

Vorbereitungsworkshop für die Diplomprüfung zur Lebens- und SozialberaterIn

Ausprobieren der Prüfungssituation für mehr Sicherheit und Klarheit.

Übungen gegen Lampenfieber und Versagensängste.

Reflektion und Feedback zur Verbesserung der eigenen Präsentation.

„Wir wollen den Teilnehmern die Erfahrung aus unserer Diplomprüfung weitergeben. Wir werden offene Fragen klären, die Selbstpräsentation und Beratungsgespräche üben sowie ausreichend reflektieren. Das „Durchspielen“ der Prüfungssituation gibt Sicherheit und hilft Ängste abzubauen. In der Gruppe besteht die Chance gemeinsam anhand einer Vielzahl von Beispielen zu lernen und das Präsentieren vor anderen zu üben. Unsere beruflichen Erfahrungen zum Thema Präsentation und Lampenfieber werden wir in kleinen Übungen zur Unterstützung einbauen.“

Wer wir sind



Ruth Kraus



Doris Stricker-Sachs

Ruth Kraus: Dipl. Bühnensängerin, Dipl. Musikpädagogin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin (i.A.u.S), viele Jahre als Solo- und Ensemblesängerin tätig an Bühnen im In- und Ausland (nähere Informationen unter www.ruthkraus.de); sonstige Arbeitsfelder: Gesangspädagogin für Populärmusik/Musical, Auftrittscoaching, Coaching bei Rede- und Prüfungsängsten, Lebens- und Sozialberatung; Mutter eines Sohnes; momentan Praktikum bei der Kolping Beratungsstelle Wien 18

Doris Stricker-Sachs: Dipl. Lebens- und Sozialberaterin (i.A.u.S.), berufsbegleitend: Studium der Psychologie. Im Stammbetrieb tätig im Bereich Marketing und Werbung – mit vielen Jahren Führungserfahrung. Durch das Zusammenspiel von Psychologie und Wirtschaft liegen die Schwerpunkte auf: Coaching, Bewerbung und Selbstpräsentation sowie BurnOut und Burn Out Prävention.

Ablauf des Workshops

Erster Tag

Teil 1

- Informationen und Erfahrungen über den Ablauf der Prüfung
- Erklärungen zum Umgang mit Lampenfieber und Aufregung
- Übung zur Stärkung der eigenen Sicherheit

Teil 2

- Teilnehmer üben die Selbstpräsentation
- Feedback und Reflektion
- Learnings und Verbesserungsmöglichkeiten

Zweiter Tag

- Übung von Beratungsgesprächen (jeder Teilnehmer mind. ein Gespräch)
- Reflektionsübung zu den einzelnen Gesprächen
- Feedback
- Learnings und Rüstzeug für die Prüfung

Termin

22. und 23. Januar 2011, jeweils von 10.00 Uhr bis 15.00 Uhr
(Alternativtermine je nach Teilnehmerzahl auf Anfrage möglich)

Adresse

1230 Wien, Jochen Rindt Straße 2-12/2/1

Kosten

€ 85,- pro Person

Schriftliche Anmeldung bitte bis zum 10.01.2011 an:

Ruth Kraus
Wiener Gasse 110/3/3
2380 Perchtoldsdorf

E-Mail: ruth.kraus@gmx.de
Für Fragen: 0699 12867725

Weitere Informationen unter: www.coachingundlebensberatung.at/workshops

Mitzubringen

- möglichst eine vorbereitete Selbstpräsentation bzw. ein Ansatz, damit wir diesen ausprobieren können

Anmeldung zum Vorbereitungsworkshop für die Diplomprüfung zur Lebens- und SozialberaterIn

Name, Vorname

Straße, Ort

Tel.Nr.

E-Mail

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Vorbereitungsworkshop zur Diplomprüfung Lebens- und SozialberaterIN am 22. und 23.01.2011. Mir ist bekannt, dass die Teilnahme auf eigene Gefahr erfolgt. Die Teilnahmegebühr in Höhe von 85 Euro überweise ich bis 10.01.2011.

Konto

Name: Ruth Kraus
Bank: Raiffeisen Regionalbank Mödling
Kontonummer: 00014900690
BLZ.: 32250

Unterschrift