

Die vorliegenden Unterlagen wurden im Rahmen des

Bund-Länder-Wettbewerbs

„Aufstieg durch Bildung: Offene Hochschulen“

1. Wettbewerbsrunde

01.10.2011 - 31.03.2015

als Teil des Vorhabens

der Gottfried Wilhelm Leibniz Universität Hannover

im Verbundprojekt Mobilitätswirtschaft:

STUDIUM INITIALE

**Übergangmanagement und Integration beruflich Qualifizierter
in das Hochschulstudium**

erstellt.

Dieses Vorhaben wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union gefördert.

Seminarreihe „Soziale Kompetenz für Studium und Beruf“ im Rahmen des Projektes STUDIUM INITIALE an der Leibniz Universität Hannover 2013/14

Seminar: Grundlagen der Kommunikation am 25./26.10.2013

Stefanie Renk - Dipl.-Biologin, Coach, Supervisorin, Psychodrama-Practitioner

info@stefanie-renk.de

Inhalt am 25.10.14

- Wahrnehmung
- Johari-Fenster
- VAKOG
- Nonverbale Kommunikation
- Kommunikationsmodelle
 - 5 Axiome nach Watzlawik
 - 4 Seiten einer Nachricht nach Schulz von Thun
- Aktives Zuhören
- Feedback
- Du-Botschaften/Ich-Botschaften
- Metakommunikation
- Fragetechnik
- Inneres Team
- Riemann-Thomann
- Gesprächsführung
 - Gesprächsfaktoren
 - Gesprächsvorbereitung

Inhalt am 26.10.14

- Mitarbeitergespräche
 - Worum geht es?
 - Was soll erreicht werden?
 - Worüber kann gesprochen werden?
- Kommunikationsmodell für Mitarbeitergespräche
- Vorbereitung des Mitarbeitergesprächs
 - Inhaltlich
 - Organisatorisch
 - Sich einstellen – Vorbereitung auf den Mitarbeiter
 - Gespräch eröffnen
- Ziele des Mitarbeitergesprächs
 - Setzen Sie Ihre Ziele SMART
 - Gesprächsziel
- Dokumentation

- Kommunikation mit Mitarbeitern – Fehlerquellen
- Gesprächsdurchführung
 - Bestandsaufnahme der aktuellen Situation (IST)
 - Zielvereinbarung (SOLL)
- Beurteilungsgespräch
- Kritikgespräch
- Lob und Anerkennung
- Abschluss

Literaturhinweise

Schulz von Thun, Friedemann (2011): Miteinander reden 1-3: Störungen und Klärungen. Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung. Das "Innere Team" und situationsgerechte Kommunikation. Rowohlt Taschenbuch Verlag.

Seminarreihe „Soziale Kompetenz für Studium und Beruf“ im Rahmen des Projektes STUDIUM INITIALE an der Leibniz Universität Hannover 2013/14

Seminar: Arbeit in Gruppen und Teams 24./25.01.2014

Stefanie Renk - Dipl.-Biologin, Coach, Supervisorin, Psychodrama-Practitioner

info@stefanie-renk.de

Inhalt

- Einleitung
- Definition Gruppe
- Definition Team
- Teamgröße
- Teamphasen nach Tuckman
- Beziehungen im Team
- Teamrollen
- Tool zum Reflektieren von Teamrollen
- Gruppentypen
- Individuum und Situation
- Faktoren erfolgreicher Teamarbeit
- Teamentwicklung
- Teamfähigkeit
- Das Team Performance Modell von Drexler/Sibbet
- Literatur

Literaturhinweise

Dick van, Rolf; West, Michael A. (2013): Teamwork, Teamdiagnose, Teamentwicklung. Hogrefe Verlag.

Gellert, Manfred; Nowak, Claus (2002): Teamarbeit - Teamentwicklung - Teamberatung. Meezen: Verlag Christa Limmer.

Kuhn, Hubert (2009): Die Gruppe als Mittel zur Leistungssteigerung Gruppendynamische Zugänge und Perspektiven für die Praxis. Juventa: Weinheim.

Riemann, Fritz (2009): Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie. Verlag Reinhardt.

Schulz von Thun, Friedemann (1996): Praxisberatung in Gruppen. Verlagsgruppe Beltz.

Stahl, Eberhard (2012): Dynamik in Gruppen: Handbuch der Gruppenleitung. Weinheim, Basel, Berlin: Verlagsgruppe Beltz.

Führungsstile und Motivationstechniken

	Freitag, 15. 2. 14	
900	Begrüßung, Vorstellungsrunde, Ziele und Agenda	
930	Führung - was ist das? Definition und Kerngedanken	Murmelgruppen, PI-Diskussion
950	Rollen der FK - Erwartungen von Unternehmen, MA, mir selbst	Kleingruppen (KG) wechselnd an drei Flips
1015	Dilemmata der Führung	Input
1030	Pause	
1045	Teamübung mit verschiedenen F-Stilen	Turmbau, bestimmend bzw. gewährend
1115	Auswertung, Diskussion, kooperativer Stil	Arbeitsblatt
1145	Situatives Führen	Input
1200	LIFO Kurzform	Einzelarbeit, Arbeitsblatt
1230	Pause	
1330	in gleichen Profilgruppen: Woran erkenne ich im Alltag diesen (meinen) Stil? Was kann dieser Stil gut, was weniger? mit welchen MA geht es gut, mit welchen weniger?	KG
1400	PI-Diskussion	
1430	Systemische Sichtweise FK-MA	Input
1500	Pause	
1515	Fallstudien aus dem Fü-Alltag	KG 30'
1545	Vorführung, PI-Diskussion	
1615	Fallstudien aus dem Fü-Alltag	KG 30'
1645	Vorführung, PI-Diskussion	
1715	Reserve	
1745	Tagesauswertung	
1800	Ende	

	Samstag, 16. 2. 14	
900	Fragen zu gestern	
915	Steve Balmer	Video
920	Eine Motivations-Geschichte	KG, Arbeitsblatt
945	Diskussion im PI	
1000	Was motiviert mich?	KG 15', Metaplan Sammlung Pinwand
1015	Was motiviert die LIFO-Stile?	Input/Diskussion
1030	Pause	Input
1045	Motivation - was ist das? Definition und Kerngedanken „Techniken“ ?	Input/Diskussion
1115	Fallstudien aus dem FÜ-Alltag	KG 30'
1145	Vorführung, PI-Diskussion	
1215	Fallstudien aus dem FÜ-Alltag	KG 30'
1245	Vorführung, PI-Diskussion	
1315	Pause	
1330	Seminarauswertung	
1400	Ende	

Literaturhinweise

Schulz von Thun, Friedemann: Miteinander reden (Kommunikationspsychologie für Führungskräfte), rororo

von Rosenstiel, Lutz: Führung von Mitarbeitern (Handbuch), Schäffer Pöschel

Blanchard, Kenneth und Johnson, Spencer: Der Minuten-Manager, rororo

Niermeyer, R. und Seyffert, M.: Motivation, Haufe (Taschenguide)

Pinnow, Daniel: Führen - worauf es wirklich ankommt, Gabler



Schwichtenberg Training Hannover
Persönlichkeitsbildung Personalentwicklung

Stimme Sprechen Präsentation

Seminarreihe „Soziale Kompetenz für Studium
und Beruf“ im Rahmen des Projektes
STUDIUM INITIALE an der
Leibniz Universität Hannover 2013/14

21./22.3.2014

Seminarmaterial
von Arndt Schwichtenberg
Stimmtrainer, Kommunikationscoach, Fachbuchautor
Hannover

Ablauf/Inhaltsverzeichnis

Rhetorikmodul Stimmtraining

Instrument Stimme

Im Gegensatz zur Alltags-Kommunikation ist es für die instrumentalisierte Nutzung der Stimme für Präsentationen, Lehrsituationen, Gesprächen, Auftritt und Bühne notwendig, den Sprechapparat gezielt vorzubereiten und zu trainieren. Sie können effizienter mit Ihren Kräften umgehen, wenn Sie beim Vortrag Kriterien der *Sprechwerkzeuge* anwenden. Zusätzlich sprechen Sie interessanter, wenn Sie *Gestaltungsmittel* der Stimme und Sprache anwenden.

Die Schwichtenberg – Methode

Die sechs Phasen effektiven Kommunizierens

Techniken: Ökonomischer Stimmeinsatz

Rhetorikmodul Stimmtraining „Die 6 Richtigen“ Baustein 2 Körpersprache

Empfehlungen für offene, stabile Körpersprache

Deutung

Rhetorikmodul Stimmtraining „Die 6 Richtigen“ Baustein 4 Stimme/Sprechen

Öffnen Sie Ihren Mund!

Aufwärmen für die Stimme: Tönen

Turnübungen für den Mund

Weitere Übungen

Rhetorikmodul Stimmtraining

Checkliste A – Z

Rhetorikmodul Präsentationstraining

TAZZ - Formel

TAZZ-Formel weiterentwickelt nach Dr. Klaus-Dieter Ziep,

Arbeitsblatt: Methodische Vorbereitung Ihrer Präsentation

Rhetorikmodul Stimmtraining

Sprechübung Plosivlaute P T K

Präsentationstraining

Begeistert sprechen, im Bewusstsein bleiben!

Rhetorikmodul Präsentationstraining

Rückmeldung Einzelpräsentationen

Material von Arndt Schwichtenberg

Rhetorikmodul Stimmtraining Trainingsbuch (inkl. Audio-Trainings-CD Dauer 17 Minuten), 105 Seiten, Selbstverlag 2012

Ohne Worte...! Körpersprache Interview mit Arndt Schwichtenberg, Artikel „Neue Presse“ Hannover 13.10.2007

Rhetorikmodul Stimmtraining Audio-Trainings-CD, vier Übungsbausteine, Dauer 17 Minuten, Produktion 2008

Das Buch der Selbstliebe – Selbstwahrnehmung Selbstwertschätzung Übungen Weisheiten Zitate (Hg.) Selbstverlag 2011, 50 S., 21 x 21 cm

Körperwahrnehmung und Entspannung Sprecher der Audio-Entspannungs-CD im Buch von Maren Schwichtenberg/Alexander Jordan, (Meyer & Meyer Verlag Aachen 2004, ISBN 3-89124-989-6, 160 S., 16,- €)

Kommunikation

Reihenfolge nach meiner Priorität

Pease, Allan und Barbara **Der tote Fisch in der Hand und andere Geheimnisse der Körpersprache** (Ullstein 2003, ISBN 3-548-36393-8, 281 S., TB 8,95 €)
„Anregung zur Prüfung von (Rollen-) Klischees. Mit vielen erläuternden Abbildungen.“

Simon, Walter **GABALs großer Methodenkoffer Grundlagen der Kommunikation** (GABAL 2007, Offenbach, ISBN 978-3-89749-899-0, 293 S.)
„Fundierte Informationen über viele Aspekte von Kommunikation; übersichtartige Behandlung von Watzlawik, TA, Schulz von Thun, Gordon, NLP, TZI u.a.“

Hey, Julius **Der kleine Hey - Die Kunst des Sprechens** (B. Schotts Söhne 1956)
„Der Klassiker mit viel Theorie zur Lautbildung und praktischen Sprechübungen“

Kühne de Haan, Lelia **Ja, aber... die heimliche Kraft alltäglicher Worte** (2001 Nymphenburger, 190 S., ISBN 978-3-485-00879-2, HC)

Molcho, Samy **Partnerschaft und Körpersprache** (Mosaik Verlag 1990, München, Buch-Nr. 029629, 189 S., HC DIN A4) „Vom Altmeister der Körpersprache. Mit vielen Fotos.“

Landauer, Adele **30 Minuten für mehr Charisma und Charme** (GABAL 2004, Offenbach, ISBN 3-89749-355-1, 80 S., Pocket ca. 6,- €) „Knapp und hilfreich. Viele Fotos.“

Knaths, Marion **Spiele mit der Macht** Piper 2009, 128 S., ISBN-10: 3492252508
Werbetext: „Ich habe es zwei Mal gesagt. Meinst du, einer hätte zugehört? Und zwei Minuten später sagt Kollege Schröder das Gleiche, und alle sagen: Klasse, Schröder!“ - Welche Frau kennt nicht diese oder ähnliche Situationen? Marion Knaths verrät, was Sie tun können, damit Ihnen künftig alle zuhören, und sie zeigt, wie Sie als Frau beim Spiel mit der Macht am besten mitspielen.“

Härter, Gitte / Öttl, Christine **Schlagfertig** (GU Kompass 2004, Gräfe u Unzer Verlag, München, ISBN 3-7742-6468-6, Pocket 6,90 €)

Dietrich, Cornelia **Rhetorik - Die Kunst zu überzeugen und sich durchzusetzen** (Cornelsen Pocket Business 2003, Berlin, 128 S. ca. 7,- €) „Knapp verfasst im Pocketformat.“

Ebeling, Peter **Rhetorik** (Englisch Verlag, überarb. 1989, Wiesbaden)

„Der Großteil enthält Aufbau, inhaltliche und nonverbale Kommunikation. 30 der 295 Seiten befassen sich mit Atem- und Stimmtraining.“

Enkelmann, Nikolaus B. **Rhetorik – Überzeugen – aber wie?** (Panorama Verlag Wiesbaden, ISBN 3-926642-09-2, DIN A4, 213 S., CD und Video)

„Der Erfahrene mit viel Theorie und Beispielen in Bild, Ton und Film“

Klippert, Heinz **Kommunikations-Training - Übungsbausteine für den Unterricht** (Beltz Praxis Verlag, Weinheim, 9. Aufl. 2002)

Weidenmann, Bernd **Gesprächs- und Vortragstechnik** (Beltz Verlag, Weinheim 2002)

Körperwahrnehmung

Mertens, Wilhelm und Oberlack, Helmut **Qigong – entspannt, gelassen und hellwach** (GU Verlag ISBN 3-7742-6039-7, mit CD 70min., 14,95 €)

Cheung, Awei **Die Qi Formel – Die 5 Geheimnisse der inneren Zufriedenheit** (Gräfe & Unzer, München 2010, 96 S., Farbabbildungen, Buch-Nr. 118895)

„Östliche Lebensweisheiten und 5 Qi Gong-Übungen in einer unterhaltsamen Geschichte.“

Schneider-Wohlfahrt, Ursula (Hg.) **Entspannt sein Energie haben – Achtzehn Methoden der Körpererfahrung** (Beck, München 1994, ISBN 3-406-37419-0, 234 S., TB ca. 10,- €)

„Knappe, kompetente Charakterisierungen östlicher und westlicher Verfahren wie Akupressur, Tai Chi und Zen“

Stress reduzieren, Konfliktklärung

Bohne, Dr. Michael **Bitte Klopfen! – Anleitung zur emotionalen Selbsthilfe** (Verlag Carl-Auer 2011), 64 S., TB, 7 €, ISBN-13: 978-3896707376, www.dr-michael-bohne.de

„Ich habe Herrn Bohne live erlebt: er wirkt und Klopfakupressur wirkt. Empfehlenswert!“

Promislow, Sharon **10 starke Tipps bei Stress** (VAK Verlag 1994, ISBN 3-932098-22-6, 61 S., TB)

„Verständlich erklärt: was ist Stress, was kann ihn auslösen und mögliche Symptome. Dazu die 10 Tipps wie Selbstwahrnehmung, Klopfen, Akupressur, Gehirnbereiche verknüpfen, Blut- und Energieflüsse aktivieren u.a.m. und was sie bewirken.“ – Neu leider vergriffen.

Rosenberg, Marshall B. **Konflikte klären durch Gewaltfreie Kommunikation** (Herder 2004, ISBN 978-3-451-05447-1, 160 S., TB, 8,95 €)

„Rosenberg hat diese Klärungsmethode für private und berufliche Beziehungen (Kollegen, Partner, Erwachsene und Kinder, Lehrer und Schüler) vor über 30 Jahren entwickelt. Das Buch liest sich lebendig, da in Interviewform. Viele Hinweise, die eigene Kommunikation zu hinterfragen, um neue Verbindung mit sich selbst und anderen aufzunehmen. Das braucht Geduld, Aufmerksamkeit und Entschiedenheit. Und es wirkt und bewegt.“

Galli, Johannes **Die Galli Methode als Konfliktlösung** (Galli Verlag Eltville 2002, ISBN 3-934861-50-4, 143 S., TB)

Präsenz und Selbstklärung

Betz, Dipl.-Psych. Robert T. **Willst Du normal sein oder glücklich** (Heyne Verlag 2011), ISBN-13: 978-3453701694, 272 S., TB, 9 €, Buch oder Vortrag auf Audio-CD sowie viele weitere Titel, www.Robert-Betz.de

„Ich habe Herrn Betz live erlebt: motivierend, direkt, umfassend, humorvoll, inspirierend. Empfehlenswert!“

Gray, Dr. John **So bekommst du was du willst, und willst was du hast** (2002 Goldmann, 317 S., ISBN 3-442-15186-4, TB 9,90 €)

„Umfassend, gründlich, klar, inspirierend, mit praktischen Übungen.“

Zurhorst, Eva Maria **Liebe dich selbst und es ist egal wen Du heiratest** (Verlag: Goldmann 2009)

ISBN-13: 978-3442219032, TB, 400 S., 10 €

„Ich habe Frau Zurhorst und Ihren Mann live erlebt: herzlich, ehrlich, direkt, humorvoll, informativ. Empfehlenswert!“

Irgang, Margit **Zen-Buch der Lebenskunst** (2001 Verlag Herder Freiburg, 157 S., TB, ISBN 3-451-05174-5)

Schömbbs, Wolfgang **Sei ganz dabei – jetzt** (2011 Books on demand 172 S., TB, ISBN 978-3-8448-7435-8)

Theaterpädagogik

Johnstone, Keith **Theaterspiele** (Alexander Verlag 1996, Berlin, ISBN 3-89581-001-0, 565 S., TB)

„Der Erfinder des Theatersports regt an zum Spielen mit vielen Übungen aus dem Unterrichtsgeschehen“

Jenisch, Jakob **Der Darsteller und das Darstellen:** Ich selbst als ein anderer. Grundbegriffe für Praxis und Pädagogik (Henschel Verlag 1996, 207 S., ISBN-10: 3894872438, gebundene Ausgabe ca. 24,- €)

Gedichte, auch als Sprechübungen oder Spiel

Halbey, Hans Adolf (Hg.) **Schmurgelstein so herzbetrunken**“ (dtv 2001, München, ISBN 3-423-62043-9, 184 S., TB 7,- €) „Herrliche, ungewöhnliche Kinder- und Nonsensgedichte“



Schwichtenberg Training Hannover
Persönlichkeitsbildung Personalentwicklung

Der Trainer

Arndt Schwichtenberg

Arndt Schwichtenberg, Jahrgang 1968, ist Stimmtrainer, Kommunikationscoach und Fachbuchautor. Von 1991 bis 2011 arbeitet er als Schauspieler, Sprecher, Sänger und Moderator auf Bühnen und spricht für Funk und Film. Vereinzelt tut er das bis heute. Er führt Regie und leitet Schauspieltrainings von 1998 bis 2012 in seinem Theater der leeren Hände.



Seit 1996 ist er selbständig im Bereich Persönlichkeits-training und Personalentwicklung als Seminarleiter, Trainer und Redner. Seine Kompetenzthemen

umfassen Stimmtraining und Körpersprache, selbstbewusstes Auftreten und lebendiges Präsentieren, Motivation sowie Selbst- und Konfliktklärung. Er arbeitet für namhafte Bildungsstätten, Unternehmen und Institutionen.

Als aktiver Profi ist Arndt Schwichtenberg prädestiniert, seine Themen praktisch zu vermitteln und die persönlichen Fähigkeiten der Teilnehmer/innen „zur Sprache“ zu bringen. Er schöpft sein methodisches Repertoire aus verschiedenen Quellen, die er nach Bedarf kombiniert: Stimm- und Sprechschulung, Kommunikationslehre, Körperwahrnehmung, Motivationstraining, Coaching, Qi Gong, Theaterpädagogik und Gewaltfreie Kommunikation. Seine Potentiale sind die humorvolle und motivierende Art den individuellen Menschen ins Zentrum der Persönlichkeitsbildung zu rücken sowie seine jahrelange Erfahrung mit vielen unterschiedlichen Teilnehmer/innen.

Inzwischen hat Schwichtenberg über 2700 Menschen in über 4000 Seminar- und Einzeltrainingsstunden begleitet.

Seit 2010 ist er in der Trainerausbildung „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall B. Rosenberg. Seit einem Jahr integriert er die Konfliktlösungsmethode erfolgreich in seine Trainings und gibt zu dem Thema Seminare.

Erfolgreiche Seminare, interaktive Vorträge und Einzeltrainings mit Schwichtenberg

Rhetorikmodul Stimmtraining

- Haltung, Atmung, Stimmklang, Sprechtechnik
- Stimmliche Gestaltungsmittel wie Betonung, Melodie, Betonung, Farbe, Dynamik
- Ihr selbstbewusster Auftritt im Fokus von Atmung und Stimme
- Die gelungene Selbstpräsentation

- der Dauerbrenner unter den Präsentationen
- mit Selbstbewusstsein Ihre Qualitäten ins rechte Licht stellen

Rhetorikmodul Körpersprache

- Körpersprache erfolgreich einsetzen und deuten
- klare Mimik, Gestik und Haltung in Präsentation oder Gespräch, Verhandlung oder Bewerbung
- verbindlicher Kontakt mit Kollegen, Studierenden und Verhandlungspartnern

Präsentieren mit Lust und Leidenschaft

- Stimulanz – Bring Dein Herz zum sprechen!
- motivieren und beim Zuhörer hängen bleiben
- trockene Materie lebendig vortragen

Improvisationstechniken für Führungskräfte

- die besten Tricks der Schauspiele
- Selbstbewusster Umgang mit Unerwartetem
- Präsenztraining und Improvisation
- Kreativ mit Störungen und Stress umgehen
- Sprechdenken – Vortragen ohne Vorbereitungszeit
- Professionelle Abgrenzung

Rollenfindung – welche Seite von sich wollen Sie aktivieren?

- beruflich oder privat – kompetent und sicher
- die eigene Ausstrahlung stärken
- innere Einstellung wird äußere Haltung

Improvisationstheater – Spielspaß für das Kind im Erwachsenen

- Teambildung – Selbst- und Gruppenwahrnehmung
- soziale und emotionale Kompetenzen erweitern

Vorbereitung für Bewerbung und Assessment

- Selbstbewusste, individuelle Selbstpräsentation
- Rollenklärung, Umgang mit Stress
- So meistern Sie Interviews und Planspiele

Selbstbestimmte Kommunikation –

auf Basis der Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg

- Gefühle und Bedürfnisse erkennen; sagen, was wir wirklich wollen, so dass der Andere es hören kann
- Empathie, Klarheit und Verbindung schaffen
- Konflikte klären, Beziehungen stärken

Zitat für den Konsumenten-Alltag

„Wenn ich etwas kaufe, investiere ich Geld in eine bestimmte Unternehmensstruktur und unterstütze damit die Produktionsbedingungen, unter denen meine Ware hergestellt wurde.

Wenn der Preis des Produktes vermeintlich attraktiv ist, bleibt die Frage, ob wir die Herstellungsbedingungen verantworten können. Die Dinge haben nun mal ihren Preis.

Und wenn wir nicht bereit sind, ihn zu zahlen, zahlt ihn jemand anders – mit seiner Gesundheit, mit seinem Leben.“

Susanne Bormann, Schauspielerin

Quelle: Alverde 08/20

	Freitag, 11. 4. 14	
900	Begrüßung, Vorstellungsrunde, Ziele und Agenda	möglichst 4 Fallbeispiele
915	Unsere Erfahrungen aus Projekten und Projektarbeit	KG 20', PI-Diskussion 25'
1000	PM Grundgedanken	Input #1 - 10
1015	Pause	
1030	Projektauftrag und -ziele	Input #11 - 16
1100	Exemplarisch ausprobieren	KG 30', Arbeitsblatt 1 + 2
1130	Vorstellung im PI	
1215	Projektplanung	Input #17 - 22
1230	Pause	
1330	Projekt Brückenbau	2 Teams, Arbeitsblatt 3
1415	Auswertung	
1445	Projektplanung: Strukturplan	exemplarische Anwendung KG 30', Arbeitsblatt 4
1515	Pause	
1530	Vorstellung im PI	
1600	Zeitplanung im Projekt	Input #24 - 31 Diskussion
1615	Risiko-Vorsorge	Input #23 , Flip FMEA
1645	Risiko-Check und exempl FMEA	KG 30', Arbeitsblatt 5
1715	Vorstellen im PI	
1745	Tagesauswertung	
1800	Ende	

Literaturhinweise

A Guide to the Project Management Body of Knowledge (PMI-Standards)

DIN 69 901: Projektmanagement-Begriffe

Burghardt, Manfred: Projektmanagement (Leitfaden für die Planung, Überwachung und Steuerung von Entwicklungsprojekten)

Dörfel, Hans-Jürgen: Projektmanagement (Aufträge effizient und erfolgreich abwickeln)

Litke, Hans-D.: Projektmanagement (Methoden, Techniken, Verhaltensweisen)

Patzak, Gerold und Rattay, Günter: Projektmanagement

Schell, Heinz: Projekte zum Erfolg führen (Projektmanagement systematisch und kompakt)

Tumuscheit, Klaus: Überleben im Projekt (Überwinden von Projektfällen)

DeMarco, Tom: Der Termin (Ein Roman über Projektmanagement)

	Samstag, 12. 4. 14	
900	Fragen zu gestern	
930	Projektsteuerung, Rollen der Beteiligten, Teamleitung	Input #32 - 40
1000	Fallstudien aus dem Projektalltag	KG 30' Arbeitsblatt 6 - 9
1030	Vorstellen im PI	
1100	Pause	
1115	Zeitmanagement Grundgedanken	Input
1145	Unsere Zeitfresser	EA 15', PostIts
1200	verteilen auf MP/Flips (Unordnung, kein Prozess, Störungen, warum ich) Was kann ich beeinflussen? (umhängen)	4 Flips
1230	Was sind die Regeln für Zeitmanagement? Prioritäten Selbstdisziplin nein sagen	Input
1300	Transfer in den individuellen Alltag	Dyaden, Arbeitsblatt
1330	Seminarauswertung	
1400	Ende	

Seminarreihe „Soziale Kompetenz für Studium und Beruf“ im Rahmen des Projektes STUDIUM INITIALE an der Leibniz Universität Hannover 2013/14

Seminar: Konflikte konstruktiv lösen am 16./17.05.2014

Stefanie Renk - Dipl.-Biologin, Coach, Supervisorin, Psychodrama-Practitioner

info@stefanie-renk.de

Inhalt

- Ihre Ziele für das Training
- Was sind Konflikte?
- Konfliktdefinition
- Typisch für Konflikte
- Konfliktarten
- Konflikteskalation
- 9 Stufen der Konflikteskalation nach Glasl
- Konfliktphasen – Konfliktverlauf
- Konfliktanalyse
- Eigenes Konfliktverhalten reflektieren
- Grundmotive des Konfliktverhaltens
- Varianten des Konfliktverhaltens
- Ich und die Anderen
- Konfliktlösung
 - A. Das Harvard-Konzept
 - B. 4 Grundmuster der Konfliktlösung
- Bedürfnisse formulieren
- Konfliktgespräche führen
- Gewaltfreie Kommunikation
- Win – Win Modell
- Eigenschaften von Gruppen im Konflikt
- Individuen - Teams - Systeme
- Eisberg-Modell
- Eigene Skizze: Eisbergmodell eines persönlich bekannten Konflikts
- Teufelskreis

Literaturhinweise

Gugel, Günther (2000): Streitkultur: Konflikteskalation und Konfliktbearbeitung. Eine Bilderbox. Verlag: Institut für Friedenspädagogik Tübingen.