

Fortbildungen / Intensiv – Workshops für Frauen

Fortbildungen

- F1 Erfolgsteams bilden – effizient und effektiv berufliche Ziele erreichen für Frauen, die die Vorteile von Teamarbeit nutzen wollen
- F2 Ich biete, ich wünsche, ich suche und finde für Frauen, die den beruflichen Wiedereinstieg planen oder sich beruflich verändern wollten
- F3 Dem Ärger keine Chance für Frauen, die gelassen mit Anforderungen umgehen wollen
- F4 Lust statt Frust oder die Kunst der Selbstwirksamkeit für Frauen, die die Qualität ihres Arbeits-Lebens verbessern wollen
- F5 Frauen in Führung für „Frischlinge“ und die, die es werden wollen

Intensiv – Workshops

- IW1 Einführung Textverarbeitung
 1. für Frauen, die nach der Familienphase den Wiedereinstieg planen
 2. für Frauen, die eine neue Arbeitsstelle suchen
- IW2 „Die erfolgreiche schriftliche Bewerbung – passgenau und individuell, werbewirksam“
 1. für Frauen, die nach der Familienphase den Wiedereinstieg planen
 2. für Frauen, die eine neue Arbeitsstelle suchen

Organisatorische Hinweise

Ort: MiniZentrum Arbeit und Beruf, Moselstr. 36, 47051 Duisburg

Fortbildungskosten:

Darin enthalten sind: Kosten Fortbildung/Workshop und Teilnehmerunterlagen

Gruppengröße:

Es können maximal 8 Personen an der Fortbildung teilnehmen, Mindestgröße 4 TeilnehmerInnen

Anmeldung:

Wann?

Die Anmeldungen müssen **spätestens** eine Woche vor Beginn erfolgt sein. Spätere Anmeldungen können aus organisatorischen Gründen nicht berücksichtigt werden.

Wie?

Schriftlich mit dem Anmeldeformular auf der letzten Seite oder per Mail (s. Kontakt). Die Berücksichtigung der Anmeldung erfolgt in der Reihenfolge des Gebühreneingangs.

Überweisungsträger

Vermerken Sie bitte die Kursnummer und den Kurstitel auf Ihrer Überweisung.

Anmeldebestätigung

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Sie werden benachrichtigt, wenn Ihre Teilnahme nicht möglich ist.

Rückerstattungen

Sagen Sie bis zwei Wochen vor Kursbeginn die Teilnahme ab, erhalten Sie die volle Gebühr zurück. Bei kurzfristiger Absage (bis 3 Tage vorher) wird die Hälfte des Betrages, danach die gesamte Gebühr einbehalten, oder es muss ein Ersatzteilnehmer gestellt werden.

F1 Erfolgsteams bilden – effizient und effektiv berufliche Ziele erreichen

Infoveranstaltung und Einführung Methodenwerkzeug



Oft ergeben sich während der Umsetzung der beruflichen Ziele zum Teil Fragestellungen und / oder Unsicherheiten. Eine Möglichkeit, schnell Antworten zu bekommen und Unterstützung und Stärkung zu erhalten, sind so genannte Erfolgsteams.

Diese Teams bestehen im Höchstfall aus 6 Personen, die sich regelmäßig über einen gewissen Zeitraum treffen. Zu Beginn werden die Ziele der Einzelnen geklärt und die zeitlichen Rahmenbedingungen festgelegt. Die Ziele der Einzelnen müssen dabei noch nicht genau feststehen und können sich auch sehr unterschiedlich darstellen. Um ein ziel- und lösungsorientiertes Vorgehen zu gewährleisten und damit die Erfolgsaussichten zu vergrößern, sind die Treffen vom Ablauf klar strukturiert und es werden Kreativitäts- und Problemlösungsmethoden mit einbezogen.

Wenn Sie mehr über Erfolgsteams wissen wollen, können Sie an einer Infoveranstaltung teilnehmen. Neben den Informationen zum Inhalt und zur Struktur werden auch schon Methodenkenntnisse vermittelt. Es stehen drei Termine zur Auswahl

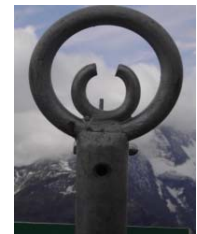
Teilnehmerinnen: 4 – 8
Schnuppertermine: 14.04.15 oder 20.08.15
jeweils von 18.00 - 21.00 Uhr
Zeit: 18.00 – 21.00
Kosten: 20,- €

Finden sich 4 – 6 Frauen, die ein Erfolgsteam bilden wollen, biete ich eine Begleitung über 5 Treffen an (Kosten pro Person 80,- €). Anschließend entscheidet das Team, ob es selbst organisiert weiter arbeiten will. Ein Raum kann für diese Treffen dann auch zur Verfügung gestellt werden.

Hinweis:

Wollen Sie sich einem Erfolgsteam anschließen und können aber nicht an einer Infoveranstaltung teilnehmen, rufen Sie einfach an. Bildet sich ein Erfolgsteam, werden Sie dann berücksichtigt.

F2 Ich biete, ich wünsche, ich suche und finde



Sie planen den beruflichen Wiedereinstieg oder wollen sich beruflich verändern, dann sind sie in dieser Fortbildung richtig. Um neue Wege zielgerichtet und erfolgreich zu gestalten, sind ein individuelles Berufsprofil, Berufsfeldkenntnisse und Informationen zum aktuellen Arbeitsmarkt erforderlich. Je differenzierter und umfangreicher die Kenntnisse über die bestehenden Möglichkeiten sind, desto größer ist die Chance, eine passgenaue Arbeitsstelle zu finden.

Es wird in der Fortbildung insbesondere darum gehen, die Bausteine für eine erfolgreiche Berufswegplanung differenziert zu betrachten und Methoden kennen zu lernen, die Blickwinkel erweitern und neue Handlungsmöglichkeiten eröffnen. Inhaltlich wird dabei die Idee des Planungsverfahrens Live/Work Planning aufgegriffen. Dieses Verfahren stellt die suchende Person in den Mittelpunkt und entwickelt darauf aufbauend eine individuelle Marketingstrategie.

Themenschwerpunkte:

- Bausteine Berufswegplanung
- Stärkenprofil
- Berufsprofil
- Handlungsstrategien

Teilnehmerinnen: 4 – 8
Termin: Freitag, 10.04.15, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 11.04.15, 09.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 12.04.15, 10.00 - 16.00 Uhr
Kosten: 120,00 €

F3 Dem Ärger keine Chance – Gelassen mit Anforderungen umgehen

Unterschiedliche Bedürfnisse, Interessen, schwierige Kunden/innen, hohe Anforderungen, Reibungsflächen im Team und hohe Ansprüche an die Flexibilität gehören zum Arbeitsalltag. Ärger scheint da schon vorprogrammiert zu sein. Bei Dauerärger lässt jedoch immer mehr die Arbeitsmotivation und die Leistungsfähigkeit nach. Falsche Strategien im Umgang mit Ärger führen zu Konflikten und können sogar auf Dauer die Gesundheit gefährden.



In der Fortbildung wird es darum gehen, Handwerkszeug zu erwerben, um konstruktiv mit Ärger umzugehen. Es werden Ursachen, Hintergründe und Abläufe aufgezeigt. Ausgehend von der Reflexion eigener Erfahrungen werden Fähigkeiten vertieft und erweitert und Möglichkeiten entwickelt, zunehmend „ärgerfrei“ seinen Arbeitsalltag zu gestalten.

Themenschwerpunkte:

- Kenntnisse über Ursachen, Hintergründe, Abläufe
- 3 Konflikt-/4 Stresstypen
- Normen, Werte, Rote Knöpfe
- Methoden zur Analyse
- Strategien im Umgang
- Kraftquellen aktivieren und nutzen

Teilnehmerinnen: bis zu 8 Frauen
Termin: Freitag, 12.06.15, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 13.06.15, 09.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 14.06.15, 10.00 - 16.00 Uhr
Kosten: 120,00 €

F4 Lust statt Frust oder die Kunst der Selbstwirksamkeit

Freude, Interesse, Sinnhaftigkeit und Identifikation sind die wichtigsten Faktoren, um sich langfristig Leistungsbereitschaft und -fähigkeit zu erhalten. Wenn diese sich nicht wenigstens zum Teil in der Arbeit wiederfinden, lässt die Leistungsbereitschaft nach. Bestehen Ängste, den Arbeitsplatz zu verlieren, ist die Leistungsbereitschaft zwar da, aber die Leistungsfähigkeit lässt nach, da die Arbeit zur Belastung wird. Letztlich äußert sich eine Dauerunzufriedenheit und –belastung in Form von Krankheit.



Es wird in dieser Fortbildung darum gehen, sich eigene Motivationsschwerpunkte bewusst zu machen, sich auf die eigenen Fähigkeiten zu besinnen und Möglichkeiten zu entwickeln, vorhandene Ressourcen zu nutzen und auszuschöpfen.

Themenschwerpunkte

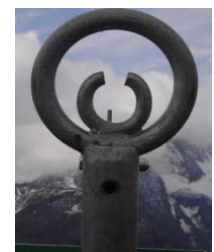
- Motivationstheorien als Handlungsansatz
- Individuelle Motivationsschwerpunkte
- Die Stärken stärken
- Eu- und Disstress – ein Stressprofil
- Kraftquellen wieder entdecken und ausschöpfen

Teilnehmerinnen: bis zu 8 Frauen
Termin: Freitag, 09.10.15, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 10.10.15, 09.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 11.10.15, 10.00 - 16.00 Uhr
Kosten: 120,00 €

F5 Frauen in Führung

für „Frischlinge“ und die, die es werden wollen

Es ist immer noch so, dass wesentlich weniger Frauen Führungspositionen besetzen als Männer. Haben Frauen sich für eine Führungsposition entschieden, scheint sich das Führungshandeln von dem der männlicher Führungskräfte zu unterscheiden. Es ist zu beobachten, dass die MitarbeiterInnen - Reaktionen auf eine „Chefin“ anders sind als auf einen „Chef“. Zum Teil wird daraus der Rückschluss gezogen, männliches Führungshandeln – wie unterschiedlich es auch definiert wird - als „richtiges Führungshandeln“ zu bewerten und die Tendenz, das eigene Führungsverständnis diesem anzupassen.



Es wird in dieser Veranstaltung darum gehen, sich mit den Fragen zu beschäftigen: Was zeichnet eine gute Führungskraft aus? Was ist „richtig“/„falsch“? Gibt es tatsächlich geschlechtsspezifische Unterschiede? Wenn ja, welche und was bedeutet dies dann für das eigene Führungshandeln? Es findet auch eine Auseinandersetzung mit der Frage statt: Welche Bewertungskriterien sind maßgeblich, ob die eigene Arbeit erfolgreich ist oder nicht?

Die Veranstaltung richtet sich an Frauen, die noch Unsicherheiten haben, ob sie einer Führungsposition gewachsen sind und an Frauen, die neu eine Führungsposition übernommen haben und ihr Führungsverständnis klären wollen.

Themenschwerpunkte:

- Führungsstile/-verständnis
- Bewertungskriterien
- Individuelles Führungsprofil
- Handlungsstrategien

Teilnehmerinnen: 6 - 8 Frauen
Termin: Freitag, 16.10.15, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 17.10.15, 09.00 - 17.00 Uhr
Kosten: 80,- €

IW 1 Intensivworkshop: Einführung Textverarbeitung

Um eine erfolgreiche Bewerbungsmappe zu erstellen, sind Kenntnisse in der Textverarbeitung erforderlich. In dem Workshop werden insbesondere Grundkenntnisse in der Textverarbeitung vermittelt, um eine Bewerbung optisch ansprechend und dadurch werbewirksam zu erstellen. Durch die kleine Gruppe ist eine hohe Arbeitsintensität und individuelle Unterstützung gewährleistet.



Teilnehmerinnen: 4 Frauen
Termin: Montag 05.10.15 - Mittwoch 07.10.15, jeweils 9.00 - 12.00 Uhr
oder alternativ
Samstag 26.09.15 von 09.00 - 18.00 Uhr
Kosten: 72,00 €

IW 2 Intensivworkshop: Die erfolgreiche schriftliche Bewerbung – passgenau und individuell

Passgenauigkeit und Individualität sind die Schlüsselwörter für eine erfolgreiche schriftliche Bewerbung. Lieblos und oberflächlich erstellte Bewerbungen werden aussortiert. Bewerbungen, die sich bereits beim ersten Eindruck durch ihre Gestaltung aus der Masse hervorheben, hingegen kommen in die nähere Auswahl. Ein/e Arbeitgeber/in kann bereits durch die Bewerbung einen ersten Eindruck über Fähigkeiten bekommen und erfährt einiges über die Motivation.



Teil 1: Einführung und Lebenslauf

Nach einer Einführung geht es in dem Workshop bereits in die direkte Umsetzung. Jede Teilnehmerin entwickelt ihr Konzept für eine werbewirksame Bewerbung. Anschließend wird der Lebenslauf am PC erstellt.

Teil 2: Das Anschreiben

Die große Herausforderung bei der schriftlichen Bewerbung ist das Anschreiben. Es sollte maßgeschneidert, kurz und knapp und trotzdem werbewirksam sein. Nach einer Einstimmung wird am Beispiel einer konkreten Anzeige oder als Initiativbewerbung ein Anschreiben am PC erstellt.

Die Muster für das Anschreiben und den Lebenslauf am PC werden zum Mitnehmen auf einen Datenträger gespeichert.

Hinweis:

Kenntnisse in der Textverarbeitung sind unbedingt erforderlich!

Die Daten des Lebenslaufs bitte vollständig und zeitlich geordnet mitbringen (wenn möglich schon auf einem Datenträger)

Teilnehmerinnen: 4 Frauen
Termin: Montag 12.10.15 - Mittwoch, 14.10.15 jeweils 8.30 - 12.30 Uhr
oder alternativ
Samstag, 24.10.15 von 09.00 - 18.00 Uhr
Kosten: 72,00 €

MiniZentrum
Blickpunkt Arbeit und Beruf
Moselstraße 36
47051 Duisburg

Hiermit melde ich mich verbindlich

Name Vorname

Wohnort Straße/Nr.

e-mail:

Telefon tagsüber Telefon abends

Beruf Alter

für folgende/n Fortbildung/Workshop an:

Fortbildungs-/Workshop – Nr. 1 Titel des Kurses

Fortbildungs-/Workshop – Nr. 2 Titel des Kurses

Ich wünsche ein Bankeinzugsverfahren

Bank BIC IBAN

Ort/Datum Unterschrift

Das unterzeichnete Formular ist rechtsverbindlich. Die Bezahlung der Kursgebühr erfolgt mit der Anmeldung.
Eine zusätzliche Anmeldebestätigung erhalten sie nicht.