. Sie lernen Methoden, Tools und Optimierungspotenziale für die Zusammenarbeit auf Abstand kennen. Weitere Themen: Bedingungen und Rollverständnis für erfolgreiches Führen, Potenziale der Einflussnahme aus der Ferne, Reflexion eigener Erfahrungen. Wir werden das Videokonferenzsystem „Zoom“ verwenden. Der sichere Umgang mit einem derartigen Tool wird vorausgesetzt. Als Endgerät empfehlen wir einen Computer mit Kamera, Mikrofon und Lautsprecher oder ein Headset. Daneben sollten Sie gern Ihr Smartphone zur Hand haben. Der Dozent ist Kommunikationstrainer, Coach und Online-Trainer.

Kurz vor Beginn des Kurses erhalten Sie weitere Infos sowie den Zoom-Link.

SZ4522 A

Dr. Michael Gille

mi 4x, 18:00 - 20:15 Uhr

12.01. - 02.02. / 12 Ustd

Online, virtueller Raum,

60 EUR

Endlich verständlich: So funktionieren die Algorithmen von Google & Co. SEO für Anfänger

An diesem Abend erfahren Sie einfach und verständlich anhand zahlreicher Praxisbeispiele, wie die Algorithmen von Google, Facebook und Co. das Internet durchsuchen und Inhalte aufbereiten. Gemeinsam mit den anderen Teilnehmern lernen Sie, wie Sie diesen Prozess aktiv beeinflussen und Ihre eigenen Inhalte so bestmöglich platzieren können. Denn nur wer versteht, wie die gesteuerten Programme das Internet sehen, kann sein eigenes Marketing erfolgreicher umsetzen. Bringen Sie in diesen Workshop gerne Ihre eigenen Fragen und Projekte ein.

SZ4526 A

Noel Schäfer

Dienstag, 18:15 - 20:45 Uhr

14. Dezember / 3 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

17 EUR (erm.: 17/17/17)

Umgang mit Beschwerden

Professionelles Beschwerdemanagement

Der Umgang mit Beschwerden und aufgebrachten Kunden kommt immer wieder vor und ist eine große Herausforderung für die Mitarbeiter. Ein Kunde, der sich beschwert, setzt sich mit dem Unternehmen auseinander. Er wandert nicht wortlos zur Konkurrenz ab. Wer Beschwerden so betrachtet, der kann den sonst sehr provokant wirkenden Satz „Jede Beschwerde ist ein Geschenk“ vielleicht etwas besser nachvollziehen. Und damit beginnt die Entwicklung zur Beschwerde-Zufriedenheit! Ziel des Seminars ist es, Sie auf den Ernstfall vorzubereiten und Ihnen professionelles Beschwerdemanagement mitzugeben.

SZ4530 A

Pia Winkelkotte

Donnerstag, 09:30 - 16:30 Uhr

25. November / 8 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

72 EUR (erm.: 54/36/17)

Professionelle Rhetorik & Gesprächsführung für überzeugende Kommunikation im Unternehmen - Bildungsurlaub

Möchten Sie souveräner im Gespräch mit Kunden und Mitarbeitern werden? Würden Sie gerne Ihr sicheres Auftreten im Rahmen von Verhandlungen ausbauen? Wollen Sie frei vor Publikum reden und dabei nachhaltig überzeugen? Gute Rhetorik kann so einfach sein! Dieser Bildungsurlaub vermittelt solide Grundlagen und fortgeschrittene Techniken für die Bereiche Rhetorik und Gesprächsführung sowie Grundlagen der Körpersprache. Trainieren Sie Ihre Fertigkeiten gemeinsam mit unserer erfahrenen Trainerin aus der Wirtschaft. Sie werden das Handwerkszeug und einige „Kniffe“ für Bereiche wie Diskussionen, (schwierige) Gespräche, Argumentationsaufbau sowie faire Einwandbehandlung aus diesem Bildungsurlaub mitnehmen. Sie werden am Ende des Seminars sowohl typische Situationen als auch schwierige Momente im Berufsalltag professionell meistern.

SZ4566 A

Maggie Thies

Montag bis Freitag, 10:00 - 17:00 Uhr

13.12. - 17.12. / 40 Ustd

VHS im Stadtfenster, Steinsche Gasse 26, **Stadtmitte**

360 EUR (erm.: 270/180/72)

Lerntechniken

5 Wege zu einem perfekten Gedächtnis Onlinekurs

Merken Sie sich Namen, Zahlen, Vokabeln oder Fakten nur schwer? Müssen Sie bei Telefonnummern immer zweimal hinschauen? Damit ist jetzt Schluss! Dank einer Methode die der Grieche Simonides von Keos vor ca. 2500 Jahren erfand und im Laufe von Jahrhunderten von Mönchen in Klöstern weiterentwickelt wurde, können Sie die Leistung ihrer grauen Zellen um ein Vielfaches steigern. Warum wie in der Schule lernen, wenn uns die Gewinner von Gedächtnis-Meisterschaften Methoden zeigen, die wesentlich effektiver sind und obendrein auch noch Spaß machen. Helmut Lange hat diese Techniken perfektioniert und mit seinen Büchern einem breiten Publikum bekannt gemacht. Wie schnell Sie lernen und wie lange die Inhalte in unserem Langzeitgedächtnis abrufbar bleiben hat viel mit unserer Phantasie zu tun. Das hierfür notwendige Zusammenspiel von Entspannung, Konzentration und Imagination kann wirklich jeder lernen, egal wie gut sie in der Schule waren oder sind. Mit nur etwas Übung kann unser Gehirnpotential um 300% gesteigert werden. Sie werden in Zukunft nicht mehr lernen, weil sie müssen, sondern sie werden lernen weil sie wollen.

SZ4582 A

Helmut Lange

Samstag, 09:00 - 17:30 Uhr

23. Oktober / 10 Ustd

Online, virtueller Raum,

95 EUR

Superhirn - Kopfrechnen, schneller als mit dem Taschenrechner

Onlinekurs

Sie lernen verblüffende Kopfrechenticks mit deren Hilfe Sie schneller im Kopf rechnen können als mit einem Taschenrechner. Mit ein bisschen Übung können Sie vielleicht auch schneller rechnen als Sie sprechen können. Die aus Indien stammenden Rechenmethoden (vedische Mathematik) sind in unserem Kulturkreis noch relativ unbekannt machen total viel Spaß und erhöhen das generelle Interesse an Mathematik um ein Vielfaches. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Kopfrechen-Tricks.

SZ4584 A

Helmut Lange

Donnerstag

19:00 - 21:00 Uhr + Talk am Ende

07. Oktober / 2 Ustd

Online, virtueller Raum,

25 EUR

Superhirn - Vokabeln lernen im Sekundentakt

Onlinekurs

Wer möchte nicht im Sekundentakt Vokabel lernen können? Und dabei noch Spaß haben? Die Schlüsselwortmethode hilft Ihnen dabei Vokabeln nicht nur schneller zu erfassen, sondern auch länger im Kopf zu behalten. Das zügliche Wiederholen wird auf ein Minimum reduziert. Der Bestsellerautor und Dipl. Pädagoge Helmut Lange hat zum Thema „Vokabel lernen“ mehrere Bücher geschrieben und zeigt Ihnen anhand von weiterentwickelten Lernstrategien den Weg zu verblüffenden Lernerfolgen - schon während des Webinars. Der Buchautor und Andragoge Helmut Lange zeigt Ihnen die besten Vokabellern-Tricks.

SZ4585 A

Helmut Lange

Donnerstag

19:00 - 21:00 Uhr + Talk am Ende

14. Oktober / 2 Ustd

Online, virtueller Raum,

25 EUR

Ausbildereignung

Vorbereitung auf den praktischen Teil der Ausbildereignungsprüfung

Einzelcoaching

Sie brauchen eine professionelle Rückmeldung zu Ihrer geplanten Unterweisung oder Präsentation für den praktischen Teil der Ausbildereignungsprüfung? Weil Sie einen Online-Kurs besucht haben, sich mit Ihrer Planung nicht sicher sind oder beim ersten Mal nicht bestanden haben? Dann nutzen Sie diese Einzelcoaching mit Pia Winkelkotte - selbst Mitglied eines Prüfungsausschusses am Niederrhein - um Ihre Planung mit Ihr zu optimieren.

Sie können sich zu einem der sechs untenstehenden Termine anmelden (bitte angeben). Sollten bereits alle geplanten Termine belegt sein, schreiben Sie uns bitte eine E-Mail. Dann versuchen wir einen Zusatztermin zu vereinbaren. Bitte schicken Sie unbedingt Ihr fertiges Konzept bis spätestens 48 Std. vor Beratungsbeginn Frau Winkelkotte an info@suchenachplan.de zu, damit sie sich auf Ihre Beratung vorbereiten kann. Die Beratung findet in Zoom statt.

SZ4707 A

Pia Winkelkotte

Mi, 10.11., 18:00 - 19:00 Uhr oder

Mi, 10.11., 19:00 - 20:00 Uhr oder

Fr, 14.01., 18:00 - 19:00 Uhr oder

Fr, 14.01., 19:00 - 20:00 Uhr und auf Anfrage jeweils 2

Ustd

Online, virtueller Raum,

96 EUR