

# Schwierige Gespräche meistern

## wertschätzend – konstruktiv – lösungs- orientiert

Zu einem guten und konstruktiven Miteinander gehört die Fähigkeit, auch schwierige Gespräche anzugehen und zu meistern. Dabei ist es wichtig, die eigenen Position ruhig zu vertreten, die richtigen Worte zu finden, sicher aufzutreten und dem Gesprächspartner zuzuhören – mit dem Ziel, eine gute gemeinsame Lösung zu finden.

### Seminarinhalte

- professionelle Vorbereitung eines Gespräches
- Gesprächsphasen
- schwierige Punkte angemessen ansprechen
- Fragetechniken
- Perspektivwechsel – den anderen verstehen
- gemeinsame Lösungen finden
- Lob und Kritik äußern und annehmen
- praktische Übungen mit Video-Aufnahmen und persönlichem Feedback

### Termin

**Freitag, 3. Juli 2020**

15.00 bis 21.00 Uhr

Anmeldeschluss: 19.6.2020

### Veranstaltungsort

Erzbischöfliches Ordinariat  
Konferenzraum 11  
Kapellenstraße 4, 80333 München

### Teilnahmegebühr

25 € incl. Verpflegung  
Barzahlung

### Anmeldung

beim Diözesanrat der Katholiken:  
bkleiner@eomuc.de  
Fax: 089/21 37-27 1261  
Telefon: 089/2137-1261

- Rhetorik-Grundlagen-Seminar
- Rhetorik-Aufbau-Seminar
- Erfolgreich arbeiten im Team
- Schwierige Gespräche meistern

Vor- und Zuname:

Funktion:

Anschrift:

E-Mail:

Telefon:

Unterschrift:

Anmeldung auch per E-Mail möglich:  
bkleiner@eomuc.de



**Diözesanrat der Katholiken**  
der Erzdiözese München und Freising

Diözesanrat der Katholiken  
der Erzdiözese München und Freising  
Schrammerstraße 3/VI, 80333 München  
www.dioezesanrat-muenchen.de  
dioezesanrat@eomuc.de



**Diözesanrat der Katholiken**  
der Erzdiözese München und Freising

## Seminare

### Rhetorik Grundlagen

17. April 2020

### Rhetorik Aufbau

29. Mai 2020

### Erfolgreich arbeiten im Team

26. Juni 2020

### Schwierige Gespräche meistern

3. Juli 2020

# Rhetorik-Grundlagen-Seminar

## Sicher auftreten und frei reden

Sicheres Auftreten und freies Reden sind der Schlüssel dafür, Ihre Meinung und Ihre Interessen überzeugend zu vertreten.

In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie frei reden und überzeugend wirken können.

Das Seminar ist sehr praxisorientiert mit vielen Übungen und persönlichem Feedback.

### Seminarinhalte

- Körpersprache – was wirkt wie? Wie wirke ich auf andere?
- Frei reden – auf was kommt es an?
- Wie bringe ich meine Meinung so rüber, dass sie gut ankommt?
- Wie gehe ich mit Lampenfieber um?
- praktische Übungen mit Video-Aufnahmen und persönlichem Feedback

### Termin

**Freitag, 17. April 2020**

15.00 bis 21.00 Uhr

Anmeldeschluss: 3.4.2020

# Rhetorik-Aufbau-Seminar

Sie haben bereits ein Rhetorik-Seminar besucht und wollen sich weiter verbessern?

Sie halten immer wieder Reden, stellen sich selber vor Publikum vor, präsentieren eine Idee oder ein Projekt?

In diesem Seminar geht es schwerpunktmäßig um die inhaltliche Gestaltung und den Aufbau Ihres Vortrages, Ihrer eigenen Vorstellung bzw. Ihrer Ideen- oder Projektpräsentation.

### Seminarinhalte

- Vorbereitung einer Rede, Ideen-/Projektpräsentation
- Wie beginne ich eine Präsentation interessant? Wie baue ich meine Argumente auf? Wie ende ich wirkungsvoll?
- Wie erreiche ich meine Zuhörer?
- ungeplante (schwierige) Situationen und Störungen gut meistern
- Spontanität schulen
- praktische Übungen mit Video-Aufnahmen und persönlichem Feedback

### Termin

**Freitag, 29. Mai 2020**

15.00 bis 21.00 Uhr

Anmeldeschluss: 15.5.2020

# Erfolgreich arbeiten im Team

## Meine Stärken – Unser Team – Zeitmanagement

Für die Arbeit in einem Team hilft es zu wissen, was meine Stärken sind, wie ich diese einbringen kann und wie mich andere wahrnehmen. Welche Rollen gibt es in einem Team und welche Phasen durchläuft jedes Team?

Außerdem werden wir das Thema „Zeitmanagement“ beleuchten – jeder Tag hat 24 Stunden, ist aber doch oft zu kurz. Wie kann das besser funktionieren?

### Seminarinhalte

- Selbst- und Fremdeinschätzung – Wie sehe ich mich, wie sehen mich andere?
- Meine Stärken – Was macht mich aus?
- Als Team gut zusammenarbeiten – Teamphasen und die verschiedenen Rollen im Team
- Zeitmanagement
- praktische Übungen, Austausch und Feedback

### Termin

**Freitag, 26. Juni 2020**

15.00 bis 21.00 Uhr

Anmeldeschluss: 12.6.2020

### Zielgruppe aller Seminare

Engagierte in der Räte- und Verbandsstruktur

### Referentin

**Margarita Spiegler**

Trainerin für Rhetorik und Kommunikation  
Persönlichkeits- und  
Bewerbungstraining

