

Anmeldung für das Seminar:

Seminartitel

Name, Vorname

Institution

Anschrift

Tel., Fax, E-Mail

Die **Anmeldung** kann schriftlich, per E-Mail oder über die Internetseite https://www.fes.de/mainz/seminare_fuer_frauen.php erfolgen. Telefonische Anmeldungen können wir leider nicht entgegen nehmen.

Da unser Seminarangebot auch aus Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz finanziert wird, sind wir gehalten, vorrangig Anmeldungen aus RLP anzunehmen sowie Interessierte zu bevorzugen, die bislang an keinem Frauenseminar der FES teilgenommen haben.

Eine **Anmeldebestätigung** erfolgt ca. 6 Wochen vor Seminarbeginn. Mit dieser Bestätigung ist die Zahlung der Teilnahmegebühr verbindlich.

Die Teilnahmegebühr schließt Programm, Unterkunft im Doppelzimmer und Verpflegung (außer Getränke) ein, sofern nicht anders ausgewiesen. Der Beitrag ist unabhängig von der in Anspruch genommenen Leistung zu zahlen. Falls Sie ein Einzelzimmer möchten, bitten wir *nach Erhalt der Anmeldebestätigung* um Buchung im Landhaus Arnoth. Den Einzelzimmerzuschlag von **50,00 €** zahlen Sie bitte selbst vor Ort.

Stornierung

Eine Stornierung kann nur schriftlich oder per E-Mail erfolgen. Bei einer Stornierung zwei Wochen vor Seminarbeginn oder später können wir Ihnen die Teilnahmegebühr leider nicht erstatten, es sei denn, der Seminarplatz kann durch eine Ersatzteilnehmerin besetzt werden.

Kontaktdaten:

Friedrich-Ebert-Stiftung
Große Bleiche 18 - 20, 55116 Mainz
Tel.: 06131 / 96067-0; Fax: 06131 / 96067-66
E-Mail: Mainz@fes.de

Das Harvard-Verhandlungskonzept

Termin: 16.02.2018, 18:00 - 18.02.2018, 14:00

Zielgruppe: Frauen mit Leitungsfunktion und/oder Führungsverantwortung

Frauen sollen die Kompetenz erlangen, sich aktiv am demokratischen Willensbildungsprozess zu beteiligen, dazu gehört die Kunst des Verhandeln. Die sogenannten „Harvard-Studien“ zeigten, dass es immer die gleichen Faktoren sind, welche aus Verhandlungen einen Erfolg oder Misserfolg machen. An diesen „Faktoren“ wollen wir ansetzen. Sie werden nach dem Seminar mit optimalen Verhandlungsergebnissen und mit optimaler Beziehung zum Verhandlungspartner eine Verhandlung beenden. Wir werden an den fünf Prinzipien zum sachgerechten und fairen Verhandeln arbeiten, Anwendungsmöglichkeiten ausloten und alles in einem Rollenspiel erproben, was der Verfestigung der erlernten Theorien dient.

- Selbsteinschätzung nach Persönlichkeitskriterien
- Die fünf Prinzipien des Harvard-Verhandlungskonzeptes
- Wertschätzende Gesprächsformen
- Verhandlungsvorbereitung
- Rollenspiel mit strukturiertem Feedback

Teilnahmegebühr: EUR 100,-

Konflikte konstruktiv lösen

Termin: 09.03.2018, 18:00 - 11.03.2018, 14:00

Zielgruppe: alle Frauen mit Interesse am Thema

Die Fähigkeit, Konflikte zu besprechen und zu bewältigen, ist eine grundlegende Qualifikation für den politischen und beruflichen Erfolg sowie für unser psychisches und soziales Wohlbefinden. Frauen haben häufig ein großes Harmoniebedürfnis, sie stecken ihre Interessen und Wünsche zurück, um diese „Harmonie“ nicht zu stören – oft mit nur kurzfristigem Erfolg. Auf lange Sicht machen solche Verhaltensmuster unzufrieden, unglücklich und führen nicht zur Lösung von Konflikten.

In diesem Seminar erlernen Sie Strategien und unterschiedliche Konzepte der konstruktiven Konfliktbewältigung, den Umgang mit Stress und Gefühlen, aber auch, Streitfragen im politischen Geschäft produktiv zu lösen. Ziel ist es, aus spannungsreichen Differenzen neue Ideen entstehen zu lassen. An selbst gewählten Fällen werden wir Konfliktlösungen erlernen.

- Selbstanalyse: Wie gehe ich mit Konflikten um?
- Positive und negative Folgen von Konflikten
- Konfliktodynamik nach Glasl
- Konfliktanalysen kreativ oder analytisch
- Die Problemlösungsformel
- Prophylaxe von Konflikten

Teilnahmegebühr: EUR 100,-

Kompetenzen für Führungsfrauen

Termin: 08.06.2018, 18:00 – 10.06.2018, 14:00

Zielgruppe: Frauen mit Leitungsfunktion und/oder Führungsverantwortung

Die erfolgreiche Arbeit in Führungspositionen in politischen Funktionen, im öffentlichen Dienst oder in der Wirtschaft erfordert bestimmte Kompetenzen. Welche Voraussetzungen brauchen Frauen in Führungspositionen, um die an sie gestellten Aufgaben und Anforderungen erfolgreich wahrnehmen zu können? Dieses Seminar bietet Gelegenheit, Kernkompetenzen zu entwickeln und eigene Perspektiven und Ziele zu formulieren. Führen bzw. Führungsverhalten setzt Wissen über sich selbst, das eigene Führungsverhalten und die Kenntnis der eigenen Wertmaßstäbe voraus.

- Das eigene Verhältnis zu Führungspositionen reflektieren
- Innere Haltungen zur Macht, Authentizität und Wertschätzung
- Die eigene Disposition für Führungsaufgaben definieren
- Wichtige Kompetenzen einer Führungskraft
- Die persönliche Zielsetzung festlegen

Teilnahmegebühr: EUR 100,-

Frauengeschichtsseminar Die 68.erinnen: eine rebellische Frauen- generation

Termin: 15.06.2018, 18:00 bis 17.06.2018, 14:00

Zielgruppe: alle Frauen mit Interesse am Thema

Mit der Gründung des Aktionsrates zur Befreiung der Frau, dem Tomatenwurf von Sigrid Rüter oder auch der Kinderladen-Bewegung gab es 1968 viele Ereignisse, die von Frauen für Frauen stattfanden und ihre Wirkung bis heute haben. Grund genug, den Protagonistinnen von 1968 ein Wochenende zu widmen.

Zeitzeuginnen sind mit dabei und berichten authentisch von dieser Zeit und ihren Erfahrungen.

Teilnahmegebühr: EUR 60,-

Kreativität – Visionen und innovative Techniken

Termin: 24.08.2018, 18:00 bis 26.08.2018, 14:00

Zielgruppe: alle Frauen mit Interesse am Thema

Unsere Gesellschaft befindet sich in einer schwierigen Umbruchsituation, darum dürfen wir auf Frauen in politischen Führungsgremien nicht verzichten. Trotz Quote, formaler Gleichberechtigung und Ausbildungschancen für junge Frauen sind sie in allen politischen Gremien unterrepräsentiert.

Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten, Methoden, Techniken um das eigene kreative Potential zu steigern, auch das der Menschen, mit denen wir zusammenarbeiten. Sie können in diesem Seminar entdecken, wie Sie über Umwege im Denken zu überraschenden Ideen und Ergebnissen kommen. Es schafft Voraussetzungen, Dinge aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten, querzudenken und aufgrund neuer Ideen individuelle Lösungen zu erarbeiten.

- Rahmenbedingungen für Kreativität
- Der kreative Prozess
- Arbeiten mit Bildkartei als „Umwegtechnik“
- Ideenbewertung und Realisierung
- Chancen und mögliche Widerstände

Teilnahmegebühr: EUR 100,-

Marketing in eigener Sache

Termin: 07.09.2018, 18:00 – 09.09.2018, 14:00

**Zielgruppe: Frauen mit Leitungsfunktion
und/oder Führungsverantwortung**

Frauen sollen die Kompetenz erlangen, sich aktiv am demokratischen Willensbildungsprozess zu beteiligen, dazu gehört die Kunst des Verhandeln. In diesem Seminar geht es um die Ausdrucksformen der Selbstdarstellung. Was habe ich für ein „Modell“ als Führungsfrau in der Politik? Wie erreiche ich stilicheres Auftreten in politischen Zusammenhängen, auf Parteitagen oder Konferenzen?

Korrekte Umgangsformen wirken imagefördernd und können erfolgreiche Arbeit unterstützen.

Echtheit, Authentizität und Selbstbewusstsein helfen auf andere überzeugend zu wirken.

- Wie bereite ich mich auf eine Präsentation vor? (Frei sprechen, mit schriftlichen Notizen oder vom Blatt lesen)
- Wie präsentiere ich mich bei wem? (Kleidung, Haltung, Mitbringen von ausgearbeiteten Papieren)
- Wie bewältige ich souverän und angemessen auch knifflige Kommunikationssituationen?
- Vorstellungs- und Begrüßungsarten, Smalltalk und sogenannte Höflichkeitsfloskeln kennen und anwenden.

Mit Übungen und Rollenspielen werden Erfahrungen aus Ihrem politischen Arbeitsalltag rekonstruiert und Möglichkeiten der Veränderung erprobt.

Teilnahmegebühr: EUR 100,-



Seminarprogramm für Frauen

2018

**Seminarleitung:
Gisela Abts**

Tagungsort:
Landhaus Arnoth
54483 Kleinich
Telefon: 06536/93990
www.landhaus-arnoth.de