

Gender und Gleichstellung

Die Verwaltungsakademie unterstützt Sie bei der Kompetenzentwicklung, indem sie praxisnahe, handlungs- und transferorientierte Bildungsangebote realisiert. Wir entwickeln für Sie Seminare zu Gleichstellungsfragen, in denen wichtige gesetzliche Rahmenbedingungen vermittelt werden. Auf diesem Wege wollen wir Ihnen die Umsetzung der relevanten Bestimmungen erleichtern.

Die Gender- und Diversitätsaspekte sind in alle Politiken des öffentlichen Dienstes einzubeziehen. Frauen und Männer müssen in ihrem Leistungsvermögen und in ihren Leistungsergebnissen gleichermaßen wahrgenommen und gleich behandelt werden. Kenntnisse in Gender und Gleichstellung sind für die Optimierung von Arbeitsergebnissen wesentlich. Vor allem Führungskräften hilft es, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erfolgreich – und ohne geschlechtsspezifische Verzerrungen – einzusetzen, wenn sich Organisationen im Bereich der Kompetenzzuschreibungen und -erwartungen mit Genderaspekten auseinandersetzen.

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Koordination: Frau Gisela Hofbauer
Sekretariat: Frau Sabine Einsiedl

Web: https://www.oeffentlicherdienst.gv.at/vab/gender-und-gleichstellung_2018

Grundlagenseminar für Gleichbehandlungsbeauftragte und Frauenbeauftragte/Kontaktfrauen

Inhalt und Ziele

- Strategien und Handwerkszeug für kritische Kommunikationssituationen
- Rolle der Gleichbehandlungsbeauftragten und Frauenbeauftragten/Kontaktfrauen in Organisationen; Selbst- und Fremdbild, Abgrenzung gegenüber anderen Funktionen und Rollen, Chancen und Grenzen, strukturelle Freiräume erkennen und wahrnehmen
- Rechtliche Grundlagen des Bundes-Gleichbehandlungsgesetzes und die Arbeit der Bundes-Gleichbehandlungskommission
- »Typisch weiblich?« – Gesellschaftliche und eigene Frauenbilder zwischen Solidarität und Konkurrenz

Lernmethode

Theorie-Input, Einzel- und Gruppenübungen, erfahrungs- und lösungsorientiertes Lernen, Bearbeitung von Fallbeispielen

Zielgruppe

Gleichbehandlungsbeauftragte, Frauenbeauftragte/Kontaktfrauen in der Bundesverwaltung und in ausgegliederten Organisationen, sofern sie das Bundes-Gleichbehandlungsgesetz anwenden; Mitglieder des Arbeitskreises für Gleichbehandlungsfragen; engagierte Personen mit Interesse an diesem Aufgabenbereich

Vortragende und Trainerin

- Frau Dr. Martina Angela Friedl
- Frau Korinna Schumann, Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz

Zeit & Ort

Dauer: 3 Tage
Seminarnummer: BS 190/1
Termin: 10.–12. Oktober 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin und Vortragende

Dr. Martina Angela Friedl

Systemische Organisationsberaterin, Trainerin und Coach. Arbeitsschwerpunkte: Training und Organisationsberatung zu den Themen Führung / Frauen in Führung, Diversity Management, Gestaltung von Veränderungsprozessen, Führungskräftecoaching
mf@martinafriedl.com

Korinna Schumann

Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz; Mitglied der
Gleichbehandlungskommission des Bundes

korinna.schumann@sozialministerium.at

Praktische Arbeit mit dem Bundes-Gleichbehandlungsgesetz

Inhalt und Ziele

Das Seminar behandelt die rechtliche Basis des Bundes-Gleichbehandlungsgesetzes und geht dabei auf die inhaltliche Erweiterung der Tatbestandsmerkmale ein, die seit 2004 im Gesetz enthalten sind. Es werden Fallbeispiele aus der Praxis dargestellt und die Aufgaben der Bundes-Gleichbehandlungskommission erörtert. Um die Gleichbehandlung in der Rechtsprechung besser nachvollziehbar zu machen, befinden sich auch dienst- und besoldungsrechtliche Grundlagen auf der Themenliste.

Lernmethode

Theorie-Input, Diskussion, Bearbeitung konkreter Beispiele aus der Praxis

Zielgruppe

Gleichbehandlungsbeauftragte, Frauenbeauftragte/Kontaktfrauen in der Bundesverwaltung und in ausgegliederten Organisationen, sofern sie das Bundes-Gleichbehandlungsgesetz anwenden; Mitglieder des Arbeitskreises für Gleichbehandlungsfragen

Vortragende

- Frau Mag. Claudia Hillebrand, Bundesministerium für Gesundheit und Frauen
- Frau Dr. Maria Wais, Bundesministerium für Justiz

Zeit & Ort

<i>Dauer:</i>	1 Tag
<i>Seminarnummer:</i>	BS 190/0
<i>Termin:</i>	15. Mai 2018
<i>Ort:</i>	Schloss Laudon

Organisation

<i>In Verantwortung von:</i>	Frau Mag. Margret Lammert
<i>Sekretariat:</i>	Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Vortragenden

Mag. Claudia Hillebrand

Bundesministerium für Gesundheit und Frauen, Abteilung IV/3 Gleichbehandlung in der Privatwirtschaft und im Bundesdienst; Juristin
claudia.hillebrand@frauenministerium.gv.at

Dr. Maria Wais

Bundesministerium für Justiz, Abteilung III 1, Leitende Staatsanwältin; Vorsitzende der Gleichbehandlungsbeauftragten der Justiz
Team.pr@bmj.gv.at

Durchsetzungsfähigkeit und Selbstschutz

Inhalt und Ziele

In diesem Seminar werden verschiedene Voraussetzungen und Techniken zur Durchsetzung eigener Positionen und Interessen vorgestellt. Die Teilnehmerinnen können spielerisch ausprobieren, welche Intervention welche Wirkung hat, und Bewährtes untereinander austauschen. Beispiele aus der eigenen Praxis dienen als Ausgangspunkt für neue Lösungsansätze.

Die Trainerin hält Inputs und Übungen bereit, die Durchführung wird mit den konkreten Erwartungen der Gruppe abgestimmt.

- Grundlagenwissen über Durchsetzung und Selbstbehauptung
- Vermittlung hilfreicher Kommunikationsstrategien und Körperhaltungen
- Schlagfertigkeit und deeskalierende Techniken
- Umgang mit (geschlechtsspezifischen) Erwartungen hinsichtlich »Nettigkeit«
- Reflexion persönlicher Ziele und angestrebter Selbstbilder
- Errichtung und Weiterentwicklung innerer »Tankstellen« und Schutzschilde

Lernmethode

Theorie-Input, Erfahrungsaustausch, Einzel- und Gruppenübungen, Arbeit an Praxisbeispielen, Orientierung an Stärken und Ressourcen

Zielgruppen

Gleichbehandlungsbeauftragte, Frauenbeauftragte/Kontaktfrauen in der Bundesverwaltung und in ausgegliederten Organisationen, Mitglieder des Arbeitskreises für Gleichbehandlungsfragen

Trainerin

- Frau Mag. Dr. Meike Lauggas, Universität Wien

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 190/8
Termin: 13.–14. Juni 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin

Mag. Dr. Meike Lauggas

Trainerin, Supervisorin, Coach und Moderatorin. Arbeitsschwerpunkte: Gender und Diversität, Führungsrollengestaltung, Verhandlungs- und Kommunikationstechniken. Lehrbeauftragte an mehreren Universitäten; derzeit karenzierte Mitarbeiterin der Stadt Wien

meike.lauggas@chello.at

Genderkompetenz in der Praxis

Inhalt und Ziele

Ich weiß über Geschlechterrollen einigermaßen Bescheid – doch wie und wann wende ich dieses Wissen am besten an? Und wann besser nicht?

Der Fokus dieses Seminars liegt auf dem Erlernen von Techniken, die gemeinsam anhand realer Beispiele erarbeitet, ausprobiert und auf die eigene Person zugeschnitten werden. Dies wird begleitet von inhaltlichen Inputs und persönlichem Coaching.

- Rhetorische Muster in Besprechungen: Frauen schweigen eher, sprechen kürzer und setzen sich weniger durch. Wann und wie können Frauen, können Männer das ändern und so ein produktives Gesprächsklima schaffen?
- Verhandlungs- und Durchsetzungsformen: Von Frauen wird oftmals (unbewusst) ein anderes Verhalten erwartet als von Männern und dieses in der Folge unterschiedlich (und ungerecht) bewertet. Wie meide ich als Frau, als Mann eigene Vorurteile und Geschlechterrollenerwartungen oder wie gehe ich mit ihnen im konkreten Fall um? – Erkenntnisse aus Rhetorik-Analysen befähigen Frauen, effizient im Gespräch zu bleiben.
- Konfliktlösung zwischen Rückzug, Delegieren und Konsensfindung: Welche Sozialisationserfahrungen sind für mich hilfreich und welche blockieren mich? Wann spielt dabei nicht nur Geschlecht eine Rolle?

Lernmethode

Theorie-Input, erfahrungsorientierte Einzel- und Gruppenübungen, Arbeit an Praxisbeispielen

Zielgruppe

ReferentInnen des Öffentlichen Dienstes, die für Personal oder Budget zuständig sind

Trainerin

- Frau Mag. Dr. Meike Lauggas, Universität Wien

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 203
Termin: 5.–6. Juni 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin

Mag. Dr. Meike Lauggas

Trainerin, Supervisorin, Coach und Moderatorin. Arbeitsschwerpunkte: Gender und Diversität, Führungsrollengestaltung, Verhandlungs- und Kommunikationstechniken. Lehrbeauftragte an mehreren Universitäten; derzeit karenzierte Mitarbeiterin der Stadt Wien

meike.lauggas@chello.at

Geschlechtergleichheit, soziale Ungleichheit und gesamtgesellschaftliche Emanzipation

Inhalt und Ziele

»Gender Mainstreaming« und Politiken der Geschlechtergleichheit lösen keineswegs alle Probleme der sozialen Ungleichheit – ja, die Angleichung der Lage der Geschlechter kann sogar mit einer Verschärfung sozialer Ungleichheit einhergehen. Wenn etwa an die Stelle des Nachtarbeitsverbots für Frauen die Zulassung der Nachtarbeit für alle und nicht ein generelles Nachtarbeitsverbot tritt, dann handelt es sich hierbei unzweideutig um eine Reform zulasten der Arbeitnehmenden insgesamt.

Dieses Seminar stellt verschiedene Forschungsansätze einer integrativen Genderforschung vor, die diese Zusammenhänge zwischen Geschlechter(un)gleichheit und anderen Formen von Ungleichheit ins Zentrum ihres Interesses rückt. Diese neuen Perspektiven verändern die gewohnte Wahrnehmung von Gender Mainstreaming und Geschlechterpolitik und können für die produktive Weiterentwicklung von Geschlechterpolitik nutzbar gemacht werden.

Im Seminar sollen Antworten auf folgende Fragen entwickelt werden:

- Wie kann der Zusammenhang zwischen Geschlechterpolitik, sozialer Ungleichheit und gesamtgesellschaftlicher Emanzipation systematisch sichtbar gemacht werden?
- Welche Interessen werden in welchen Konfliktfällen mit welchen Konsequenzen in den Vordergrund gerückt bzw. an den Rand gedrängt?
- Wie können die vorgestellten und erarbeiteten Perspektiven in konkreter Weise in die verschiedenen Arbeitsbereiche der Teilnehmenden eingebracht werden?

Lernmethode

Vortrag, Diskussion, Bearbeitung konkreter Beispiele aus der Praxis

Zielgruppe

ReferentInnen, deren Aufgabe es ist, die Bezüge zwischen ihrem Arbeitsbereich und Genderfragen zu definieren bzw. sichtbar zu machen, und die die Genderthematik in ihren breiteren Zusammenhängen verstehen und kritisch reflektieren möchten

Vortragende

- Frau Univ.-Doz. Dr. Susan Zimmermann, Central European University Budapest / Universität Wien

Zeit & Ort

Dauer: 1 Tag
Seminarnummer: BS 204
Termin: 15. Juni 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Anmerkungen

Für eine leichtere Verständigung bei der Behandlung des Themas ist eine Pflichtlektüre zielführend. Zur Vorbereitung finden Sie weitere Anregungen im Internet: [Portal Intersektionalität](#).

Über die Vortragende

Univ.-Doz. Dr. Susan Zimmermann

Professorin an der Central European University, Budapest, Dozentin an der Universität Wien;
Historikerin, Expertin für Gender Studies

susan.zimmermann@univie.ac.at

Menschenrechtsverletzungen und Flucht als aktuelle Herausforderungen

Fakten, Fragen und Grundpositionen

Inhalt und Ziele

Bedingt durch die Konflikte und Kriege im Mittleren Osten kam es in den letzten Jahren auch in Österreich zu einem Anstieg der Asylwerberzahlen. Diese lösten eine intensive Debatte aus über gesellschaftliche Entwicklungen und die Antworten der Politik. Eines ist klar: Angesichts der weltweiten Menschenrechtsverletzungen, die zu Flucht, Schutzansuchen und Aufnahme von Geflüchteten in anderen Ländern führen, stellt sich die Frage nach Werten, Organisation und Entwicklung einer Gesellschaft von Grund auf neu. Die Grundthese lautet: Aussichtsreiche Lösungen sind nicht länger auf nationaler Ebene zu finden, es braucht eine globale Perspektive, die sich auch in der Menschenrechtslage sichtbar niederschlägt.

Welche Herausforderungen und Potenziale ergeben sich aus dieser Situation für Mitarbeitende in der Bundesverwaltung?

Das Seminar stellt einen konzeptuellen Rahmen für diese Diskussion vor und bearbeitet die erwähnten Fragestellungen in partizipativer Form, indem es die Erfahrungen der Teilnehmenden aufgreift.

Für eine fundierte Auseinandersetzung werden unter anderem folgende Themen behandelt:

- Die Grundlagen: Prinzipien der Menschenrechte wie Universalität, Unteilbarkeit, Verpflichtungen, internationales Flüchtlingsrecht
- Die Flüchtlingssituation: globales Mapping der Fluchtursachen, Fluchtbewegungen und Aufnahmepraxis
- Die Antworten Europas: exemplarische Typologien anhand einzelner EU-Länder
- Die Integration der Flüchtlinge als gesellschaftspolitisch wesentliches Anliegen: zeitgemäße Konzepte und Instrumente wie interkulturelle Kompetenz und Reflexionsbereitschaft

Lernmethode

Theorie-Input mit Videos, Diskussion, Kleingruppenarbeit, erfahrungs- und lösungsorientiertes Lernen

Zielgruppe

MenschenrechtskoordinatorInnen, ReferentInnen, die legistisch oder in der Vollziehung mit Migrations- oder Flüchtlingsthemen betraut sind, Gleichbehandlungsbeauftragte, PersonalentwicklerInnen sowie alle an diesen Themen interessierten Mitarbeitenden in der Bundesverwaltung

Vortragender

- Herr Mag. Walter Suntinger, HumanRightsConsulting Vienna

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 209
Termin: 28.–29. Mai 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über den Vortragenden

Mag. Walter Suntinger

Selbstständiger Menschenrechtskonsulent, Partner in der HumanRightsConsulting Vienna.
Lehrender an der Universität Wien und an der FH Wiener Neustadt. Schwerpunkt: Praktische
Anwendung der Menschenrechte
walter.suntinger@univie.ac.at

Sensibilisierung gegen antiziganistische Vorurteile

Inhalt und Ziele

Oft werden Vorurteile und Klischees von der Mehrheitsgesellschaft kritiklos übernommen und an Minderheiten ausgelebt. Am Beispiel des Antiziganismus erfahren Sie, wie Stereotype wirken und in welcher Weise sie dekonstruiert werden können. Sie können nachvollziehen, dass die Diskriminierung einer Volksgruppe deren Lebensqualität erheblich beeinträchtigt und dass ein Umdenken der Zivilgesellschaft auch von den öffentlich Bediensteten mitzugestalten ist.

- Relevante Begrifflichkeiten (z. B. Eigen- und Fremdbezeichnungen)
- Geschichte und Verfolgung der Roma und Sinti
- Fragen zur gegenwärtigen Diskriminierungssituation von Sinti und Roma unter Berücksichtigung des Antiziganismusberichtes – Stand der Forschung
- Individuelle und kollektive Selbstbehauptungspraktiken
- Österreichische Beispiele für Best Practice: Präsentation von Projekten aus dem öffentlichen Sektor, die zu einer besseren Inklusion von Roma und Sinti beitragen.

Lernmethode

Erfahrungsorientiertes und interaktives Lernen, Übungen, Theorie-Input, Diskussion, Bearbeitung konkreter Beispiele aus der Praxis

Zielgruppe

Menschenrechtsbeirat, MenschenrechtskoordinatorInnen, PressesprecherInnen, Gleichbehandlungsbeauftragte, Frauenbeauftragte/Kontaktfrauen in der Bundesverwaltung und in ausgegliederten Organisationen, sofern sie das Bundes-Gleichbehandlungsgesetz anwenden; Mitglieder des Arbeitskreises für Gleichbehandlungsfragen, MultiplikatorInnen im Sozial- und Bildungswesen

Vortragende

- Frau Mag. Andrea Härle, Romano Centro
- Herr Samuel Mago, Romano Centro

Zeit & Ort

<i>Dauer:</i>	1 Tag
<i>Seminarnummer:</i>	BS 207
<i>Termin:</i>	7. Mai 2018
<i>Ort:</i>	Schloss Laudon

Organisation

<i>In Verantwortung von:</i>	Frau Mag. Margret Lammert
<i>Sekretariat:</i>	Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Vortragenden

Mag. Andrea Härle

Romano Centro, Geschäftsführerin seit 2007; Co-Initiatorin und Kuratorin der Ausstellung »Romane Thana – Orte der Roma«. Studium der Europäischen Ethnologie
andrea.haerle@romano-centro.org

Samuel Mago

Romano Centro, Trainer (Antiziganismus) seit 2014, Chefredakteur der Zeitschrift »Romano Centro« seit 2016. Studium der Soziologie und Transkulturellen Kommunikation in Wien.
Menschenrechts-Aktivist
samuel.mago@romano-centro.org

Erfolgsstrategien für Teilzeitbeschäftigte

Inhalt und Ziele

Teilzeitbeschäftigte bewältigen oft nahezu den gleichen Aufgabenumfang wie Vollzeitbeschäftigte. Sie fühlen sich vielfach zwischen den verschiedenen (Lebens-)Rollen zerrissen, verlassen mit schlechtem Gewissen pünktlich das Büro und nehmen nur partiell am informellen Büroleben teil.

In diesem Seminar werden folgende Strategien vorgestellt:

- Definition der einzelnen (Lebens-)Rollen und bewusster Umgang mit diesen
- Teamfähigkeit – Informationsaustausch organisieren, optimieren und sicherstellen
- Ziele definieren, Prioritäten setzen und die vorhandene Zeit effektiv nützen
- Den persönlichen Lebensentwurf sich selbst und anderen gegenüber selbstbewusst vertreten
- Lernen, Nein zu sagen
- Karriere und Teilzeit schließen einander nicht aus – berufliche Ziele konsequent und zielorientiert durchsetzen
- Selbstfürsorge – Umgang mit den eigenen Energien

Lernmethode

Impulsvortrag, Selbstreflexion, Gruppengespräch, Praxisberatung, Energieübungen

Zielgruppe

Mitarbeitende mit Teilzeitbeschäftigung

Trainerin

- Frau Dr. Andrea Tschirf-Kainberger, Wirtschaftsuniversität Wien

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 205
Termin: 24.–25. September 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin

Dr. Andrea Tschirf-Kainberger

Trainerin und Coach, Universitätslektorin, Buchautorin. Arbeitsschwerpunkte: Kommunikation und (Selbst-)Präsentation, Führung, Zeitmanagement, Teambildung. Studium der Handelswissenschaften; langjährige Führungstätigkeit im universitären Non-Profit-Bereich
andrea.tschirf@tschirf.at

Ziele aktiv planen und erreichen

Wie finde ich eine gelungene Balance?

Inhalt und Ziele

Frauen haben verschiedene Rollen (Mitarbeiterin, Mutter, Partnerin etc.). Für die innere Balance, das Selbstwertgefühl und die Zufriedenheit mit dem persönlichen Lebensverlauf ist das Erreichen eigener Ziele wesentlich. Mitarbeiterinnen, die sich als Mitgestalterinnen erleben, können sich aktiver und motivierter in den Berufsalltag einbringen.

- Ein Ziel definieren und aktiv an der Umsetzung arbeiten
- Methoden und Tools zur strukturierten Planung kennenlernen
- Die eigenen Motoren aufspüren – Was hemmt und was motiviert mich?
- Erkennen, wo es Hilfe und Unterstützung gibt
- Unterschiedliche Wege zum Ziel – mit Vor- und Nachteilen – erkennen und abwägen
- Den Umgang mit Angst, Stress und Blockaden erlernen
- Das Ziel und seine Folgen reflektieren

Lernmethode

Theorie-Input, individuelle Anleitung, Einzel- und Gruppenübungen, Praxisbeispiele, Gruppendiskussion

Zielgruppe

Frauen mit Matura (A2/v2) oder mit mittlerem Schulabschluss bzw. Lehrabschluss (A3/v3)

Trainerin

- Frau Dipl.-Ing. Karin Böhm, BEd, Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 201
Termin: 19.–20. September 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin

Dipl.-Ing. Karin Böhm, BEd
Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft und Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik; Lehrende, Trainerin und Mediatorin
ke.boehm@aon.at

Zielorientiert kommunizieren und Verhandlungen durchführen

Inhalt und Ziele

Ziele bewusst definieren:

- Inhaltliche Genauigkeit entwickeln
- Bestimmung von Erfolgskriterien

Nett sein allein ist zu wenig:

- Selbstbewusstsein entwickeln, Inhalte überzeugend vermitteln, Beharrlichkeit entwickeln, an der eigenen Durchsetzungsstärke arbeiten
- Ein Rollenbild entwerfen

Auf Stärken aufbauen:

- Identifizieren persönlicher Stärken und Muster in Gesprächssituationen

Wirklich nur ein kleiner Unterschied?

- Frauen- und Männersprache
- Vom Umgang mit Hierarchien

Wenn scheinbar nichts mehr geht:

- Über den Umgang mit den eigenen und den Emotionen des Gegenübers

Lernmethode

Einzel- und Gruppenübungen, erfahrungs- und lösungsorientiertes Lernen, Theorie-Input, Bearbeitung konkreter Beispiele aus der Praxis, Sichtbarmachen individueller Kompetenzen

Zielgruppe

SachbearbeiterInnen, Sekretärinnen/Sekretäre und TeamassistentInnen

Trainerin

- Frau Dr. Andrea Tschirf-Kainberger, Wirtschaftsuniversität Wien

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 195
Termin: 14.–15. Mai 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin

Dr. Andrea Tschirf-Kainberger

Trainerin und Coach, Universitätslektorin, Buchautorin. Arbeitsschwerpunkte:
Kommunikation und (Selbst)Präsentation, Führung, Zeitmanagement, Teambildung. Studium
der Handelswissenschaften; langjährige Führungstätigkeit im universitären Non-Profit-Bereich
andrea.tschirf@tschirf.at

Powertalking – Sprache des Selbstbewusstseins

Inhalt und Ziele

- **Lebensveränderung durch Sprache:**
Erkennen des Zusammenhangs zwischen Sprache, Denkprozessen, Gefühlen und deren Wirkung auf die Umgebung
- **Sprachmuster unter der Lupe:**
Analyse des eigenen Ausdrucks bzw. des Sprechverhaltens
- **Das Vokabular des Erfolgs:**
Der gezielte Einsatz von Sprache
- **Von der Kunst, Raum und Zeit für sich in Anspruch zu nehmen:**
Strategien des selbstsicheren Auftretens in der Körpersprache
- **Unterschiede als Herausforderung:**
Frauensprache – Männersprache
- **Setzen Sie sich Ziele:**
Zielerreichung durch bewusst gesetzte Formulierungen
- **Abgrenzung als Chance:**
Selbstbewusst Nein sagen kann gelernt werden

Lernmethode

Theorie-Input, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit

Zielgruppe

Frauen, die ihr Sprachbewusstsein im öffentlichen Raum sensibilisieren und sich mit der Wirkung ihrer Sprache in Verhandlungen auseinandersetzen wollen

Trainerin

- Frau Mag. Christiane Miksch

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 192
Termin: 19.–20. März 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin

Mag. Christiane Miksch

Kommunikations- und Verhaltenstrainerin, Supervisorin, Coach und Mediatorin seit 1994.
 Studium der Psychologie; 1998–2014 Lektorin an der FH Wiener Neustadt
miksch@netway.at

Kreatives Problemlösen

Inhalt und Ziele

- Die Grundlagen des kreativen Denkens: Basiswissen zum kreativen Prozess
- Das Gehirn und seine Kreativität: Der Zusammenhang zwischen Gehirnstrukturen und kreativem Problemlösen
- Die Entwicklung der Fähigkeit, kreativ zu denken: Techniken zur Auflösung stereotyper Wahrnehmungs- und Denkmuster
- Die Strategien der Kreativität: Kennenlernen von Techniken, die den Zugang zu ungewöhnlichen Problemlösungsansätzen ermöglichen
- Kreativität im Alltag: Die Umsetzung kreativer Ideen

Lernmethode

Fallbeispiele, Theorie-Input, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit

Zielgruppe

Frauen, die neue Techniken erwerben wollen, um im beruflichen und privaten Feld besser reflektieren und handeln zu können

Trainerin

- Frau Mag. Christiane Miksch

Zeit & Ort

<i>Dauer:</i>	2 Tage
<i>Seminarnummer:</i>	BS 197
<i>Termin:</i>	24.–25. September 2018
<i>Ort:</i>	Schloss Laudon

Organisation

<i>In Verantwortung von:</i>	Frau Mag. Margret Lammert
<i>Sekretariat:</i>	Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Trainerin

Mag. Christiane Miksch

Kommunikations- und Verhaltenstrainerin, Supervisorin, Coach und Mediatorin seit 1994.

Studium der Psychologie; 1998–2014 Lektorin an der FH Wiener Neustadt

miksch@netway.at

Die Stimme – Präsenz und Persönlichkeit

Inhalt und Ziele

Die Stimme ist ein Persönlichkeitsmerkmal, das glaubwürdiges und überzeugendes Auftreten wesentlich beeinflusst. Präsenz, Persönlichkeit und Sicherheit übertragen sich auch über die Stimme. Anhand praktischer Übungen und Techniken für Ihren beruflichen Nutzen lernen Sie

- Atemtechniken, um die stimmliche Kapazität zu steigern,
- spezielle Atemtechniken zur Entspannung und Zentrierung,
- Stimmprobleme zu erkennen und zu korrigieren,
- Hemmschwellen und Redeängste zu überwinden,
- Sprechtechnik, Sprache und Ausdruck zu verbessern,
- mithilfe Ihrer Stimme Dynamik, Persönlichkeit und Präsenz zu vermitteln,
- Haltung und Körpersprache gezielt einzusetzen,
- Atem-, Stimm- und Sprechübungen für den Alltag.

Wenn die Stimme gut klingt, hört man ihr gerne zu, schenkt ihr Vertrauen und Sympathie. Mit einer trainierten Stimme vermitteln Sie Autorität, Durchsetzungsvermögen, Glaubwürdigkeit und Kompetenz – Indikatoren, die den Erfolg im Berufsalltag maßgeblich mitentscheiden und die persönliche Sicherheit fördern.

Lernmethode

Übungen, Rollenspiel

Zielgruppe

Frauen, die durch bewusstes Training ihre Stimme stärken wollen

Trainerin

- Frau Doris Meixner

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 194
Termine: 23.–24. April 2018
24.–25. September 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Anmerkungen

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung!

Über die Trainerin

Doris Meixner

Diplom-Pädagogin, Theaterpädagogin, diplomierte Profisprecherin und Coach

doris.meixner@stimmig.at

Bis hierher und nicht weiter!

Inhalt und Ziele

In diesem Seminar setzen wir uns theoretisch und praktisch mit den Strategien der Abgrenzung und den Methoden der Selbstmotivation auseinander. Anhand von praktischen Übungen, Denkanstößen und Tipps bekommen Sie Impulse für den professionellen Umgang mit Nähe und Distanz.

Der bewusste Umgang mit Nähe und Distanz:

- Die Reflexion des eigenen Verhaltens in der Zusammenarbeit mit anderen Menschen im Hinblick auf Abgrenzung
- Die Demonstration von Grenzen in der Körpersprache
- Wirkungsvolle Methoden zum emotionalen Schutz in schwierigen Situationen
- Der professionelle Umgang mit Kritik
- Innere Gelassenheit trotz Druck von außen

Leicht anwendbare Techniken der Selbstmotivation:

- Die systematische Veränderung von Wahrnehmungsmustern, die die eigene Kraft schwächen (»Gedankenmanagement«)
- Strategien im Kampf gegen den eigenen Perfektionismus
- Das gezielte Verhalten gegenüber »Energieraub«
- Die bewusste Umgestaltung demotivierender Aufgaben

Lernmethode

Impulsvortrag, Selbstreflexion, Gruppengespräch, Diskussion, Bearbeitung von Fallbeispielen, Entspannungsübungen

Zielgruppe

Mitarbeitende, die sich gezielt mit Fragen der professionellen Abgrenzung beschäftigen wollen

Vortragende

- Frau Mag. Christiane Miksch

Zeit & Ort

Dauer: 2 Tage
Seminarnummer: BS 208
Termin: 11.–12. Juni 2018
Ort: Schloss Laudon

Organisation

In Verantwortung von: Frau Mag. Margret Lammert
Sekretariat: Frau Elisabeth Fröhlich

Über die Vortragende

Mag. Christiane Miksch

Kommunikations- und Verhaltenstrainerin, Supervisorin, Coach und Mediatorin seit 1994.

Studium der Psychologie; 1998–2014 Lektorin an der FH Wiener Neustadt

miksch@netway.at