



# Freiwillige Feuerwehren im Landkreis Peine

## Weiterbildungen Herbst / Winter 2016/17

Die Kreisvolkshochschule Peine (KVHS) bietet im Auftrag des Landkreises Peine auch im 2. Semester 2016/17 wieder allen Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehren im Landkreis ein kostenfreies Weiterbildungsprogramm an.

Die Seminare der KVHS ergänzen die fachliche Ausbildung an den Ausbildungsstätten der Feuerwehren und können zudem sowohl privat als auch beruflich hilfreich sein.

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei und können ausschließlich von Mitgliedern der Freiwilligen Feuerwehren und anderen Hilfsorganisationen im Landkreis Peine gebucht werden.

## Anmeldung für die Seminare:

Telefonisch oder per E-Mail unter Angabe der jeweiligen Kursnummer an  
**Telefon: 05171/401-3043; E-Mail: [mail@kvhs-peine.de](mailto:mail@kvhs-peine.de)**

**Ansprechpartner: Klaus Schulze**  
Tel.: 05171/401-3141; [k.schulze@kvhs-peine.de](mailto:k.schulze@kvhs-peine.de)



## **Folgende Seminare werden im Herbst/Winter 2016/17 angeboten:**

### **Rhetorik im Beruf & Ehrenamt** **Sicher und überzeugend sprechen**

Für nur 7 % einer gelungenen Kommunikation sind dem Inhalt einer Botschaft zuzurechnen. Was Sie tun können, um auch die restlichen 93 % für Ihren überzeugenden Redebeitrag einzusetzen, erfahren Sie in diesem Basis-Seminar.

#### Ziele:

- Sie erkennen, was gute Rhetorik ausmacht und welche Kriterien dafür beachtet werden müssen
- Sie verbessern Ihren eigenen Gesprächsstil
- Sie lernen mit kritische Situationen konstruktiver umzugehen

#### Inhalte:

- Sprache und Persönlichkeit
- Professioneller Einsatz von Stichwortkonzepten
- Umgang mit Nervosität und schwierigen Gesprächssituationen
- Entwicklung Ihrer Sicherheit und Ausstrahlung für überzeugende Reden

**Trainerin: Ilka Schumann**

Kommunikationstrainerin

**Kurs-Nr.: D-4351Y5**

**Samstag, 29.10.2016; 09.00 – 16.00 Uhr**

**Schulungszentrum FTZ,**

**Werner-Nordmeyer-Str. 13, Peine**



## Umgang mit Konflikten

Konflikte sind nicht immer willkommen, treten aber wie Naturereignisse immer wieder auf. Und sie bergen sogar Chancen! Das glauben Sie nicht? Lassen Sie sich vom Gegenteil überzeugen.

Damit aber ein Konflikt richtig belastend werden kann, braucht es als „Zutat“ noch eine richtig misslungene Kommunikation.

Spaß macht Kommunikation nur, wenn beide Seiten davon profitieren. Insbesondere wenn die Kommunikation die „Spezialform eines Streits“ annimmt, ist es gut zu wissen, wie sie diesen zu einer Win-Win-Situation umgestalten können.

Inhalte des Seminars:

- Konflikte als Chance zu sehen
- Konflikte zu akzeptieren
- ihren eigenen Konfliktstil kennen
- Konfliktarten und
- eigene Anteile an Konflikten zu erkennen
- Konflikte als Mittel einer klareren Beziehung zu nutzen
- Win-Win-Lösungen zu erarbeiten
- Kooperation statt Kampf anzubieten
- Strategien zur Konfliktbewältigung zu entwickeln

**Trainerin: Ilka Schumann**  
Kommunikationstrainerin

**Kurs-Nr.: D-4352Y5**  
**Samstag, 14.01.2017; 09.00 – 16.00 Uhr**  
**Schulungszentrum FTZ,**  
**Werner-Nordmeyer-Str. 13, Peine**



## Erfolgreich kommunizieren bei der Feuerwehr

Die Wissenschaft bestätigt: 80 % des Erfolgs ist in der Kommunikation begründet. Gut zu kommunizieren ist die wichtigste Grundlage für ein erfolgreiches, faires und wertschätzendes Miteinander. Sie engagieren sich im Ehrenamt und arbeiten im Ernstfall mit einer klaren Anweisungs- und Handlungskultur. Aber bei allen anderen Kontakten ist es notwendig und hilfreich miteinander die richtigen Worte zu finden und den richtigen Ton zu treffen.

Kommunikation ist so vielfältig und die Störungen in der Kommunikation sind so belastend, dass es sich lohnt einmal in die Hintergründe einzutauchen und mit neuen Erkenntnissen in die nächsten Gespräche zu gehen. Es macht Spaß mit einer gelungenen Kommunikationskultur erfolgreich zu handeln!

### Ziele:

- Die Bedeutung von Kommunikation erkennen und nutzen lernen
- Basiswissen erwerben

### Inhalte:

- Grundlagen gelungener Kommunikation
- Die 4 Ebenen von Kommunikation
- Eigene Kommunikationsmuster erkennen
- Die Bedeutung des aktiven Zuhörens
- Die Bedeutung der Körpersprache & Stimme kennen
- Wertschätzung als Grundhaltung gelungener Kommunikation in Ihr Kommunikationsverhalten zu integrieren.

### Trainerin: Ilka Schumann

Kommunikationstrainerin

**Kurs-Nr.: D-4353Y5**

**Samstag, 28.01.2017; 09.00 – 16.00 Uhr**

**Schulungszentrum FTZ,**

**Werner-Nordmeyer-Str. 13, Peine**



## Burnout – nein danke!

... mit den wirksamen Ansätzen aus der positiven Psychologie den Anforderungen des Ehrenamtes zufrieden und motiviert gerecht werden und seine eigene Kraft erhalten

Die positive Psychologie hat das Ziel, zu mehr Lebenszufriedenheit und damit auch Motivation und Leistungsfähigkeit zu gelangen.

Mit den Anregungen aus der Positiven Psychologie können Sie selbstwirksam handeln, in guten Beziehungen kooperieren und somit erfolgreich und leistungsfähig Ihr Leben, Ihre ehrenamtliche Tätigkeit und auch Ihre Arbeit steuern – Sie können „aufblühen“. Sie leisten viel in Ihrem Beruf, in Ihrer Familie und bei der Freiwilligen Feuerwehr. Sie sind präsent, aktiv und engagieren sich intensiv. Das können Sie aufgrund Ihrer erfolgreichen inneren Haltung – aber es kostet Kraft. Um diese Kraft erhalten zu können, gibt es im Rahmen der Positiven Psychologie einige Interventionen, die einfach in den Lebens- und Handlungsalltag eingebunden werden können. Daraus ergibt sich eine hervorragende Burnout-Prophylaxe.

Ziele:

- Burnout-Prophylaxe
- Selbstfürsorge und Selbstmanagement
- Leistungsfähigkeit und Motivation erhalten

Inhalte:

- Entstehung und Ziel der Positiven Psychologie
- Achtsamkeit
- alltagstaugliche Übungen, deren Wirksamkeit wissenschaftlich belegt ist und die schon vielen Menschen zu einem deutlich besseren Wohlbefinden verholfen haben

**Trainerin: Ilka Schumann**

Kommunikationstrainerin

**Kurs-Nr.: D-4354Y5**

**Samstag, 04.02.2017; 09.00 – 16.00 Uhr**

**Schulungszentrum FTZ,**

**Werner-Nordmeyer-Str. 13, Peine**