

Programm

Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems

„Damenwahl – Potenziale und Ressourcen erkennen und nutzen“

Seminar für Frauen

Datum: Beginn: Freitag, 28. Febr. 2020 um 15:00 Uhr
Ende: Samstag, 29. Febr. 2020 um 17:00 Uhr
Veranstaltungsort: Hotel Roshop, Am Markt 6, 49406 Barnstorf
Teilnehmer: Dieses Seminar richtet sich an Frauen, die sich ein Netzwerk aufbauen
VA-Nr.: B26-280220-1

Sehr geehrte Damen,

Strategie, Kommunikation und Netzwerke sind die Schlüssel, um Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen, Werte und Ziele in Wert zu setzen und Ihnen Gehör zu verschaffen bei Ihrem politischen Engagement und in der Arbeitswelt. Die Fähigkeit, Kontakte herzustellen, zu pflegen und strategisch zu kommunizieren, gehört zu einer Biografie wie selbstverständlich dazu. Freuen Sie sich darauf, „informelle“ Kontakte und Unterstützung zu nutzen, voneinander zu profitieren und sich gegenseitig zu unterstützen.

In diesem Seminar lernen Sie Strategien kennen, die Sie stärker und gelassener machen im Umgang mit schwierigen Situationen und Menschen. Zudem legen wir gemeinsam die Basis für den Aufbau Ihres Netzwerkes: Seien Sie ein attraktiver Kontakt und Gesprächspartner, mit guten Kontakten gut in Kontakt bleiben, wer passt zu mir/wen brauche ich „self-selection“, Netiquette und No-Gos.

Unsere Referentin, Frau Helfmann-Hundack, wird Ihnen dazu das Handwerkszeug vermitteln.
Bitte melden Sie sich bei Interesse an. Der Teilnehmerbeitrag beträgt 85,00 Uhr.

Mit freundlichen Grüßen
Ihr

Dr. Stefan Gehrold
Leiter des Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems

Zu unserer Referentin Frau **Judith Helfmann-Hundack**: sie studierte Jura, Sprachen und Politik in Deutschland, der VR China, England, Spanien und Frankreich. Sie arbeitet seit über 20 Jahren in der internationalen Politik und Wirtschaft und war bis 2014 Mitglied im Bundesvorstand der Mittelstandsunion der CDU/CSU. Sie ist Leiterin des Bereichs Internationale Handels- und Entwicklungspolitik beim Afrika-Verein der deutschen Wirtschaft (Entsendung als EZ-Scout des BMZ) und hat den Verein in seinen Veränderungsprozessen der letzten Jahre unterstützt. Darüber hinaus begleitet und berät sie Teams sowie weibliche Nachwuchsführungskräfte und moderiert internationale Konferenzen und Dialoge.

Durch ihre Zusatzausbildungen als Mediatorin, systemischer Coach und Prozessbegleiterin und durch ihre jahrelange Erfahrung in Personalführung und Projektleitung, im Coaching und in der Arbeit mit Teams hat sie eine humorvolle und stets wertschätzende Herangehensweise an schwierige Themen und komplexe Prozesse entwickelt.

Programm

Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems

Freitag, den 28. Febr. 2020

Seite 2/5

bis 14:30 Uhr **Eintreffen der Teilnehmerinnen**
Begrüßung durch: Linda Hüllmann

15:00 Uhr **Begrüßung und Vorstellung**
Dr. Stefan Gehrold, Leiter des Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems

Einführung ins Thema:
Judith-Helfmann-Hundack

Im Job ebenso wie im (politischen) Ehrenamt zählt nicht nur das, was Sie können. Sondern auch das, was Sie anderen davon zeigen - durch Ihr selbstbewusstes Auftreten, Ihre Körpersprache, Ihre Stimme, Ihre Energie.

Woher komme ich und wo will ich hin?

Wir werfen einen kurzen Blick auf Ihre Biographie und identifizieren Ihre Antreiber und das, was Sie daran hindert, weiterzukommen.

17:00 Uhr **Kaffeepause**

17:30 Uhr **Netzwerken – mehr als Nett-working**

Warum sind Netzwerke so wichtig? Wen brauchen Sie in Ihrem Netzwerk?

Wer in einem Netzwerk ist, kennt Menschen, die einen fördern, ermutigen und unterstützen. Netzwerke erleichtern Geschäfte abzuwickeln, einen Wissensaustausch zu organisieren oder gemeinsame Projekte zu gestalten.

Was macht einen interessanten Gesprächspartner aus?

Wie viele Netzwerke brauchen Sie?

Woran erkennen Sie ein gutes Netzwerk?

Auswahl relevanter Netzwerke für Sie selbst und Ihr Unternehmen.

19:00 Uhr **Abendessen**

20:00 Uhr **Kamingespräch**
Welche Erfahrungen bringen Sie aus ihrem Arbeits- oder Politik-Alltag mit?
Diskussion und Analyse einzelner Beispiele aus der Gruppe.

Programm

Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems

Samstag, den 29. Febr. 2020

Bis 9:00 Uhr **Frühstück**

09:00 Uhr **Ihr Auftritt – wen sprechen Sie an – wie kommen Sie an?**

Bestandsaufnahme, Tipps & Tricks

Fällt es Ihnen auch schwer,

- deutlich nein zu sagen oder sich abzugrenzen?
- die eigene Leistung selbstbewusst zu verkaufen?
- sich von dominant auftretenden Menschen nicht einschüchtern zu lassen?
- nicht alles persönlich zu nehmen?
- andere in ihrem Redefluss zu unterbrechen?

10:30 Uhr Kaffeepause

Sicher und sympathisch: vom Small-Talk zum Business-Talk

11:00 Uhr Die Macht der Fragetechniken.

Mit Fragen das Netzwerken gestalten: antworten, kontern und steuern.

Auch aktives Zuhören will gelernt sein.

Ihre Stimme und Körpersprache bewusst und wirkungsvoll einsetzen.

12:30 Uhr Mittagessen

13:30 Uhr Warm up - Mit wem wären Sie gerne einmal im Fahrstuhl eingeschlossen und warum?

Die Kunst, Kontakt aufzubauen und zu pflegen

Wo können Sie am besten Kontakte knüpfen?

Hausputz im eigenen Netzwerk: aus „toten“ Adressen profitable Verbindungen machen.

Wann, wo und wie werden Beziehungen gepflegt?

Grenzen von Netzwerken kennenlernen: Was können Sie erwarten?

Die Bedeutung der Verbindlichkeit.

Die Bedeutung des eigenen Einflussbereiches.

Programm

Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems

15:00 Uhr Kaffeepause

Seite 4/5

15:30 Uhr Netzwerk-Etikette

Das persönliche Netzwerk-Profil.
Ihr Auftritt und Ihre Wirkung.
Selbstmotivation für vitales Netzwerken.

16:45 Uhr Seminarkritik, Anregungen und Ausblick

17:00 Uhr Ende des Seminars

Organisatorische Hinweise:

Während der Veranstaltung sind Sie Gast der Konrad-Adenauer-Stiftung. Verpflegung und Getränke zu den im Programm ausgewiesenen Zeiten sind im Teilnehmerbeitrag enthalten. Telefon u. ä. gehen zu Ihren Lasten. Fahrtkosten können nicht erstattet werden. Sie erhalten auf Wunsch am Ende des Seminars eine Teilnahmebestätigung.

Programmänderungen vorbehalten

Programm

Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems

| | |
|------------------------------|--|
| Konzeption: | Dr. Stefan Gehrold Leiter des Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems |
| Tagungsleitung: | Linda Hüllmann |
| Referentin: | Judith Helfmann-Hundack |
| Tagungsbeitrag: | Es wird ein Tagungsbeitrag in Höhe von 85,00 Euro erhoben. |
| Organisation: | Ingrid Pabst Konrad-Adenauer-Stiftung e. V. Hermann-Ehlers-Bildungsforum Weser-Ems Kurwickstr. 8/9 / 26121 Oldenburg T +49 441 / 2051-7991 Ingrid.pabst@kas.de |
| Veranstaltungsstätte: | Hotel Roshop, Am Markt 6, 49406 Barnstorf |
| Feedback: | stefan.gehrold@kas.de oder feedback-pb@kas.de |

Seite 5/5



Ihre persönlichen Daten werden gemäß Art. 4 DSGVO im Einklang mit den Bestimmungen der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und dem Bundesdatenschutzgesetz (BDSG-neu) von der Konrad-Adenauer-Stiftung e.V. verarbeitet und zur Durchführung der Veranstaltung verwendet. Informationen über Ihre Rechte finden Sie hier: <https://www.kas.de/DSGVO-Veranstaltung>.

Die Veranstaltung wird multimedial begleitet. Mit der Anmeldung erklären Sie Ihr Einverständnis, dass die Konrad-Adenauer-Stiftung e.V. das vor, während oder nach der Veranstaltung entstandene Foto- und Filmmaterial zeitlich unbegrenzt sowohl im Online- als auch Printformat für Zwecke der Presse und Öffentlichkeitsarbeit verwenden darf. Sollten Sie mit der Aufnahme und der Veröffentlichung von Bildern Ihrer Person nicht einverstanden sein, bitten wir um unmittelbare Mitteilung beim Gästeservice zu Beginn der Veranstaltung. Ihnen werden dann gesonderte Plätze zugewiesen.