



Einladung

Verhandlungstraining – Selbstsicher und erfolgreich verhandeln

Trotz guter Ausbildung stehen Frauen im Beruf oder Ehrenamt oft im Schatten. Ziel ist es, Frauen zu ermutigen, mehr zu wagen.

Wie kann ich z. B. ein Verhandlungsgespräch einfordern, um mehr für mich zu erreichen? Mit welcher Einstellung gehe ich in die nächste Verhandlungssituation? Ob es um die Verteilung von Zuständigkeiten im Job geht oder wer in welcher Funktion im Ehrenamt aktiv ist, Verhandlungssituationen sind alltäglich. Zeit damit bewusster umzugehen. In diesem Training werden verschiedene Verhandlungstypen vorgestellt und die Rolle von Macht in Verhandlungssituationen thematisiert. Dabei werden Techniken zur selbstsicheren Kommunikation erprobt. Input und Tipps werden durch viele praktische Gruppen- und Einzelübungen ergänzt. Offenheit für Neues und Mut Verhandlungstechniken selbst auszuprobieren sind die Voraussetzung für dieses Seminar.

Inhalt: Verhandlungstypen, Gesprächsführung, selbstsicheres Auftreten, Selbstreflexion, Macht in Verhandlungen

Seminarnummer: 01- 1133 0402/8 LZ

Referentin und Seminarleitung: Birgit Ladwig-Tils

Termin: 12. April 2024, 16.00 Uhr bis 13. April 2024, 15.00 Uhr

Ort: JH Köln Riehl, Köln



Programm

Freitag, 12. April 2024

- 16.00 Uhr** Anreise, Begrüßungskaffee, Verteilung der Zimmer/Anmeldung
16.30 Uhr Begrüßung, Erwartungen, Einstieg
- Bisherige Bilanz/ Einstieg: Erfolgreich verhandeln
 - Wie bereitet man sich optimal vor?
Verhandlungssituationen – Sein Gegenüber einschätzen
Verhandlungstypen
- 18.00 Uhr** Abendessen
19.00 Uhr
- „Männliche“ und „weibliche“ Verhandlungsstrategien erkennen
 - Eine angenehme Atmosphäre schaffen
 - Festgefahrene Situationen auflockern
- 21.15 Uhr** Ende der Seminareinheit

Samstag, 13. April 2024

- 09.00 Uhr**
- Selbstsicheres Auftreten – Techniken zur selbstsicheren Kommunikation
 - Selbstreflexion
Gruppen- und Einzelübungen
 - Die eigene Botschaft auf den Punkt bringen
 - Die richtigen Hilfemittel
- 12.45 Uhr** Mittagessen
13.30 Uhr
- Potenziale nutzen – Sonst machen es andere
 - Evaluation, Abschlussrunde, Abreise
- 15.00 Uhr** Seminarende

Programm vorbehaltlich möglicher Änderungen

Info

Verantwortlich
Jeanette Rußbült
Tel.: 0228 / 833-7210
E-Mail: Jeanette.Russbuelte@fes.de

Organisation
Luisa Zenz
Landesbüro NRW
Friedrich-Ebert-Stiftung
Godesberger Allee 149, 53175 Bonn
E-Mail: anmeldung.lbnrw@fes.de

Veranstaltungsort
JH Köln Riehl
An der Schanz 14
50735 Köln
Tel.: 0221 9765130

Unterbringung & Kosten
Die Unterbringung erfolgt in der Regel in Einzelzimmern.

Die Teilnahmegebühr in Höhe von 60 € (Institutionen 80,-) schließt Programm, Unterkunft und Verpflegung (mit Ausnahme der Getränke) ein, sofern nicht anders ausgewiesen.
Preisnachlass für Schüler_innen und Student_innen, Menschen mit Behinderung, Empfänger_innen von Grundsicherungsleistungen bzw. Bürgergeld.

Der Beitrag ist unabhängig von der in Anspruch genommenen Leistung zu zahlen.