

Seminar-Daten

Reden – Zuhören – Verhandeln – Streiten - Versöhnen
14./15. September 2012

Emotionale Intelligenz – Ehrlichkeit - Echtheit
12./13. Oktober 2012

Sich weiter entwickeln und den Fortschritt messen?
16./17. November 2012

Beziehungen eingehen, pflegen und loslassen
11./12. Januar 2013

Sich in Gruppen bewegen
15./16. Februar 2013

Seminarzeiten

09.15 – 17.30 Uhr

Seminarort

Solothurn

Kosten pro Seminar

Fr. 640.- Inbegriffen: Seminar, Pausenverpflegung, Mittagessen

Anmeldung an

arbowis gmbh
Niklaus Konrad-Strasse 40
4500 Solothurn
www.arbowis.ch
E-Mail: info@arbowis.ch

Soft Skills Handlungs-Forum

**Seminare 2012/13 mit
Ruth Meyer Junker & Sun-Mi Shin**



Ruth Meyer Junker

Im Mittelpunkt stehen für mich die Teilnehmenden mit ihren Eigenheiten. Mein Erfahrungsschatz enthält auch eine Fülle von Methoden und Vorgehensweisen, die wir im passenden Moment miteinander erproben können.

- Lic. phil. päd. und dipl. Erwachsenenbildnerin HF
- Autorin
- Tochter, Mutter und Grossmutter
- Lebenserfahren und krisenerprobt



Sun-Mi Shin

Mir ist wichtig, Wohlbefinden und Freude beim Lernen zu ermöglichen und Raum für unterschiedliche Bedürfnisse zu öffnen. Entdeckungslust, kritische Fragen und über eigene Fehler lachen zu können inspirieren mich.

- Ausbilderin mit eidg. FA, Mediatorin i.A.
- als Erwachsenenbildnerin tätig
- Trainingsschwerpunkte: Kommunikation, Umgang mit Konflikten, Gewaltfreie Kommunikation, Stressmanagement, SVEB I

**Möchten Sie zwei Tage lang
Ihre Krisenmuskeln stärken?**

**Erweitern Sie mit uns
Ihre persönlichen Fähigkeiten**

Soft Skills Handlungs-Forum

Erfolg in Schule, Ausbildung und Beruf hängt nicht nur von fachlichem Wissen und Können ab, sondern auch von Soft Skills. Miteinander reden und zuhören, Beziehungen gestalten, lernen, authentisch auftreten, sich in Gemeinschaften bewegen und emotionale Intelligenz sind wesentlich für ein gelingendes Leben.

Das Soft Skills Handlungs-Forum besteht aus fünf Seminaren. In jedem Seminar packen wir ein oder zwei Kompetenzbereiche an. Hier haben wir Gelegenheit, durch handeln, reflektieren, üben und lernen gemeinsam unsere Fähigkeiten weiter zu entwickeln.

Adaptive Didaktik: Jedes Seminar ist einmalig!

Gemeinsam mit Ihnen passen wir jedes Mal Inhalte, Methodik und Struktur Ihren Bedürfnissen an. Wir berücksichtigen dabei Ihre Kenntnisse und Fähigkeiten, Ihren Lerntyp und die aktuellen Herausforderungen Ihrer Lebenssituation.

In unseren Seminaren langweilen Sie sich nicht mit Ihnen bereits wohlbekanntem oder für Sie unwichtigen Themen.

Stattdessen trainieren Sie gezielt diejenigen Krisenmuskeln, die Sie gern für Ihre eigene emotionale Fitness stärken wollen.

Wir wenden uns mit unserem Soft Skills Handlungs-Forum an Menschen mit Freude und Mut an der persönlichen Entwicklung, mit Lust sich zu reflektieren und zu verändern. Das Handlungs-Forum ist das Richtige für Sie, wenn Sie gemeinsam mit anderen Ihr Lernen aktiv mitgestalten wollen und bereit sind, sich auf Ungewohntes einzulassen.



Reden – Zuhören – Verhandeln – Streiten – Versöhnen

Kommunikationsmodelle – Zuhören - Dialoge führen - Schwierige Gesprächssituationen meistern

Kommunikative Kompetenz umfasst mehr als reden und zuhören können.

- ☞ Wir üben Kommunikationsstrategien ein, die Brücken bauen, neue Lösungen ermöglichen und Nähe zulassen.

Emotionale Intelligenz – Ehrlichkeit - Echtheit

Achtsamkeit – Selbstdisziplin – Empathie - Sich durchsetzen – Zivilcourage - Auftreten

Um den eigenen Gefühlen nicht ausgeliefert zu sein, müssen wir sie kennenlernen. Im Einklang mit den eigenen Gefühlen gewinnt unser Auftritt Stärke.

- ☞ Wir üben, überzeugend und mutig zu sein und Positives zu bewirken.

Sich weiter entwickeln und den Fortschritt messen?

Wahrnehmung – Interpretation - Verhalten beobachtbar beschreiben - Einteilungen und Definitionen von Soft Skills – Kompetenzraster – Entwicklungsstufen

Können und dürfen wir Soft Skills und deren Entwicklung sachlich und für andere nachvollziehbar beschreiben und bewerten?

- ☞ Wir zeigen Ihnen die Werkzeuge und trainieren deren Gebrauch.

Beziehungen eingehen, pflegen und loslassen

Erziehen/Lehren/Führen als unterschiedliche Rollen - Beziehung gestalten - Konflikte bewältigen - Andere in ihrer Veränderung unterstützen

Mit anderen förderlich umzugehen, bedeutet, den Bedürfnissen aller Beteiligten Raum zu geben, egal ob wir lieben, erziehen, führen oder lehren.

- ☞ Wir üben, unser Gegenüber achtsam wahrzunehmen und in seiner Veränderung zu unterstützen.

Sich in Gruppen bewegen

Gruppendynamik verstehen - Dazugehören - Eine gemeinsame Arbeit bewältigen - Gruppen leiten - Kritische Gruppensituationen meistern

Sich in Gruppen mit seinen eigenen Interessen einzubringen, ist ein Abenteuer. Eine Gruppe braucht jedes seiner Mitglieder. Welche Rolle spielen Sie?

- ☞ Wir erarbeiten, was Leitende und Mitglieder zum Erfolg einer Gruppe beitragen können.