

Kursbausteine - Beispiele

Persönlichkeit, Führung, Coach

Themenbereiche Stufe 1 - 3:

- Selbstmanagement
- Gesprächsführung
- Rhetorik
- Präsentation
- Moderation
- Kommunikation
- Gedächtnistraining
- Sprachen
- NLP-Techniken
- Mediation
- Prozesse
- Coaching

Beispiele für Ausbildungsmodule:

- NLP - wenn Worte unser Tun steuern
 - Was bedeutet NLP?
 - Wie Gedanken & Worte Taten steuern
 - Die Kraft unserer Gedanken
- Kursdauer: 4 UE*

- Train your Brain - Lernttraining
 - Funktionsweise des Gehirns
 - Lerntypen
 - Übungen Lernen lernen

Kursdauer: 4 UE
- Präsentation / Moderation
 - Den Roten Faden finden & halten
 - Handhabung klassischer Medien
 - Körpersprache
 - Klare Worte finden

Kursdauer: 6 UE
- Eigen- vs. Fremdwahrnehmung
 - Johari-Fenster
 - Stärken erkennen und fördern
 - Negative Glaubenssätze entmachten

Kursdauer: 4 UE
- Mental stark im Alltag
 - Was funktioniert Mentaltraining?
 - Blockaden erkennen
 - Entspannungs- & Stärkungstechniken

Kursdauer: 6 UE
- Feedback ist nicht Kritik
 - Feedback richtig einsetzen
 - Der wertschätzende Umgang mit Kritik

Kursdauer: 4 UE

- Zeitmanagement
 - Ich würde ja gerne, aber...
 - Zeitfallen erkennen
 - Prioritäten festlegen
 - „Nein“-Sagen lernen

Kursdauer: 4 UE
- Konfliktsituationen gelassen meistern
 - Konflikte als Chance nutzen
 - Eigenes Konfliktverhalten erkennen
 - Lösungsstrategien entwickeln

Kursdauer: 6 UE
- Teampower - Together strong
 - Eigene Stärken erkennen
 - Bevorzugte Verhaltensmuster sehen
 - Herausforderungen annehmen können

Kursdauer: 6 UE
- Kommunikation
 - verbal - nonverbal - paraverbal
 - Sender - Empfänger Botschaften
 - Vier-Ohren-Modell

Kursdauer: 4 UE
- Burnout vs. Boreout
 - Warnzeichen erkennen & deuten
 - Eu-Stress und Dis-Stress

Kursdauer: 6 UE

Kursbausteine - Beispiele

- Führungsstile zeigen Wirkung
 - DISG-Modell
 - Ohne Motivation keine Leistung
 - Wie uns Werte & Glaubenssätze leiten

Kursdauer: 4 UE
- Generation-Gap - Jung und Alt im Team
 - Gemischte Teams sind erfolgreicher
 - Mögliche Konfliktpunkte kennen lernen
 - Jung und Alt ticken anders
 - Loslassen

Kursdauer: 6 UE
- Switching Thoughts
 - Ein Gedankenexperiment
 - Wenn Ausbilder und Lehrling tauschen
 - Ängste erkennen, Gegenstrategien

Kursdauer: 6 UE
- Zielarbeit
 - SMART-Methode
 - Zielverhinderer

Kursdauer: 4 UE
- Wertesystem und Lebensrollen
 - Wertesysteme kennen lernen
 - Prägung durch Werte
 - Lebensrollen - das ICH

Kursdauer: 4 UE

- Mein Innerer Schweinehund
 - Eigene Grenzen erkennen
 - Komfortzone (verlassen)
 - Motivation

Kursdauer: 4 UE
- Glaubenssätze & Affirmationen
 - Gedanken leiten uns positiv - negativ
 - Negative Glaubenssätze ablegen
 - Positive Affirmationen formulieren

Kursdauer: 4 UE
- Der Ausbilder als Coach
 - Begleiten statt bestimmen
 - Führen statt anführen
 - Gemeinsame Ziele im Team bilden

Kursdauer: 6 UE
- Gruppendynamik
 - Einzelkämpfer oder Herdentier
 - Gruppendynamiken nutzen
 - Mobbing

Kursdauer: 6 UE
- Vorbild Ausbilder
 - Selbsteinschätzung
 - Lehrling als Spiegel meiner selbst
 - So gelingt die Wertevermittlung

Kursdauer: 4 UE

Umgang mit Jugendlichen

Themenbereiche Stufe 1 - 2:

- Führungsverhalten
- Teambildung
- Teamverhalten
- Gruppendynamik
- Konfliktbewältigung
- Lernmotivation

Themenbereiche in Stufe 3:

- Engagement als Coach der Ausbilder in Stufe 2 während der Projektarbeit
- Engagement in Prüfungskommissionen
- Engagement in Schulen (Arbeitskreise, Elternabende, ...)

Beispiele für Ausbildungsmodule:

- Motivationstraining
 - Wie kann man Jugend motivieren?
 - Lob und Feedback richtig anwenden
 - Eigenmotivation - Fremdmotivation

Kursdauer: 4 UE

Kursbausteine - Beispiele

- Ausbilder & Lehrling = ein gutes Team
 - Jugend „tickt“ anders
 - Stärken stärken
 - Teamgeist*Kursdauer: 4 UE*
- Heute Schüler - morgen Lehrling
 - Gemeinsame Ziele stecken
 - Firmenphilosophie vermitteln
 - Verantwortung annehmen können*Kursdauer: 4 UE*
- Lehrling 2.0
 - Der Umgang mit „Digital Natives“
 - Bedürfnisse und Potenziale erkennen
 - Eigene Kompetenzfelder erweitern*Kursdauer: 4 UE*
- Probleme waren gestern
 - Leistungsschwache Lehrlinge
 - Umgang mit Konflikten
 - Probleme ansprechen*Kursdauer: 6 UE*
- WERTen und beWERTen
 - Grundlagen & Ziele von Bewertungen
 - Lob und Tadel
 - Objektive Gesprächsführung*Kursdauer: 6 UE*

Fachliche Qualifikation

Themenbereiche Stufe 1 + 3:

- neue Technologien
- neue Anforderungen bei Dienstleistungen
- EDV
- Lernmethoden
- Projektmanagement

Beispiele für Ausbildungsmodule:

- Moderne Medien
 - Social Medias
 - 24h-online
 - Gefahren im Netz*Kursdauer: 4 UE*
- Fit for Work
 - Ergonomie
 - Stressvermeidung
 - Übungen für den Arbeitsplatz*Kursdauer: 4 UE*
- EDV I - Auffrischung Word
Kursdauer: 4 UE
- EDV II - Auffrischung Excel
Kursdauer: 4 UE
- EDV III - Auffrischung PowerPoint
Kursdauer: 4 UE

- EDV IV - Auffrischung Outlook
Kursdauer: 4 UE
- EDV V - Internet Security
Kursdauer: 4 UE
- Telefontraining
 - Schwierige Gesprächspartner
 - Fallen am Telefon
 - Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance*Kursdauer: 4 UE*
- Moderner Schriftverkehr
 - ÖNorm als Richtlinie
 - Die korrekte Anschrift
 - Aufbau und Formulierungen*Kursdauer: 4 UE*
- Neue Deutsche Rechtschreibung
 - S-Regeln
 - Groß- und Kleinschreibung
 - Getrennt oder zusammen?*Kursdauer: 12 UE*
- Fit für den Kunden
 - Knigge im (Berufs-) Alltag
 - Der Umgang mit Beschwerden*Kursdauer: 4 UE*

Kursbausteine - Beispiele

- Wissensmanagement
 - Älter werden - Kompetenz gewinnen
 - Wissenstransfer
 - Motivation zur Weiterbildung

Kursdauer: 4 UE

- Der Umgang mit Prüfungsangst
 - Lerntypen
 - Glaubenssätze
 - Methodenkoffer

Kursdauer: 4 UE

- Lernen mit allen Sinnen
 - VAKOG
 - Lerntypenbestimmung
 - Lerntechniken

Kursdauer: 4 UE

- Von der Idee zum Projekt
 - Planung
 - Hilfsmittel
 - Zieldefinition

Kursdauer: 6 UE

- Projekte erfolgreich umsetzen
 - Zielverhinderer
 - Durchhaltestrategien
 - Projektkontrolle und Reflexion

Kursdauer: 6 UE

Arbeitsmethoden

Themenbereiche Stufe 2:

- Lernmodelle
- Projektmanagement

Beispiele für Ausbildungsmodule:

- Projektmanagement Grundlagen
 - Ideenfindung
 - Brainstorming vs. Mindmaps
 - Ziele definieren
 - Probleme im Vorfeld erkennen
 - Planung - Umsetzung - Kontrolle

Kursdauer: 16 UE

- Train your Brain
 - Funktionsweise des Gehirns
 - VAKOG
 - Lerntypen / Lerntechniken
 - Konzentrationsübungen
 - Der Ausbilder als Vorbild
 - Motivation zur Weiterbildung

Kursdauer: 16 UE



Gerne erstellen wir Ihnen ein ganz persönlich auf Sie bzw. Ihr Unternehmen abgestimmtes Angebot.

Projektarbeiten

Themenbereiche Stufe 2:

- 10 Seiten
- Förderung lernschwacher Lehrlinge
- Rotation und Praxis im Betrieb
- Lernmethoden
- Motivation
- Kommunikation
- Verhaltensweisen
- Konfliktlösungen

Themenbereiche Stufe 3:

- 20 Seiten
- Förderung lernschwacher Jugendlicher
- Rotation und Praxis im Betrieb
- Lernmethoden
- Motivation
- Kommunikation
- Verhaltensweisen
- Konfliktlösungen

Wir unterstützen Sie sehr gerne bei der Erstellung Ihrer Projektarbeit!

Soft Skills - Soziale Kompetenzen

Informationen zu Soft Skills und Sozialen Kompetenzen

Definition

Soft Skills sind, neben der fachlichen Kompetenz, ein wichtiges Entscheidungskriterium bei der Mitarbeiter*innen-Suche. Auch im Privatbereich sind Soft Skills unerlässlich.

Unter Soft Skills versteht man Fähigkeiten und Fertigkeiten, die auch Neigungen, Interessen und andere Persönlichkeitsmerkmale wie Belastbarkeit, Frustrationstoleranz oder ähnliches einschließen. Diese Fähigkeiten und Fertigkeiten können nicht mit gleicher Verlässlichkeit erfasst werden (z.B. durch Tests) wie die „Hard Skills“, für die zahlreiche objektive Leistungstests zur Verfügung stehen.

Die Soft Skills in der rechts angeführten Liste lassen sich zwar in drei Kategorien einteilen, jedoch greifen diese ineinander über, sodass Kompetenzen aus dem einen Bereich zumeist auch Fähigkeiten in einem anderen Bereich erfordern. So erfordert eine gute Präsentation auch ein gewisses Selbstvertrauen sowie Menschenkenntnis, um das Publikum einschätzen und richtig reagieren zu können.

Kompetenz	Beispiele
Persönliche Kompetenz	Selbstvertrauen Selbstdisziplin Selbstreflexion Engagement Motivation Neugier Belastbarkeit Eigenverantwortung
Soziale Kompetenz	Teamfähigkeit Einfühlungsvermögen (Empathie) Menschenkenntnis Kommunikationsfähigkeit Integrationsbereitschaft Kritikfähigkeit Umgangsstil
Methodische Kompetenz	Präsentationstechniken Umgang mit Neuen Medien Strukturierte und zielorientierte Arbeitsweise Analytische Fähigkeiten Problemlösungskompetenz Stressresistenz Organisationstalent Zeitmanagement

Seminarideen

Inspirierende Seminare gefüllt mit Themen Ihrer Wahl

Das richtige Seminar für ...

- ... ALLE, die selbstbestimmt leben möchten.
- ... ALLE, die ihren Mitarbeiter*innen und Mitmenschen mit Ruhe und Ausgeglichenheit begegnen möchten.
- ... ALLE, die eine Vorbildfunktion im privaten und beruflichen Kontext einnehmen.
- ... ALLE, die in entspannter Umgebung mehr über sich selbst erfahren möchten.
- ... ALLE, die mental gestärkt ihre beruflichen und privaten Herausforderungen meistern möchten
- ... ALLE, die den nötigen Weitblick für den Alltag benötigen.
- ... ALLE, die ihre persönliche Energie- und Motivationsquelle suchen.
- ... kurz gesagt, ein Seminar für ALLE!

Der Seminarort

Ein Ort, der zum herunterfahren, fokussieren, neu sortieren und reinspüren einlädt.
Gerne suchen wir - gemeinsam mit Ihnen - den perfekten Seminarort.

Ausblick und Weitblick

Mit dem entsprechenden Aus- und Weitblick lässt sich auch der Engstirnigkeit des Alltags entgegen wirken.

Im privaten, aber ganz besonders im beruflichen Kontext wird von uns tagtäglich Weitblick abverlangt. Wir treffen heute die Entscheidungen, die unsere Zukunft lenken und bestimmen.

Im Alltag kommt der dafür nötige Weitblick aber oft zu kurz. Wir sind, aufgrund der schnelllebigen Zeit, gezwungen Entscheidungen sofort zu treffen. Auf das Bauchgefühl zu hören, die Konsequenzen des eiligen Handelns zu erahnen und Alternativen abzuwägen kommen oft zu kurz.

Nötig dafür wäre eine gefestigte Persönlichkeit, ein in sich ruhender Mensch, Leute, die ihre Fähigkeit Resilienzen aufbauen zu können, kennen, Mitmenschen, die ausgeglichen sind und Stress als Chance sehen.

Mögliche Schulungsthemen

- Kommunikation ist mehr als nur Sprache
- Zeitmanagement
- Lebensrollen - mein Lebensmittelpunkt
- Wie Werte und Glaubenssätze steuern
- Zielvereinbarungen - berufliche und private Ziele schnell und sicher umsetzen
- Teamtraining - gemeinsam geht's leichter
- Welchen Führungsstil habe ich?
- Burnout vs. Boreout
- „Der innere Schweinehund“
- Motivation - mich selbst und andere motivieren lernen
- Entspannungs- und Zentrierungsübungen
- wie Gedanken mein Handeln beeinflussen
- Stress als Chance
- Resilienzenfindung - meine persönliche Kraft und Energietankstelle finden
- Eigen- vs. Fremdwahrnehmung - eigene Stärken erkennen
- Wahrnehmen mit allen Sinnen

mögliche Themen siehe Seiten 36-39
sowie Seiten 40-41