

### Schlüsselkompetenz Persönlichkeit in Beruf und Gesellschaft

Montag 09:00 – 16:00	Sich und andere besser verstehen	Methodik
3 h vormittags	<p>Erwartungsabfrage: Wer bin ich, was tue ich, was erwarte ich, was macht mich dankbar?</p> <p>Sensibilisierung für die Unterschiedlichkeit von Menschen. Bezug auf Übung 1.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• JOHARI- Fenster zum Abgleich Selbstbild / Fremdbild</li> <li>• Die eigene Wirkung kennen</li> <li>• Wie unser Weltbild unsere Wirkung beeinflusst</li> <li>• Fragebogen zu Selbstbild (im Skript)</li> <li>• Persönlichkeitsmodelle und –typen unterscheiden: DISG, Enneagramm, Big 5</li> <li>• Storytelling &amp; Playacting zu unterschiedlichen Charakteren mit TN Beispielen</li> </ul> <p>Gegenseitiges Kennenlernen beim Mittagessen</p>	<p>Teilnehmer-Blitzlicht gestützt mit Kleeblatt der Erwartungen;</p> <p>Interaktiver Lehrvortrag mit Partnerübung;</p> <p>Interviewformate, Selbstreflexionsaufgaben im Skript;</p> <p>Arbeit mit Cartoons,</p> <p>Kartenabfrage,</p> <p>Teaching mit Flippchart-Einsatz</p>
3 h nachmittags	<p><b>„Rote und grüne Knöpfe“ im Umgang mit anderen erkennen (drücken lernen bzw. vermeiden lernen.)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Standpunkt des anderen einnehmen (Partnerübung);</li> <li>• Hauptfokus und Motivation der Persönlichkeitsmuster unterscheiden lernen;</li> <li>• Praxistransfer am Beispiel von Dialogen mit Motivationsanalyse;</li> <li>• Stärken der eigenen Struktur selbstbewusst vor der Gruppe vortragen (Präsentation)</li> </ul>	<p>Kartenabfrage,</p> <p>Metaplanteknik,</p> <p>Teaching mit Flippchart-Einsatz</p> <p>Präsentation der Gruppenergebnisse vor Plenum,</p>
Dienstag 09:00 – 16:00	<b>Verbale Kommunikationsmuster erkennen und nutzen</b>	
3 h vormittags	<p>Sprachstilanalyse von Wahlkampfauftritte führender Politiker:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikationsmuster unterscheiden.</li> <li>• Wie entsteht Wirkung durch den Einsatz verbaler und nonverbaler Botschaften und was überzeugt.</li> </ul> <p><b>Wie Appelle und rhetorische Fragen in der Politik genutzt werden.</b> Was lernen wir daraus für unsre Kommunikation am Arbeitsplatz? Was sollten wir ausbauen, was vermeiden.</p> <p>Das Kommunikationsmodell von Schulz von Thun</p> <p>Üben der Modelle anhand teilnehmerbezogener Büro-/Arbeitsplatzdialoge (bsp. Kundentelefonat, Mitarbeiterunterweisung, Konflikte am Arbeitsplatz, Gehaltsverhandlung, etc.)</p>	<p><b>4 UE politische Bildung</b></p> <p>Übungen zur Sprachstilanalyse von Interview-, Talkshow oder Wahlkampfauftritten führender Politiker</p> <p>Politiker-Stimmanalyse in Gruppen</p> <p>Analyse Filmmaterial Staatspersönlichkeiten; Analyse-Übung Kommunikationsmuster Unterscheiden; Interaktiver Lehrvortrag; Metaplanteknik,</p>

	Vertiefen der Theorie anhand TN Fragen-Antworten	Präsentation der Gruppenergebnisse
3 h nachmittags	<p><b>Praxistransfer:</b></p> <p><b>Umgang mit Störungen und kleineren Konflikten am Arbeitsplatz</b></p> <p><b>Stufen der Konflikterkennung und -lösung;</b> Konfliktarten und -muster. Fallstudien zu aktuellen Konflikten.</p> <p>Analyse politischer Talkshows zum Einsatz und zur Funktion verschiedenen Konfliktverhaltens (Bedürfnis- und Wertekonflikte analysieren)</p>	<p><b>1,33 UE politische Bildung</b></p> <p>Filmclips/YOUTUBE; Interaktiver Lehrvortrag; Gruppenarbeit;</p> <p>Arbeit mit Bodenankern,</p> <p>Präsentation der Gruppenergebnisse vor Plenum, Teaching mit Flippchart-Einsatz</p>
<b>Mittwoch 09:00 – 16:00</b>	<b>Stimme und Körpersprache als Träger der Persönlichkeit</b>	
3 h vormittags	<p><b>Erkenntnisse der Kommunikationspsychologie, die am Arbeitsplatz leicht nutzbar sind.</b></p> <p>Selbstreflexion der eigenen Wirkung im Spiegel der erlernten Modelle</p> <p>Frage- Antwort-Runde</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Theorie (Transaktionsanalyse) vorstellen: Funktionsmodell: Ich-Zustände kennen und wechseln lernen</li> <li>• Non-verbale Kommunikation entschlüsseln: Stand, Blick, Gestik, Mimik</li> <li>• Körpersprache: Wirkung und Absicht</li> <li>• Die hohe Bedeutung der tiefen Stimme: Indifferenzlage üben</li> <li>• Der Ton macht die Musik: <b>Stimmtraining für Volumen und selbstbewusstes Sprechen vor KundInnen, KollegInnen, MitarbeiterInnen</b></li> </ul>	<p>Einzelübungen;</p> <p>Interaktiver Lehrvortrag mit Partnerübung; Rollenspiel,</p> <p>Frage-Antwort-Quiz zur praktischen Anwendung im Beruf;</p>
3 h nachmittags	<p>Nutzen Politiker/innen, Journalisten und andere Stimme und Körpersprache zur Manipulation – und wenn ja, wie? Welche Auswirkungen hat das auf ihre Glaubwürdigkeit?</p> <p><b>Praxistransfer an meinen Arbeitsplatz: Wie kann ich Haltung, Stimme, Wortwahl souveräner anwenden und trotzdem authentisch bleiben?</b> Analyse und Gruppenfeedback)</p> <p>Fortsetzung der offenen Themen vom Vormittag</p>	<p><b>2,67 UE politische Bildung</b></p> <p>Diskussion anhand konkreter Beispiele; Teaching mit Flippchart- Einsatz; Einzelanalyse; Gruppenfeedback</p>
<b>Donnerstag 09:00 – 16:00</b>	<b>Elemente sozialer Kompetenz</b>	
3 h vormittags	<p><b>Wie sich die 10 Elemente sozialer Kompetenz bei den einzelnen Charakteren ausprägen und wie ich das Erkannte für meine eigene Entwicklung nutze.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bedeutung emotionale Intelligenz am Arbeitsplatz:</b> Bausteine nach Daniel Goleman</li> </ul>	Interaktiver Lehrvortrag,

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soziale Kompetenzen verschiedener Persönlichkeitsstrukturen unterscheiden und würdigen,</li> <li>• <b>Soll-Ist-Analyse am eigenen Arbeitsplatz beschreiben</b></li> <li>• Empathie, Konfliktfähigkeit, Resilienz u.a. Elemente nach Salzwedel</li> <li>• Vier Hauptgefühle, ihre Ausprägungen und Auswirkungen auf souveränen Auftritt. (Exkurs: Gefühle lesen nach Paul Ekman)</li> <li>• Welche Gefühle fördern, welche behindern uns auf der Arbeit? (Gefühlsinventur nach Dasa Szekely) – Partnercoaching</li> </ul>	<p>Gefühlsinventur nach Dasa Szekely als Selbstreflexionsaufgaben im Skript; Partnerarbeit; Diskussion;</p> <p>Gruppenarbeit, Präsentation der Gruppenergebnisse vor Plenum, Filmclip; Teaching mit Flippchart-Einsatz</p>
3 h nachmittags	<p>Analyse, Diskussion und kritische Würdigung souveräner Kommunikationsstrategien anhand <b>ausgewählter Interviews bekannter PolitikerInnen</b> im Vergleich. (Habeck, Lindner, Baerbock, Scholz, Biden, Obama, Merkel, May, Lagarde, Dreier, Kretschmann...)</p> <p>Was überzeugt, was verärgert und wo liegen mögliche Ursachen der „Politik(er)verdrossenheit“?</p> <p>Welche Äußerungen lassen auf welchen Persönlichkeitsstil schließen?</p> <p><b>Was kann ich mir von diesen PolitikerInnen für meine beruflichen Wirkung abschauen?</b></p>	<p><b>4 UE pol Bildung</b></p> <p>Interaktiver Lehrvortrag mit Filmclips Politischer Bühnen,</p> <p>Partnerübung,</p> <p>Präsentation der Erkenntnisse vor Plenum Teaching mit Flippchart- Einsatz</p>
<b>Freitag 09:00 – 16:00</b>	<b>Praxistransfer</b>	
3 h vormittags	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menschen aufgrund ihrer Wirkung (Sprache, Körpersprache) einschätzen</li> <li>• „Typgerecht“ in Kontakt gehen.</li> <li>• Wissen was Gegenübertragung ist (mit Beispielen der TN)</li> <li>• Mein (neues) Wissen um die eigene Wirkung formulieren und das für die Weiterentwicklung nutzen (Entwicklungspunkte im Visier nehmen)</li> <li>• Jede/r TN präsentiert knapp das in der Woche erarbeitete Verhalten, das ihm/ihr am eigenen Arbeitsplatz hilfreich erscheint. Visualisierter dreistufiger Prozess zum Umzusetzen).</li> </ul> <p>Thema der TN Präsentationen: „<b>Meine Maßnahmen zum Praxistransfer -Souverän in beruflichen und öffentlichen Situationen</b>“</p> <p>Gruppenfeedback</p> <p>Der letzte Schliff: Die innere und äußere Haltung (<b>Mein professionelles Selbstverständnis</b>) bewusstmachen und nach außen transportieren</p>	<p>Wiederholen zentraler Inhalte</p> <p>Fallbeispiele der TN besprechen</p> <p>Erarbeitung Einzelpräsentation,</p> <p>Präsentation der Ergebnisse vor Plenum,</p> <p>Vertiefung und Wiederholung mit Flippchart- Einsatz</p> <p>Diskussion</p>

3 h nachmittags	<p><b>Fortsetzung vom Vormittag</b></p> <p><b>Berufsbezogenen Entwicklungshinweise individuell</b> mit jedem TN erarbeiten Resümee: Welche der erarbeiteten Erkenntnisse setze ich direkt am Arbeitsplatz um?</p> <p><b>Take-aways des Kurses:</b> Formuliere Dinge, die Du in Deinen Alltag einbauen willst</p> <p><b>Abmoderation:</b> Zusammenfassen der Inhalte Erfolgssicherung: Hinweise zum Praxistransfer. Bezug zu Erwartungsabfrage</p> <p>Betonen wesentlicher Umsetzungstipps + Hinweise zur Vertiefung.</p> <p><b>Stimmungsbild</b> zum Seminar durch jede TN</p> <p>Ausblick und Verabschiedung</p>	<p>Diskussion,</p> <p>Teaching mit Flippchart-Einsatz</p> <p>Selbstreflexion</p> <p>Präsentation der Gruppenergebnisse vor Plenum</p> <p>Frage - Antwort Möglichkeit</p> <p>Würdigung</p> <p>Abschluss-Blitzlicht</p> <p>Herzlich/persönlich</p>
	<b>Unterrichtseinheiten insgesamt:</b>	<b>40 UE / 30h</b>

**Referentin:** Gabriele Holler

**Zeitliche Gestaltung:**

9.00 – 16.00 Uhr

Pausen: ca. 10.30 – 10.45 Uhr, 12.15 – 12.45 Uhr, 14.15 – 14.30 Uhr.

**Zuständige Bearbeiterin bei der VHS:**

Beate Kaiser

Programmbereich Berufliche Bildung

Tel: 06071/881-2314

b.kaiser@ladadi.de