

FB6

Psychologie
Kommunikation

Inhalt

- 116 Psychologie I
Kommunikation I
Persönlichkeit
- 120 Rhetorik &
Stimmtraining
- 122 Für helfende, soziale und
pädagogische Berufe

Ihre inhaltlichen Fragen beantwortet:



Jürgen Bendszus

Tel.: 05 41 / 323 – 44 22

E-Mail:

bendszus@vhs-osnabrueck.de

Psychologie
Kommunikation
Persönlichkeit

Im Bereich Psychologie finden Sie Veranstaltungen, die eine Einführung in bestimmte Therapierichtungen bieten. Diese dienen dem Kennenlernen der Methode, ersetzen jedoch keine Therapie. **Normale seelische Belastbarkeit ist deshalb Voraussetzung für die Teilnahme!**

Was soll nur aus unseren
Gehirnen werden?Vortrag mit Diskussion **60008** V

Prof. Dr. Martin Korte, TU Braunschweig
VHS, Bergstraße 8, Vortragssaal
Do., 9. Febr., 19.30 Uhr, 7 € / 5 €

Digitale Technik ist in alle Bereiche unseres Alltags- und Berufslebens vorgedrungen. Wir mailen, wir senden SMS, können überall ins Internet, lassen uns von GPS-Systemen den Weg weisen und treffen unsere Freunde bei Facebook. Das erleichtert uns vieles, zugleich wird uns aber ein hoher Preis abverlangt. Zumindest solange wir glauben, wir seien fähig, alles parallel bewältigen zu können, denn die Hirnforschung kommt zu einem anderen Schluss: Mit Multitasking droht die Verwahrlosung unseres Stirnlappens.

Professor Dr. Martin Korte studierte Biologie in Münster, Tübingen und an den National Institutes of Health, USA. Er arbeitete in seinem Fachgebiet, der Hirnforschung, an den Max-Planck-Instituten in Frankfurt a. M. und München und lehrt Zelluläre Neurobiologie an der TU Braunschweig. Korte gilt als einer der meistzitierten deutschen Neurobiologen. Führende Wissenschaftsmagazine publizierten seine bedeutsamen Arbeiten zu den Themen Gedächtnis, Vergessen, Erinnern. Autor von »Wie Kinder heute lernen«.

Sinnstiftende Kraftquellen
entdeckenTagesseminar **60818** S

Doris Ostermann, Dipl.-Sozialpädagogin,
M.Sc., Gesundheitscoach, Supervisorin
(DGSv)
VHS, Bergstraße 8
Sa., 28. Jan., 10.00 – 17.30 Uhr
38 € / 25 €

Das Seminar beginnt mit dem einführenden Impulsreferat »Sinn macht gesund« und einer

Einführung in die Logotherapie (sinnorientierte Psychotherapie) nach Viktor E. Frankl. Neue Sinnperspektiven, seelische Stabilität, Gesundheit und Lebensfreude können in jeder schwierigen Lebenssituation gewonnen und erhalten werden – trotz privater und beruflicher Anforderungen und Belastungen. Ziel dieses Seminars ist, dass Sie Ihre individuellen Ressourcen und Potenziale erkennen und diese als Kraftquellen sinnstiftend nutzen können.

Hallo Ruhestand!

Die Kunst, den Berufsalltag
hinter sich zu lassenWochenendseminar **60816** S

Carolin Appelbaum, Dipl.-Pädagogin
VHS, Bergstraße 8
Sa., 21. Jan., 9.30 – 17.00 Uhr
So., 22. Jan., 9.30 – 13.00 Uhr
87 € / 57 €

Der letzte Arbeitstag kommt nicht überraschend, doch oft mit zwiespältigen Gefühlen. Da ist die Neugier und Lust auf eine neue Lebensphase – und zugleich auch Angst vor der Leere. Da sind die Pläne und Ideen, die man umsetzen möchte und die Sorge, ob einen diese Pläne auch wirklich ausfüllen werden. In diesem Seminar ist Gelegenheit, abseits vom Alltag, eigene Wünsche und Möglichkeiten für die Zeit »danach« zu erkunden und konkrete Pläne und Ziele zu entwickeln. Übungen helfen, kreativ die eigenen Ideen zum Sprudeln zu bringen. Der Austausch in der Gruppe und viel Zeit für jeden Einzelnen helfen, den verborgenen Wünschen oder vernachlässigten Talenten auf die Spur zu kommen. Damit der Ruhestand nicht zum Stillstand wird, sondern ein spannendes Abenteuer bleibt! Angesprochen sind alle, für die der Ruhestand in greifbare Nähe rückt oder die den Berufsalltag gerade hinter sich gelassen haben.

Bitte mitbringen: frankierte Postkarte

Die Wunschfigur auf Dauer
ist kein Traum!Seminar **70794** S

An 2 Wochenenden!
Dagmar Baum, Dipl.-Psychologin,
Psychotherapeutin
VHS, Bergstraße 8
Fr., 27. Jan., 18.15 – 20.45 Uhr
Sa., 25. Febr., 10.00 – 17.00 Uhr
52 € / 34 €

Wie oft essen Sie, weil Sie wirklich hungrig sind? Und wie oft essen Sie, weil Sie sich psychisch belastet fühlen wie z. B. durch Langeweile, Stress, Frust usw.?

Wir können unseren emotionalen Hunger nicht mit Essbarem stillen, werden davon niemals »satt« und fühlen uns deshalb oft »unerättlich«. Es gilt dem »Essen als Ersatz« auf die Spur zu kommen und für unsere psychischen Bedürfnisse »Nahrung« zu finden, die »satt«, aber garantiert nicht dick macht.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial

»Stell dich nicht so an!«

Hilfreicher Umgang mit Sensibilität und Feinfühligkeit

Tagesseminar **70795 S**

Petra Hinzen, Dipl.-Sozialarbeiterin, Gestalttherapeutin
VHS, Bergstraße 8
Sa., 25. Febr., 10.00 – 18.00 Uhr, 56 €

»Stell dich nicht so an!« haben viele schon gehört, wenn es zu laut, zu eng, zu viel wurde und sie ihr Unbehagen mitteilen. 15 bis 20 Prozent der Menschen sind enorm wahrnehmungsfähig, sensibel und empfänglich für Stimmungen und Atmosphäre. Die Kehrseite ist, verletzlich als andere zu sein, schneller von Reizen überflutet zu werden und darunter zu leiden, nicht frühzeitig »Nein« sagen zu können. Welche körperlichen und seelischen Erfahrungen machen Sie, wenn Sie von anderen wegen Ihrer Sensibilität bewertet werden oder wenn andere unempfindlich gegen Lärm, Stress und andere unangenehme Reize zu sein scheinen? Welche Lösungsmöglichkeiten gibt es? Dieses Seminar beschäftigt sich mit Hilfe wertschätzender und kraftvoller Übungen mit verschiedenen Seiten der Feinfühligkeit. Gönnen Sie sich, die eigenen Ressourcen zu aktivieren und die Schätze der zarten Seiten für sich zu nutzen!

Einführung in die Psychologie I

Kurs **70796 K**

Verena Hoberg, Dipl.-Psychologin
VHS, Bergstraße 8
Di., ab 28. Febr., 19.45 – 21.45 Uhr
8 Termine, 80 €

Die Psychologie befasst sich mit der Beschreibung, Erklärung und Vorhersage von menschlichem Verhalten, Erleben und der reflexiven Erfahrung darauf. Nach einem Überblick über die unterschiedlichen Bereiche der Psychologie und einer allgemeinen Einführung in die Thematik wird vertiefend auf Persönlichkeits- und sozialpsychologische Erkenntnisse eingegangen. Wichtige Fragen, die in der Gruppe bearbeitet werden, sind: Was ist Persönlichkeit? Und wie »misst« man diese? Wie können wir mit dem Konzept der Individuation von C. G. Jung immer mehr wir selbst werden? Wie können wir Einstellungen

bei anderen verändern und wie werden diese Erkenntnisse in der Werbung genutzt? Darüber hinaus werden spezielle Inhalte aus der Kommunikation thematisiert. Der Kurs informiert auch über methodische Fragen und das Berufsbild von PsychologInnen. Er ist deshalb als Orientierung für Interessierte des Studienfaches Psychologie geeignet.

Einführung in die Psychologie II – Vertiefung

Kurs **70797 K**

Verena Hoberg, Dipl.-Psychologin
VHS, Bergstraße 8
Di., ab 8. Mai, 19.45 – 21.45 Uhr
7 Termine, 68 €

Der Kurs richtet sich an alle, die sich näher mit ausgewählten Themen der Psychologie befassen wollen. Dabei soll neben der Bearbeitung von psychologischen Theorien und Modellen auch die Praxis nicht vernachlässigt werden. So werden gemeinsam psychologische Forschungsergebnisse aus den Bereichen Motivation – Emotion – Arbeit auf ihre Anwendbarkeit in der »normalen« Lebenspraxis hin untersucht. Ein weiteres Themenfeld umfasst die Psychotherapie. Hier werden verschiedene Therapierichtungen vergleichend vorgestellt und einige spezielle Therapiearten näher betrachtet.

Kreative Lebengestaltung in Patchworkfamilien

Vortrag mit Diskussion **70798 V**

Thomas Gerling-Nörenberg, Dipl.-Sozialpädagoge und systemischer Familientherapeut
VHS, Bergstraße 8, Vortragssaal
Mi., 14. März, 19.30 Uhr
9 €, bei Voranmeldung bis 5. März 6 €

In der Patchworkfamilie treffen mehrere Familien-Kulturen aufeinander, die bei einem bunten Flickenteppich zusammengefügt werden wollen. Alle Familienmitglieder sind ständig gefordert, sich um gegenseitiges Verständnis zu bemühen, Konflikte zu lösen und Kompromisse zu finden. Wenn es gelingt, in der Patchworkfamilie ein gemeinsames Familienbild zu entwickeln, das die Besonderheiten dieser Familienform akzeptiert, werden sich Eltern und Kinder besonders wohlfühlen. Dieser Vortrag stellt die Merkmale von Patchworkfamilien sowie geeignete Regeln vor, damit Sie das Miteinander in Ihrer Familie einfacher gestalten können. Sie haben Gelegenheit, individuelle Fragen zu stellen, um Anregungen für die Familien mit nach Hause zu nehmen. Thomas Gerling-Nörenberg ist selbst »Patchwork-Vater«!

Einführung in das Gesundheitscoaching

Seminar **70799 S**

Doris Ostermann, Dipl.- Sozialpädagogin, MSc, Lehrtherapeutin und Autorin von »Gesundheitscoaching« (VS Verlag)
VHS, Bergstraße 8
Fr., 23. März, 19.00 – 21.15 Uhr, 15 €



Seelisch- körperliche Gesundheit ist nicht einfach da. Sie kann verloren gehen. Wie können wir Gesundheit wieder erlangen? Wie können wir gesund bleiben und Zugang zur Resilienz, der persönlichen Widerstandskraft finden? Gesundheitscoaching ist ein vielversprechender Weg. Doris Ostermann, Lehrbuch-Autorin zum Gesundheitscoaching, gibt einen Einblick in die Theorie und vielfältigen Methoden. Das Seminar informiert zugleich über die Ziele der vertiefenden vierteiligen Seminarreihe »Psychologisches Gesundheitscoaching« (Nr. 70800). Herzlich eingeladen sind alle Interessierten, die sich mit Gesundheit allgemein und/oder der persönlichen Gesundheit intensiver auseinander setzen wollen!

Psychologisches Gesundheitscoaching Körperlich und geistig in die Bewegung kommen

Seminar **70800 S**

An 4 Samstagen!
Leitung: Doris Ostermann, Dipl. Sozialpädagogin, MSc, Lehrtherapeutin an der Europäischen Akademie für psychosoziale Gesundheit (EAG)
VHS, Bergstraße 8
Sa., 14. April/ 5. Mai/ 9./30. Juni,
10.00 – 17.00 Uhr, 184 €

Leistungs-/Zeitdruck, Konkurrenz, schwierige Beziehungen auf der Arbeit und privat, Ängste vor einer unberechenbaren Zukunft beeinträchtigen die Lebensfreude. Nicht sel-



www.fotolia.de 1271023

ten treten körperliche und seelische Beschwerden bis hin zum Burnout auf. Wie können wir ...

- Körperlich und geistig beweglich bleiben
- Uns mehr zutrauen und mehr Sicherheit gewinnen
- Besser mit anderen Menschen auskommen
- Mehr Lebensfreude und Sinn erleben
- Im Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung bleiben

Wie können wir den Zugang zur Resilienz, der persönlichen Widerstandskraft finden, so dass wir vor Gesundheits-Gefahren geschützt bleiben? Unser psychologisches Gesundheitscoaching im Rahmen einer vierteiligen Seminarreihe bietet Unterstützung an.

Module:

Modul 1 – Leben in Balance:

Den beruflichen und privaten Alltag gesund und mit Freude bewältigen

Modul 2 – Sinnvolles Leben:

Sinnstiftende Werte und Kraftquellen kennen

Modul 3 – Zufriedenstellende Beziehungen:

Sich mit anderen Menschen verstehen

Modul 4 Motivierende Denkmuster:

Stärkung der Willenskraft

Methoden:

Theoretischer Input, Reflexion und Bearbeitung von persönlichen Situationen, Erfahrungsaustausch und Diskussion, Rollenspiel – die Methodenwahl richtet sich nach den Wünschen der TeilnehmerInnen.

Die Seminarreihe beginnt mit einem Einführungsabend (Nr. 70799)

Herzlich eingeladen sind alle, die mehr Gesundheit und Lebensfreude erreichen wollen!

Selbstcoaching und emotionale Kompetenz in Beruf und Alltag

Wochenendseminar **70803** **S**

Gabriele Penders-Heider, Körperpsychotherapeutin (DGK/EAP), Atemtherapeutin (AFA), Heilpraktikerin
VHS, Bergstraße 8

Fr., 23. März, 17.30 – 20.30 Uhr

Sa., 24. März, 10.00 – 17.00 Uhr

69 € / 45 €

Emotionale Kompetenz bedeutet erfolgreiches Umgehen mit sich selbst und anderen. Mit Übungsangeboten aus dem NLP, der Hypnotherapie, sowie aus Atem- und Körpertherapie und der GFK lernen Sie:

- Sich in einen guten Zustand zu versetzen
- Ressourcen zu nutzen
- Zielorientiert eine angemessene Strategie zu entwickeln

Dabei erfahren Sie neue Wege, sich selbst im Erreichen persönlicher oder beruflicher Ziele zu unterstützen. Hinderliche Strategien können erkannt und aufgegeben werden. Im Spiegel der anderen, in Gruppen- und Partnerübungen können durch Feedback und Reflexion Kommunikationsanteile ebenso nonverbal erfahren werden wie durch die wertschätzenden verbalen Übungsangebote.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schreibmaterial und Decken

Selbstbewusst und selbstsicher werden

Wochenendseminar **70804** **S**

Monika Flügge, Verhaltenstherapeutin
VHS, Bergstraße 8

Fr., 13. April, 18.00 – 21.00 Uhr

Sa., 14. April, 10.00 – 17.00 Uhr

So., 15. April, 10.00 – 13.00 Uhr

88 € / 57 €

Fühlen Sie sich manchmal übervorteilt? Lassen Sie sich leicht von eigenen Entschlüssen abbringen? Eigene Unsicherheit beeinträchtigt oft unser Durchsetzungsvermögen. Dieses Seminar stellt Ihnen Selbsthilfemethoden, Strategien und Techniken zur Stärkung des Selbstwertgefühls vor. Sie lernen, wie Sie eigene Unsicherheiten vermeiden und sich gegenüber anderen Menschen besser behaupten können.

Konstruktive Kommunikation: souverän reden – mitfühlend zuhören

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation

Tagesseminar **70807** **S**

Andrea Lohmann, Dipl.-Ing., Mediatorin
VHS, Bergstraße 8

Sa., 14. April, 10.00 – 18.00 Uhr

58 € / 38 €

Wo Menschen zusammen arbeiten oder leben, entstehen Spannungen, Missverständnisse und Streit. Diese Konflikte gefährden unsere Beziehungen. Die Gewaltfreie Kommunikation nach M. B. Rosenberg hilft uns, mit solchen Situationen souveräner umzugehen, uns ehrlich und klar auszudrücken und anderen mitfühlend zuzuhören. So können wir die Zusammenarbeit verbessern, Schwierigkeiten leichter klären und tragfähige Lösungen finden.

Das Modell der Gewaltfreien Kommunikation wird anhand von Beispielen aus dem Alltag vermittelt. In Übungen können Sie erleben, dass das, was Sie als nächstes sagen, tatsächlich Ihre Welt verändern kann!

Andrea Lohmann ist Dipl.-Ingenieurin, weitere Arbeitsschwerpunkte: Organisations- und Schulentwicklung, Mediation und Coaching auf der Grundlage der gewaltfreien Kommunikation.

Ziele entspannt erreichen durch Hypnotherapie und NLP

Tagesseminar **70808** **S**

Gabriele Penders-Heider, Körperpsychotherapie DGK/EAP, Atem/Körpertherapeutin (AFA/BVA), Kommunikationstrainerin, Heilpraktikerin
VHS, Bergstraße 8

Sa., 21. April, 10.00 – 18.00 Uhr

52 € / 34 €

Lernen Sie entspannte Zustände der Hypnotherapie sowie Techniken aus dem NLP kennen und diese für sich zu nutzen! Wir alle erleben Trancezustände – alles was wir nicht mit bewusster Aufmerksamkeit lenken – auch in unserem alltäglichen Leben: in einem

spannenden Buch »versunken sein« oder Routinearbeiten, die »wie in Trance« erledigt werden. Die Sammlung der Aufmerksamkeit ist nach innen gerichtet, wir sind mit unserer natürlichen Fähigkeit verbunden im Zustand von entspannter Wachsamkeit, der es ermöglicht, unbewusste und individuelle Ressourcen zu aktivieren und gezielt zu nutzen.
Bitte mitbringen: Decken und Schreibmaterial

Das Enneagramm: Die neun Gesichter der Seele – Einführung

Abendseminar **70809 S**

Marie-Luise Abraham, Psychotherapeutin (KiJu), Logotherapeutin
 VHS, Bergstraße 8
 Fr., 11. Mai, 18.00 – 21.15 Uhr, 16 €

Das Enneagramm ist ein jahrtausende altes psychologisches Lehrsystem. Es beschreibt neun Charaktermuster. Das sind verschiedene Erlebens-, Denk- und Verhaltensmuster, persönliche Fixierungen, aber auch eigene Stärken und Potenziale. Wir haben uns eine spezifische Sichtweise der Welt angeeignet und Strategien entwickelt, um unser persönliches Überleben zu sichern. Und diese Verhaltensmuster bestimmen auch heute noch unser Leben. Wir quälen uns ständig mit denselben negativen Gefühlen, begehen die gleichen Fehler, werden immer an den gleichen Stellen verletzt.
 Das Enneagramm hilft, sich und andere besser zu verstehen. Es kann unser persönliches Wachstum und den freieren Ausdruck unserer Persönlichkeit fördern.

Das Enneagramm: Die neun Gesichter der Seele – Vertiefung

Wochenendseminar **70810 S**

Marie-Luise Abraham, Psychotherapeutin (KiJu), Logotherapeutin
 VHS, Bergstraße 8
 Fr., 8. Juni, 19.00 – 21.15 Uhr
 Sa., 9. Juni, 10.00 – 17.00 Uhr
 61 € / 41 € (incl. Skript)

Dieses Seminar dient der Vertiefung des Einführungsseminars (Nr. 70809). Die TeilnehmerInnen lernen auch einen Enneagramm-Test kennen, mit dessen Hilfe sie sich selbst und andere Menschen besser verstehen können. Interessierte – auch ohne Vorkenntnisse – sind herzlich willkommen!

Kontakt und Beziehung

Wochenendseminar **70811 S**

Petra Hintzen, Dipl.-Sozialarbeiterin, Gestalttherapeutin
 VHS, Bergstraße 8
 Fr., 11. Mai, 18.00 – 21.00 Uhr
 Sa., 12. Mai, 10.00 – 17.00 Uhr
 72 € / 47 €

In diesem praxisbezogenen Seminar gehen wir den Fragen nach: Wodurch entsteht Kontakt? Wie wird unsere Beziehung – auch die zu uns selbst – echt und authentisch? Wodurch können wir in der Begegnung mit anderen Menschen, ob im Freundeskreis oder am Arbeitsplatz, sicherer werden? Wie gewinnen wir bei der Partnersuche an Selbstvertrauen?
 Es geht um Möglichkeiten, mit Übungen aus der Gestalttherapie die eigene Wahrnehmungsfähigkeit zu schulen, Erfahrungen in und mit Begegnungen zu machen und »fast nebenbei« andere Menschen zu treffen.

Ihre Ausstrahlung – erkennen, entwickeln und gezielt einsetzen

Wochenendseminar **70812 S**

Monika Flüge, Verhaltenstherapeutin
 VHS, Bergstraße 8
 Fr., 1. Juni, 18.00 – 21.00 Uhr
 Sa., 2. Juni, 10.00 – 17.00 Uhr
 So., 3. Juni, 10.00 – 13.00 Uhr
 92 € / 60 €

Manche Menschen fesseln und faszinieren uns. Sie treten in den Raum und die Atmosphäre verändert sich: Eine steife Runde wird plötzlich locker und anregend zugleich. Worin liegt die Kraft einer positiven Ausstrahlung? Können wir unsere Wirkung auf andere beeinflussen? Künstlich schaffen oder antrainieren können Sie eine positive Ausstrahlung nicht. Sie entsteht am natürlichsten, wenn sich innere Blockaden lösen. In diesem Seminar werden Ihnen Wege aufgezeigt, wie Sie im Alltag gelassen und souverän werden. Sie erfahren, worauf eine positive Ausstrahlung beruht, welche meist unbewusst gesendeten Signale unsere Wirkung auf andere schwächen und wie Sie sich verbessern können. Zahlreiche Übungen zu Körperhaltung, Gestik, Mimik und Stimme helfen dabei.

Wenn Beziehungen gelingen sollen – Beziehungen und Enneagramm

Tagesseminar **70813 S**

Marie-Luise Abraham, Psychotherapeutin (KiJu), Logotherapeutin
 VHS, Bergstraße 8
 Sa., 7. Juli, 10.00 – 17.00 Uhr
 42 € / 28 €

Krisen in der Partnerschaft sind tiefe, schmerzvolle und stressreiche Einschnitte im Leben eines Menschen. Lösungen werden dann möglich, wenn ein tieferes Verständnis für das Wesen beider Partner und den zwischen ihnen ablaufenden Prozess erreicht wird. In diesem Seminar wollen wir uns zu einem tieferen Verständnis von Beziehungen, deren Krisenpunkten und Chancen als Schlüssel der uralten Weisheit der Typologie des Enneagramms bedienen. Wir werden die Beziehungen der unterschiedlichen Enneagrammtypen betrachten.
 ■ Was bringen die Partner von ihrem Charaktermuster in eine Beziehung ein?
 ■ Wie sind Tendenzen in Beziehungsmustern?
 ■ Wo liegen die Entwicklungschancen?
 ■ Wo zeigen sich Risiken und damit verbundenen Lernaufgaben?

NLP: Wertschätzende Kommunikation mit sich und anderen

Wochenendseminar **70814 S**

Dr. Rupprecht Weerth, Dipl.-Pädagoge, Psychotherapeut (KiJu), NLP-Lehrtrainer (DVNLP)
 VHS, Bergstraße 8
 Sa., 1. Dez., 10.00 – 18.30 Uhr
 So., 2. Dez., 10.00 – 17.30 Uhr
 101 € (incl. Bescheinigung)

Als hocheffiziente Therapie-, Beratungs- und Selbsthilfemethode hat sich das Neuro-Linguistische Programmieren (NLP) überall auf der Welt durchgesetzt. Ursprünglich aus der Beobachtung besonders begabter PsychotherapeutInnen entstanden, hat es sich seitdem ständig weiterentwickelt – fast alle bekannten Psychotherapien übernehmen ihrerseits Elemente aus dem NLP. Häufig ist die Rede von Wunderheilungen und von gefährlicher Manipulation. Machen Sie sich hier Ihr eigenes Bild mit einem sehr erfahrenen und verantwortungsbewussten NLP-Trainer. Im Seminar lernen Sie sowohl die Grundlagen des NLP kennen, als auch einige der neuesten Weiterentwicklungen. Theorie und praktische Übungen wechseln sich dabei ab. Das Seminar bildet eine in sich abgerundete Einheit, kann auf Wunsch aber auch als Einführungsseminar für eine NLP-Ausbildung anerkannt werden.

Rhetorik & Stimmtraining

Wäre auch das etwas für Sie?!

Wochenendseminar

Wir können auch anders! Selbstsicherheits- und Selbstbehauptungstraining für Frauen

Fr./Sa., 9./10. März

☞ Siehe Nr. 70401

Tagesseminar

Gesehen und gehört werden Selbstbewusstes Auftreten im Beruf

Sa., 12. Mai

☞ Siehe Nr. 70403

Wenn die Stimme stimmt

Atem-, Stimm- und Sprechtraining

Wochenendseminar **60822** **S**

Sabine Schardelmann, Sprecherzieherin
VHS, Bergstraße 8

Sa., 14. Jan., 10.00 – 18.30 Uhr

So., 15. Jan., 10.00 – 14.00 Uhr

80 € / 58 € (incl. Mittagessen am Samstag, Bescheinigung)

Wochenendseminar **70815** **S**

Sabine Schardelmann

VHS, Bergstraße 8

Sa., 5. Mai, 10.00 – 18.30 Uhr

So., 6. Mai, 10.00 – 14.00 Uhr

80 € / 58 € (incl. Mittagessen am Samstag, Bescheinigung)

Wenn die Stimme stimmt, ist sie ein wichtiger Baustein für erfolgreiche Kommunikation. Über unsere Stimme verschaffen wir uns Gehör. Ein bisschen Theorie, Atem- und Stimmübungen, Entspannungsübungen, Textsprechen, Rückmeldungen zur Wirkung des Sprechens beeinflussen positiv

- Körperhaltung
- Resonanz
- Artikulation
- Lautstärke
- Sprechmelodie
- Betonung
- Sinnlichkeit und Ausdruck

Mit einer gesunden Stimme zu mehr Ausdruck und Spaß am Sprechen!

Rhetorik im Beruf: Selbstpräsentation und Diskussion

Seminar **60825** **S**

Intensiv an 2 Wochenenden!

Prof. Dr. Michael Thiele, Sprecherzieher (DGSS)

VHS, Bergstraße 8

Fr., 13./27. Jan., 18.00 – 21.15 Uhr

Sa., 14./28. Jan., 9.00 – 19.00 Uhr

So., 15./29. Jan., 9.00 – 15.00 Uhr

280 € / 199 € (incl. 4 Mittagessen, Bescheinigung)

Im Berufsleben kommt es immer mehr auf wirkungsvolle Kommunikation an. Zum Arbeitsalltag gehört: planen, organisieren, führen, reden, präsentieren, werben, verkaufen, vermitteln, kommunizieren. All dies erfordert Sprache und Sprechen, also Rhetorik.



torik. In diesem Seminar wollen wir gemeinsam rhetorische Fähigkeiten erarbeiten oder verbessern, die im Berufsleben eine entscheidende Rolle spielen.

Hauptthemen:

- Redevorbereitung, Stichwortzettel, Redevortrag
- Gestik, Mimik, Selbstpräsentation, das Verhältnis von Körper und Sprache
- Engagiertes Zuhören
- Professionell Gespräche führen: debattieren und argumentieren
- Unfaire Angriffe und ihre Abwehr
- Vorstellungsgespräch
- Video zur Selbstkontrolle

Das Seminar besteht aus praktischen Übungen, Auswertung und Theorie. Es richtet sich an TeilnehmerInnen aus allen beruflichen Sparten. Besondere Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Arbeitsunterlagen werden zur Verfügung gestellt.

Für dieses Seminar werden zwei Module des DGSS-Rhetorik-Zertifikates anerkannt.

Motivieren und moderieren

Rhetorik des Gesprächs

Wochenendseminar **60826** **S**

Christine Findeis-Dorn, M. A., Sprecherzieherin DGSS, Kommunikationstrainerin, Rhetorikdozentin und Coach in Hochschule, Wirtschaft, Medien und Verwaltung
VHS, Bergstraße 8

Fr., 3. Febr., 18.00 – 21.15 Uhr

Sa., 4. Febr., 9.00 – 16.00 Uhr

So., 5. Febr., 9.00 – 13.00 Uhr

229 € / 155 € (incl. Mittagessen am Samstag, Bescheinigung)

Wer beruflich oder ehrenamtlich mit Gruppen und Teams arbeitet, muss Gespräche oder Prozesse moderieren und Menschen zur Teilnahme motivieren können. Spezifisches



Rhetorik-Zertifikat der Deutschen Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung (DGSS)

Die Volkshochschule Osnabrück bietet die Möglichkeit, ein Rhetorik-Zertifikat der Deutschen Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung e. V. (DGSS) unter der Leitung von DGSS-TrainerInnen zu erwerben. DGSS-TrainerInnen haben ein mindestens achtsemestriges Studium der Sprechwissenschaft und Sprecherziehung absolviert, das auch das Fach Rhetorik beinhaltet. Weitere Informationen unter: www.dgss.de

Das Zertifikat kann durch Teilnahme an mehreren, frei kombinierbaren Seminaren in verschiedenen Semestern erworben werden. Insgesamt müssen vier verschiedene thematische Module absolviert werden. Eine Prüfung erfolgt nicht.

Für die Ausstellung des Rhetorik-Zertifikats durch die DGSS wird eine Gebühr von 50 € erhoben.

Inhalte der Module:

- Ökonomisch sprechen: Atem- und Stimmtraining
- Vortrag und freie Rede
- Präsentieren und visualisieren
- Überzeugend argumentieren
- Professionell Gespräche führen/debattieren
- Leitung und Moderation von Besprechungen
- Konstruktiv Konflikte lösen
- Kundennähe am Telefon/Beschwerdemanagement
- Mikrofon Sprechen und Medientraining

Module in diesem Semester :

- Rhetorik im Beruf: Selbstpräsentation und Diskussion (Nr. 60825 – zwei Module)
- Motivieren und moderieren (Nr. 60826 – ein Modul)



www.fotolia.de 3620872

Inhalte:

- Grundlagen der Kommunikation
- Körpersprache: Mimik und Gestik
- Methodische Vorbereitung auf eine Rede
- Erarbeitung von Meinungs- und Überzeugungsrede
- Tipps für die Technik des Vortragens
- Stilmittel, Wortschatzerweiterung
- »Sprachjogging« gegen Nuscheln und Verhaspeln

Freuen Sie sich auf praktische Tipps, eine gelockerte Lernatmosphäre und aufbauende Rückmeldungen.

**Wie wirke ich auf andere?
»Stimmige Körpersprache«
in der Kommunikation**

Tagesseminar **70818 S**

Gabriele Penders-Heider, Atem- und Körpertherapeutin (Dipl.-AFA), Körperpsychotherapeutin (DGK/ECP), Heilpraktikerin VHS, Bergstraße 8
Sa., 5. Mai, 10.00 – 18.00 Uhr
46 € / 36 € (incl. Mittagessen, Bescheinigung)

Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihre Kommunikationsfähigkeit verbessern möchten, um bewusste und achtsame Kommunikation auch in schwierigen Gesprächssituationen konstruktiv einsetzen zu können.

Inhalte:

- Körperwahrnehmung (Haltung, Spannung)
- Ausdrucksgestaltung (Gestik, Mimik)
- Atem- und Stimmwahrnehmung
- Ausdruck der Stimme
- Kommunikationstechnik aus dem Neurolinguistischen Programmieren (NLP) und der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)

Nonverbale und verbale Kommunikation wird in Gruppen- und Partnerarbeit durch gemeinsame Reflexionen und wertschätzendes Feedback unterstützt.

Bitte mitbringen: warme, bequeme Kleidung, Decke, Socken und Schreibmaterial

Wissen um Formen, Funktionen und Phasen von Gesprächen kann dabei genauso hilfreich sein wie ein breites Repertoire von Methoden, die ganz unterschiedliche Menschen zur Mitarbeit aktivieren.

Das Seminar wendet sich an alle, die Gruppen oder Gespräche leiten (wollen) und ihre Moderationskompetenzen entwickeln oder erweitern möchten.

Inhalte:

- »Der Anfang ist die Hälfte!«: Was man in Anfangssituationen tun/besser lassen sollte
- »Gespräche führen – wozu und wie«: Verschiedene Gesprächsformen kennen und moderieren lernen (z. B. Klärungsgespräche, Pro-Contra-Diskussion)
- »Mit dem Wind segeln«: Mit Widerständen und Störungen umgehen lernen
- »Das Gute beenden«: Prozesse schließen/ Ergebnisse sicher/Feedback geben (lassen)

Methoden:

Erfahrungsaustausch, Impulsvorträge, Übungen und Praxissimulationen mit Reflexion und (z. T. videogestützt)

Voraussetzung: Teilnahme am gesamten Seminarprozess

Für dieses Seminar wird ein Modul des DGSS-Rhetorik-Zertifikates anerkannt.

Sprech- und Aussprachetraining

Wochenendseminar **70816 S**

Ingrid Feimann, Logopädin VHS, Bergstraße 8
Sa., 17. März, 9.00 – 17.00 Uhr
So., 18. März, 9.00 – 12.00 Uhr
66 € / 49 € (incl. Mittagessen am Samstag, Bescheinigung)

Mit Leichtigkeit gut sprechen ist Ziel dieses Seminars. Deutliches Sprechen erhöht die Verständlichkeit, gewährleistet die Aufmerksamkeit der ZuhörerInnen und schafft Frei-

raum für die Konzentration auf den Redeinhalt. Sprechausdauer und -freude werden erhöht, die Stimme wird entlastet und somit die stimmliche Belastbarkeit gesteigert.

Inhalte:

- Körperhaltung und -tonus
- Richtige Atmung und atemrhythmisch angepasstes Sprechen, Entspannung
- erspüren der Lautcharakteristika und Erlernen der genauen Lautbildung
- Vergleich von deutscher Aussprachenorm und Dialekt
- Besonderheiten der Aussprache in unterschiedlichen Sprechsituationen/im Redefluss, im Gegensatz zum isolierten Laut/Wort

Die Inhalte werden anhand von theoretischen Grundlagen und vielen praktischen Übungen vermittelt, die im Alltag leicht eingesetzt werden können. Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt.

Dieses Seminar wird von der Universität Osnabrück als Nachweis für Sprecherziehung anerkannt.

Bitte mitbringen: Taschenspiegel

Rhetorik für »Jedermann«

Kurs **70817 K**

Iris Kobbe, Rhetorik-Trainerin mit Rundfunkererfahrung, Literatur- und Erziehungswissenschaftlerin, M. A. VHS, Bergstraße 8
Di., ab 21. Febr., 19.15 – 21.30 Uhr
6 Termine, 162 € / 109 € (incl. Bescheinigung)

Wir müssen in Alltag und Beruf oftmals selbstbewusst auftreten, unseren Standpunkt verdeutlichen und die eine oder andere Rede halten. Dazu gehört eine Ausdrucksfähigkeit, die man erlernen kann. Ein Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Vortragstechnik.

Für helfende, soziale und pädagogische Berufe

Seit Jahren führt die VHS in Kooperation mit bundesweit profilierten psychologischen Instituten und erfahrenen PsychotherapeutInnen und PädagogInnen anerkannte Zusatzausbildungen für Angehörige sozialer, medizinischer, pädagogischer und helfender Berufe durch.

Gegenwärtig bieten wir die folgenden Zusatzausbildungen und Lehrgänge an:

- KleinstkindpädagogIn
- Neurolinguistisches Programmieren (NLP)
- SozialtrainerIn »Fit for Life«
- Psychosoziale/r BeraterIn
- Systemische Familienberatung

Alle ein bis zwei Jahre beginnt in diesen Fachrichtungen eine neue Zusatzausbildung bzw. ein neuer Lehrgang.

Beratung in der Volkshochschule:

Jürgen Bendszus, Tel.: 05 41/323 – 44 22

Lehrgang: Systemische/r FamilienberaterIn (VHS)

In Kooperation mit vhsConcept

Der Lehrgang richtet sich insbesondere an Menschen, die in sozialer, pädagogischer und beraterischer Hinsicht mit Familien, Teilfamilien oder Paaren arbeiten. Sie verfügen in der Regel über ein hohes Maß an persönlichem Engagement, Wissen und Können. Die berufliche Inanspruchnahme fordert sie oft heraus, bis an persönliche Leistungsgrenzen zu gehen. Ziel dieses Lehrgangs ist die Professionalisierung im jeweiligen Arbeitsbereich durch die Erarbeitung einer systemischen Sichtweise und deren Integration in die eigenen Arbeitszusammenhänge. Im Vordergrund steht die Erweiterung der Handlungskompetenzen der TeilnehmerInnen in ihrer Arbeit mit Familiensystemen. Schwerpunkte sind dabei die Vertiefung und Stärkung sozialer, kommunikativer, methodischer und beraterischer Kompetenzen.

Inhalte:

- Soziales Wirken und Systemisches Modell
- Kommunikation mit Familien
- Krisengespräche mit (Teil-)Familien
- Familien-Rekonstruktionen
- Suchtstrukturen in Familien
- Selfcare der FamilienberaterInnen



OSNABRÜCK
Fachbereich für Kinder, Jugendliche und Familien

Wir suchen Pflegeeltern!

Adoptions- und Pflegekinderdienst im Fachdienst Familie – Sozialer Dienst
Natruper-Tor-Wall-2 | 49076 Osnabrück | Telefon (0541) 323-2429 | www.osnabrueck.de/soziales

Einführung in die Systemische Familienberatung

Kennenlernseminar **70820** **S**

Heike Ramm, Dipl.-Sozialpädagogin, Supervisorin (DGSv), Systemische Sozialberaterin

VHS, Bergstraße 8

Fr., 9. März, 16.00 – 19.00 Uhr, 36 €

Anmeldeschluss: 28. Febr.

InteressentInnen für den geplanten Lehrgang »Systemische/r FamilienberaterIn« ab Herbst 2012 erhalten einen Einblick in Theorie und Praxis der Arbeit mit Familien auf systemischer Grundlage. Angesprochen sind Personen mit einschlägiger Berufsausbildung wie SozialpädagogInnen, ErgotherapeutInnen, ErzieherInnen, HeilpädagogInnen, Lehrkräfte, PsychotherapeutInnen u. a.

Systemische/r FamilienberaterIn (VHS)

Lehrgang 9 **60828-2** **L**

Leitung: Heike Ramm, Dipl.-Sozialpädagogin, Supervisorin (DGSv), Systemische Sozialberaterin, **DozentInnenteam**
VHS, Bergstraße 8

Beginn: 11. Nov. 2011

Termine in diesem Semester:

13./14. Jan., 24./25. Febr., 20./21. April, 1./2. Juni, 25. – 29. Juni (Bildungsurlaubs-Wochenende, außerhalb der VHS)

Was ist vhsConcept?

vhsConcept

vhs

Die Volkshochschule der Stadt Osnabrück ist Mitglied von vhsConcept, einem Entwicklungs- und Anbieterverbund von 46 niedersächsischen Volkshochschulen sowie der Bremer und Bielefelder Volkshochschule.

Unser Angebot

Wir entwickeln gemeinsam Weiterbildungsprogramme und Lehrgänge in den Bereichen Gesundheit, Erziehung, Bildung und Soziales und führen diese landesweit durch. Wir vermitteln fachliche, tätigkeitsbezogene, arbeitsfelderweiternde sowie fachübergreifende Qualifikationen für berufliche, außerberufliche und nebenberufliche Tätigkeiten. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten die AbsolventInnen einen qualifizierten Nachweis bzw. ein Zertifikat von vhsConcept (Landesverband der Volkshochschulen).

Qualität überall in Niedersachsen
Aufbau, Inhalte und Qualifikationsziele sind in Rahmenplänen festgelegt. Sie sind landesweit verbindlich und werden regelmäßig durch unabhängige ExpertInnen geprüft und weiterentwickelt.

Informationen

Über ein landesweites Verzeichnis oder über das Internet informieren wir Sie über alle Veranstaltungsdaten. Für weitere Informationen und Beratung steht Ihnen die Volkshochschule und vhsConcept (Landesverband der Volkshochschulen) zur Verfügung.

AnsprechpartnerInnen:

Volkshochschule der Stadt Osnabrück:
Jürgen Bendszus, Tel.: 05 41/323 – 44 22
Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsen e. V., Hannover
Tel.: 05 11/30 03 30 67
Fax: 05 11/30 03 30 82
E-Mail: info@vhs-nds.de

Veranstaltungen in diesem Semester:

- Systemische/r FamilienberaterIn
- Fachkraft Kleinstkindpädagogik

vhsConcept

Systemische/r FamilienberaterIn (VHS)

Lehrgang 10 **70821-1 L**

Leitung: Heike Ramm, Dipl.-Sozialpädagogin, Supervisorin (DGSv), Systemische Sozialberaterin, und DozentInnenteam VHS, Bergstraße 8

Beginn: 23. Nov. 2012

Dauer: 1 Jahr an Wochenenden

Fr., 16.00 – 21.00 Uhr

Sa., 9.00 – 18.00 Uhr

Termine in diesem Semester: 23./24. Nov. 2012 (Beginn), weitere Termine 2012 und 2013

Gesamtgebühr (168 Ustd.):

1.500 €, in 12 monatlichen Raten á 125 € Abschluss mit einem Kolloquium. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept bescheinigt. Vor einer Anmeldung ist die Teilnahme an einem Kennenlernseminar (Nr. 70820) erforderlich.

Anmeldeschluss: 5. Nov.

Zusatzausbildung: NLP-Practitioner

Im NLP wird danach gefragt, was Menschen selbst tun können, um

- Ihre Lebensziele und Wünsche zu erreichen und
- Diese so zu erreichen, dass für alle Beteiligten möglichst viel Positives dabei herauskommt – also auch für die/den PartnerIn, die Familie, die Firma oder auch für die Menschheit insgesamt

Dabei werden der soziale Bezugsrahmen und das konkrete Verhalten von Menschen genauso berücksichtigt wie ihre inneren Werte, Überzeugungen und ihre Identität.

Die Vergangenheit wird – wo sie behindernd im Weg liegt – zwar behandelt, der Schwerpunkt liegt aber auf Gegenwart und Zukunft. Probleme werden als eine Lernchance betrachtet und in erreichbare Wunschziele verwandelt. Ursprünglich für die Kurzzeittherapie entwickelt, werden die Methoden des NLP heute außer in Therapie und Beratung vor allem auch in der Schule, in der Sozialarbeit, im Gesundheitswesen, im Sport, im Management sowie im juristischen und politischen Bereich angewandt. Mit Hilfe der Methoden des NLP ist es möglich, mit sich selbst (z. B. bezogen auf Stress, Angst, Lernen, Motivation, Selbstsicherheit, Entscheidungsfindung und Gesundheit) und anderen (z. B. bezogen auf Kontaktaufnahme, Kommunikation, Konfliktlösung, Menschenführung und Bindungsfähigkeit) wesentlich besser als bisher zurechtzukommen.

Die Zusatzausbildung ist international anerkannt (Qualitätssiegel der DVNLP).

Zusatzausbildung NLP-Practitioner

Kennenlernseminar **70822 S**

Dr. Rupprecht Weerth, Dipl.-Pädagoge, Psychotherapeut (KiJu), NLP-Lehrtrainer (DVNLP)

VHS, Bergstraße 8

Fr., 16. März, 18.15 – 21.45 Uhr, 20 €

Anmeldeschluss: 7. März

An diesem Abend erhalten InteressentInnen für die Zusatzausbildung NLP-PractitionerIn einen Einblick in die Ziele und Anwendungsmöglichkeiten des NLP. Angesprochen sind alle, in deren Berufsfeld Beratung, Kommunikation und Menschenführung von Bedeutung sind.

NLP-Practitioner – Einführung

Wochenendseminar **70823 S**

Dr. Rupprecht Weerth, Dipl.-Pädagoge, Psychotherapeut (KiJu), NLP-Lehrtrainer (DVNLP)

VHS, Bergstraße 8

Sa., 28. April, 10.00 – 20.00 Uhr

So., 29. April, 10.00 – 17.30 Uhr

184 €

Dieses Seminar bietet Ihnen eine Einführung in die Theorie und Praxis des NLP und ist gedacht für Personen, die an einer NLP-Zusatzausbildung interessiert sind (Nr. 70824-1). Das Seminar wird mit 18 Ustd. auf die Ausbildung »NLP-Practitioner« angerechnet.

NLP-Practitioner – Vertiefung (2012/2013)

Zusatzausbildung **70824-1 L**

Leitung: Dr. Rupprecht Weerth, Dipl.-Pädagoge, Psychotherapeut (KiJu), NLP-Lehrtrainer (DVNLP)

VHS, Bergstraße 8

Beginn: 2. Juni 2012

Dauer: Gruppenunterricht an 9 Wochenenden, regelmäßige Übungsgruppentreffen, Sa., 10.00 – 20.00 Uhr, So., 10.00 – 18.00 Uhr

Termine in diesem Semester:

2./3. Juni, 7./8. Juli sowie 7 weitere Seminare bis März 2013

Gesamtgebühr (162 Ustd.):

1.738 €, in 9 monatlichen Raten á 173 € und 1 Rate á 181 €

Ein NLP-Practitioner-Zertifikat (mit international anerkanntem Qualitätssiegel des DVNLP) kann erworben werden.

Vor einer Anmeldung ist die Teilnahme an einem Einführungsseminar erforderlich

Weitere Informationsunterlagen sind in der Geschäftsstelle der Volkshochschule erhältlich!

Anmeldeschluss: 8. Mai

NLP-Practitioner – Vertiefung (2011/2012)

Zusatzausbildung **50315-3** **L**

Dr. Rupprecht Weerth, Dipl.-Pädagoge, Psychotherapeut (KiJu), NLP-Lehrtrainer (DVNLP)

VHS, Bergstraße 8

Beginn: 14. Mai 2011

Termine in diesem Semester:

14./15. Jan., 18./19. Febr., 17./18. März (Abschluss)

Zusatzausbildung: Psychosoziale/r BeraterIn

Beraten und helfen durch Fördern, Unterstützen und Entwickeln

Zu einem kompetenten Umgang mit Menschen in schwierigen und belastenden Lebenssituationen gehören neben fachlicher Kompetenz im jeweiligen Arbeitsfeld vor allem auch psychologische, therapeutische und kommunikative Fähigkeiten. Diese Zusatzausbildung bietet Menschen, die beraterisch tätig sind oder tätig werden wollen, die Möglichkeit, vorhandene Ressourcen und Kompetenzen zu erweitern. Sie basiert auf dem Salutogenese-Konzept von Aaron Antonovsky und der Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl. Daneben fließen systemische Aspekte ein. In der Zusatzausbildung werden vielfältige psychologische, kommunikative und beraterische Kenntnisse vermittelt.

Wir sprechen Menschen an:

- Die im Hauptberuf oder im Ehrenamt in der Beratung, Erziehung, Therapie, Pflege oder im psychosozialen Arbeitsfeld tätig sind, besonders auch in der Gemeindeförderung und in Selbsthilfegruppen (z. B. für körperlich oder seelisch beeinträchtigte Menschen, für Eltern, für Alleinerziehende, für Frauen, für Männer, für abhängige Menschen und viele andere) arbeitende InteressentInnen
- In ihrem Familien- und Lebensumfeld helfend, betreuend, begleitend und unterstützend tätig sind
- Die an Gesundheit und Sinnfindung im eigenen Leben und einem sinnorientierten Umgang mit Krisen interessiert sind

Psychosoziale/r BeraterIn

Einführungseminar **70825** **S**

Julianna Heiland, Dr. Gregor Schmidt

VHS, Bergstraße 8

Fr., 28. Sept., 18.00 – 20.15 Uhr, 15 €

Anmeldeschluss: 19. Sept.

Einführungseminar **70826** **S**

Julianna Heiland, Dr. Gregor Schmidt

VHS, Bergstraße 8

Fr., 23. Nov., 18.00 – 20.15 Uhr, 15 €

Anmeldeschluss: 9. Nov.

LehrganginteressentInnen erhalten eine Einführung in die Logotherapie und Salutogenese. Sie erhalten umfassende Informationen über die Ziele der ab Januar 2013 geplanten Zusatzausbildung zur/zum Psychosozialen BeraterIn (Nr. 70827-1).

Psychosoziale/r BeraterIn

In Zusammenarbeit mit dem Institut für Psychosynthese und Logotherapie IPL

Zusatzausbildung 7 **70827-1** **L**

Leitung: Julianna Heiland, Dipl.-Pädagogin, Dipl.-Sozialpädagogin, Counselor (grad.), Lehrtherapeutin der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (DGLE), mit psychotherapeutischer Zulassung (HPG)

Dr. Gregor Schmidt, Counselor, Lehrtherapeut der DGLE, mit psychotherapeutischer Zulassung (HPG)

VHS, Bergstraße 8

Beginn: 26. Jan. 2013

Dauer: 1 Jahr an 10 Wochenenden

Sa., 9.00 – 18.30 Uhr

So., 9.00 – 15.00 Uhr

Gesamtgebühr (170 UStd.):

1.380 €, in 12 monatlichen Raten á 115 €

Vor einer Anmeldung ist die Teilnahme am Einführungseminar erforderlich

(Nr. 70825/70826)

Anmeldeschluss: 10. Jan. 2013

Download aller Informationen unter

www.vhs-os.de

Psychosoziale/r BeraterIn

Zusatzausbildung 6 **60830-2** **L**

Julianna Heiland, Dr. Gregor Schmidt

VHS, Bergstraße 8

Beginn: 26. Nov. 2011

Termine in diesem Semester:

28./29. Jan., 25./26. Febr., 10./11. März,

21./22. April, 19./20. Mai, 16./17. Juni

Zusatzausbildung Fachkraft Kleinstkindpädagogik (VHS)

In Zusammenarbeit mit vhsConcept

Immer mehr Kindertageseinrichtungen öffnen ihre Gruppen für Kinder unter drei Jahren. Mit dieser Zusatzausbildung können ErzieherInnen ihre Kompetenzen im Bereich der Kleinstkindpädagogik so erweitern, dass sie in der Lage sind, die Rahmenbedingungen, das pädagogische Konzept sowie konkrete Spiel- und Lernangebote speziell auf Kinder unter drei Jahren abzustimmen. Das pädagogische Leitprinzip dieser Zusatzausbildung: Bindung, Erziehung und Bildung sind die Bedingungen dafür, dass sich ein Kind ganzheitlich und seelisch gesund entwickeln kann.

Bausteine:

- Rolle und Selbstverständnis der MitarbeiterInnen
- Pädagogische Ansätze und Bildungsaspekte
- Entwicklungspsychologie der ersten Lebensjahre
- Bildungs- und Lernprozesse bei Kindern unter drei Jahren
- Individuelle Entwicklung und ihre Dokumentation
- Organisationsstruktur in der Kita
- Gestaltung des pädagogischen Alltags mit Kleinstkindern
- Erziehungspartnerschaft mit Eltern

Fachkraft Kleinstkindpädagogik (VHS) (FKP 4)

In Kooperation mit vhsConcept

Lehrgang 4 **70828-1** **L**

Leitung: Pia Pryklenk, Kita-Leiterin

Mitarbeit: Doris Ostermann, Dipl.-Sozialpädagogin, M. Sc. Supervisorin

Dr. Jörn Borke, Dipl.-Psychologe

VHS, Bergstraße 8

Beginn: 27. Jan. 2012



www.fotolia.de 972698

Dauer: 1 Jahr an 11 Wochenenden
 Fr., 15.30 – 21.00 Uhr
 Sa., 10.00 – 18.30 Uhr
Termine in diesem Semester:
 27./28. Jan., 11. Febr., 16./17. März, 20./21. April, 4./5. Mai, 8./9. Juni, 13./14. Juli
Gesamtgebühr (170 Ustd.):
 1.104 €, in 12 monatlichen Raten á 92 €

Abschluss mit einem Kolloquium. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einem Zertifikat von vhsConcept bescheinigt.
 Download der Info-Broschüre unter www.vhs-os.de

Sprachförderung im Elementarbereich der Kitas

In Kooperation mit dem Fachbereich Kinder, Jugendliche und Familie der Stadt Osnabrück

Seminar **70830 S**

Gisela Huckriede, Sozialpädagogin und Fachberaterin für Kindertageseinrichtungen/erfahrene Referentinnen
 Haus der Jugend, Große Gildewart 6 - 9
 Do., 23. Febr., 8./22. März, 9.00 – 16.30 Uhr
 198 €

Die Handlungsempfehlungen zum Orientierungsplan für Bildung und Erziehung für niedersächsische Tageseinrichtungen für Kinder sind erweitert worden um den Bereich Sprachbildung und Sprachförderung. In diesem Seminar werden Basisqualifikationen zur Sprachförderung durch Reflexion und unterschiedliche Methoden, Medien und Übungen praxisnah gestaltet und ausprobiert, damit alle Fachkräfte später in der Lage sind, ihren Bildungsauftrag im pädagogischen Alltag bewusst einzusetzen.

Schwerpunkte:

- Sprachvorbild und Sprachkultur der pädagogischen Fachkraft in der Kita
 - Sprachbildende Gestaltung des Alltags in der Kita (Alltagssituationen, Bildungssituationen, Gespräche, Themen der Kinder, kindliche Spielformen, in denen Sprache besondere Bedeutung hat)
 - Vermittlung von Weltwissen in allen Bildungsbereichen, auch unter dem Aspekt von Sprachbildung und Sprachförderung
- Die Kinder sollen in Situationen den Sinnbezug durch einen begleitenden Wortschatz bekommen, handlungsorientiert und alltagsorientiert die Sprache kennenlernen. Herzlich zur Teilnahme eingeladen sind alle pädagogischen Fachkräfte in Kitas!

Wie schulspezifische Prävention gelingen kann: Soziales Training »Fit for Life« in der Schule

In Zusammenarbeit mit dem Bremer Institut für Pädagogik und Psychologie (bipp)

Vortrag mit Diskussion **70831 V**

Holger Hegekötter, Sozialarbeiter, Sozialpädagoge, Trainer am Bremer Institut für Pädagogik und Psychologie
 VHS, Bergstraße 8
 Fr., 16. März, 18.00 – 20.15 Uhr
 9 € (für Lehrkräfte im 2. Bildungsweg der VHS kostenfrei)
 Voranmeldung bis 7. März erforderlich!

Persönlichkeitsförderung und soziales Training werden immer wichtigere pädagogische Ziele in den Schulprofilen. Wie können sie verwirklicht werden? Bundesweit anerkannt und wissenschaftlich evaluiert ist das Training »Fit for Life. Training sozialer Kompetenz«. An diesem Abend wird »Fit for Life« vorgestellt.

Themen:

- Übersicht über verschiedene Präventionsformen, die aktuellsten Präventionsprogramme und theoretische Grundlagen
- »Best-Practice«-Beispiele
- Praktische Umsetzung an einer Förderschule und innerhalb eines Landkreises
- Einführung in das evaluierte soziale Kompetenztraining »Fit for Life«
- Darstellung des Fortbildungsangebotes zum Sozialtrainer »Fit for Life« an der VHS Osnabrück

Offene Fragestellungen der ZuhörerInnen und die Möglichkeit zur Diskussion runden den Abend ab.

Zielgruppe: LehrerInnen, sozialpädagogische Fachkräfte der Schulsozialarbeit, Eltern und Elternpflegschaftsvertreter, die sich aktiv an der Verbesserung von Schulkultur und Schulklima beteiligen wollen

»Fit for Life«-TrainerIn

In Zusammenarbeit mit dem Bremer Institut für Pädagogik und Psychologie (bipp)

Seminar **70832 S**

Holger Hegekötter, Sozialarbeiter, Sozialpädagoge, Trainer am Bremer Institut für Pädagogik und Psychologie
 VHS, Bergstraße 8
 Fr., 16./23. Nov., 14.30 – 18.30 Uhr
 Sa., 17./24. Nov., 9.00 – 18.00 Uhr
 390 €
 Kosten der Praxisbegleitung und Supervision ca. 280 € (nicht von der VHS organisiert)
Literaturempfehlung: »Soziale Kompetenz für Jugendliche. Grundlagen und Training«, Juventa Verlag, 7. Aufl. 2011

In dieser Schulung werden das wissenschaftlich geprüfte Trainingsprogramm »Fit for Life«, dessen theoretische Grundlagen, Methoden, Bausteine sowie das dem Training angemessene Basisverhalten vermittelt und geübt. Im Mittelpunkt steht die exemplarische Planung und Durchführung von Modulen des Trainings sowie deren Feedback, Auswertung und Transfer. Fragen der Implementierung und der Evaluation schließen die Schulung ab.

Es kann sich eine begleitete Praxisphase anschließen. In den optionalen Praxisbegleitungen während der erstmaligen Durchführung werden die Trainingserfahrungen berichtet, reflektiert und supervidiert. Außerdem werden allgemeine Fragen und Probleme der Durchführung wie Motivation und Disziplin besprochen, gegebenenfalls auch Methoden oder Module vertieft. Die TeilnehmerInnen erhalten eine Bescheinigung und nach zwei Praxisbegleitungen das anerkannte Trainer-Zertifikat »Fit for Life« des bipp.

Hinweis: Interessierte sollten den einführenden Vortrag (Nr. 70831) besuchen!

Wäre auch das etwas für Sie?!

Kurs

Einladung zum Dialog im Nordwesten
 Do., ab 2. Febr.

☞ Siehe Nr. 70860