# dvbs-farbe

**Deutscher Verein der Blinden und Sehbehinderten   
in Studium und Beruf e.V.**

**Frauenbergstraße 8, 35039 Marburg, Telefon 06421 94888-0**

Fachgruppe Wirtschaft

Kontakt: Dr. Heinz Willi Bach

Ernst-Lemmer-Str. 83, 35041 Marburg

Tel.: 06421 6970580, E-Mail: [bachhw@posteo.de](mailto:bachhw@posteo.de)

Marburg, Juli 2023

Einladung zum Fortbildungsseminar

# Gesprächsführung und Gelassenheit - Einschließlich Zeit- und Selbstmanagement

* **Herausfordernde Gesprächssituationen**
* **Gespräche mit schwierigen Kunden.**
* **Mehr Selbstvertrauen entwickeln für herausfordernde   
  Situationen**
* **Zeit- und Selbstmanagement**

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitglieder!

Wir laden Sie herzlich ein zu diesem beruflichen Fortbildungsseminar vom 2. – 5. November 2023 in Herrenberg-Gültstein bei Stuttgart. Das Seminar ist als förderfähige Fortbildung durch die Integrationsämter beantragt.

Zu den Themen und Inhalten:

## Erster Teil: Gesprächsführung und Gelassenheit

Sehbehinderte und blinde Menschen sind bei alltäglichen Gesprächen gehandicapt, da sie die Reaktion ihres Gesprächspartners auf dem optischen Kanal nur teilweise wahrnehmen. Zudem sind viele dank unerfreulicher Vorkommnisse in Kindheit und Jugend, Ausbildung und Beruf besonders sensibel und reagieren überschießend in bestimmten Situationen, was den Gesprächspartner wiederum verunsichern und das Gesprächsklima stören kann. Der Seminarteil "Gesprächsführung und Gelassenheit" zeigt Wege aus diesen Schwierigkeiten und liefert die Grundlagen für selbstsicheres, kompetentes und gelassenes Verhalten in alltäglichen und kritischen Gesprächssituationen.

### Seminarziel

Die Teilnehmer\*innen werden gelassener, selbstsicherer und kompetenter in Gesprächen und Verhandlungen.

### Themenkreis

1. Grundlagen der Kommunikation und Gesprächsführung unter   
   besonderer Berücksichtigung des "visuellen" Kanals
2. "Rot-Grün-Modell" der Kommunikation
3. Entschlüsselungsfragen: "Vier-Ohren-Modell" (nach Schulz v. Thun)
4. Inhalts- und Beziehungsebene der menschlichen Kommunikation
5. Beziehungsstreit-Konflikt
6. Gesprächsstress und Gelassenheit:

* Wie entstehen Überempfindlichkeiten ("Knöpfe") und wie   
  wirken sie sich im Gespräch aus?
* Wie kann man diese "Knöpfe" finden und auflösen?
* Wie stellt man sich auf kommende kritische Situationen   
  mental ein?
* Entwicklung persönlicher Strategien zur Kompensation der eingeschränkten Wahrnehmung auf dem visuellen Kanal
* Behandlung von Einzelfragen

## Zweiter Teil: Zeit- und Selbstmanagement

Angesichts der vielen Anforderungen, die Jede und Jeder von uns zu erfüllen hat, ist es notwendig, die zur Verfügung stehende Zeit gut zu nutzen.

### Seminarziel

Die teilnehmenden Personen können ihre Tages- und Wochenarbeitszeit   
effektiver einteilen, ihre Arbeitsabläufe besser planen, persönliche Schwachstellen erkennen und verändern.

### Themenkreis

* Analyse des eigenen Verhaltens bezüglich Zeiteinteilung
* Prioritäten richtig setzen
* Unterscheiden lernen zwischen „dringend“ und „wichtig“
* Zeitfallen erkennen und beseitigen
* Umgang mit Störungen
* Persönliche Leistungsrhythmen erkennen
* Behandlung von Einzelfragen

## Zielgruppe

Ein Seminar für sehbehinderte und blinde Menschen.

Das Seminar richtet sich an blinde und sehbehinderte Berufstätige und andere Interessierte. Berufstätige können Antrag auf Kostenübernahme für diese Fortbildung beim Integrationsamt stellen.

## Methodik

Lehrgespräch mit Diskussion, Rollenspiele

Übungen: Entspannung und Desensibilisierung, CD für die TN

## Teilnehmerzahl:

14 Personen

## Referentin

Ingrid Langer ist Diplom-Sozialpädagogin mit Zusatzqualifikation in Systemischer Familientherapie. Nach beruflichen Erfahrungen als Mitarbeiterin eines staatlichen Gesundheitsamtes mit den Arbeitsschwerpunkten Suchtberatung und Öffentlichkeitsarbeit, arbeitet sie seit 1991 hauptberuflich als freie Trainerin für Institutionen des Öffentlichen Dienstes, für Krankenhäuser und die Industrie.

Bislang u.a. durchgeführte Veranstaltungen für die Bay. Verwaltungsschule, das Zentrum Bayern, Familie und Soziales, Kommunalverband Jugend und Soziales Baden-Württemberg, das Kommunale Bildungswerk Berlin, Siemens, Deutsche Bundesbank, verschiedene Kommunen, Landratsämter und Kliniken, den VdK und den DVBS.

## Ablaufplan zum Seminar:

Anreise am Donnerstag, den 2. November 2023, bis 17 Uhr (auch später möglich). Danach gibt es eine Hausführung, um 18 Uhr Abendessen,   
Seminarbeginn um 19.30 Uhr.

Der Ablaufplan wird sich nach den Bedürfnissen der teilnehmenden Personen richten und kann deshalb von der folgenden Vorgabe abweichen.

### Donnerstagabend:

* Vorstellung der Trainerin
* Spielregeln
* Vorstellungsrunde der Teilnehmer/innen
* Erwartungen an die kommenden Tage

### Freitagvormittag:

* Grundlagen der Kommunikation und Gesprächsführung unter besonderer Berücksichtigung des "visuellen" Kanals
* "Rot-Grün-Modell" der Kommunikation
* Entschlüsselungsfragen: "Vier-Ohren-Modell"
* Inhalts- und Beziehungsebene der menschlichen Kommunikation
* Beziehungsstreit-Konflikt

### Freitagnachmittag

* Gesprächsstress und Gelassenheit
* Wie entstehen Überempfindlichkeiten ("Knöpfe") und wie wirken sie sich im Gespräch aus?
* Wie kann man diese "Knöpfe" finden und auflösen?

### Samstagvormittag:

* Entwicklung persönlicher Strategien zur Kompensation der einge- schränkten Wahrnehmung auf dem visuellen Kanal
* Behandlung von Einzelfragen

### Samstagnachmittag

Wie stellt man sich auf kommende kritische Situationen mental ein?

### Zeit- und Selbstmanagement

* Analyse des eigenen Verhaltens bezüglich Zeiteinteilung
* Prioritäten richtig setzen
* Unterscheiden lernen zwischen „dringend“ und „wichtig“
* Zeitfallen erkennen und beseitigen
* Umgang mit Störungen
* Persönliche Leistungsrhythmen erkennen

### Sonntagvormittag:

* Fortsetzung vom Vortag
* Klärung von Einzelfragen
* Schlussrunde

Das Seminar endet nach dem Mittagessen. Für den Transfer zum Bahnhof Herrenberg sorgt das Tagungshaus.

## Organisatorisches

### Tagungshaus

Das berufliche Fortbildungsseminar findet statt im Tagungszentrum Gültstein, Schlossstr. 31, 71083 Herrenberg, Telefon: 07032 9720.

Das Tagungszentrum in Herrenberg-Gültstein bei Stuttgart ist in einem idyllischen Park gelegen und bietet Unterbringung in komfortablen Einzelzimmern mit Dusche und WC. Das Haus verfügt über eine Bar, Hallenschwimmbad, Sauna, Kneipp’sches Wassertretbecken und Kegelbahn. Vegetarische und Diätverpflegung ist möglich. Es ist auf die Bedürfnisse blinder und sehbehinderter Besucher eingerichtet und vermittelt eine warme Willkommensatmosphäre.

### Kosten

Die Seminargebühr inklusive Unterkunft im Einzelzimmer, Vollverpflegung und Seminargetränke und Obst beträgt für die das Vier-Tage-Seminar 780,00 Euro.

Für Begleitpersonen werden berechnet: 420,00 Euro. Begleitpersonen nehmen nicht aktiv am Seminar teil.

Nicht berufstätige Mitglieder des DVBS können bei Bedarf einen Zuschuss aus unserem Solidaritätsfonds beantragen. Bitte nehmen Sie Kontakt mit der Geschäftsstelle auf.

Alle Berufstätigen und diejenigen, die eine Ausbildung mit Anspruch auf Vergütung absolvieren, können bei berufsbezogenen Seminaren bei ihrem zuständigen Integrationsamt einen Antrag auf Kostenerstattung stellen. Die Förderfähigkeit ist beim Landeswohlfahrtsverband Hessen beantragt worden.

### Solidaritätsfonds:

Zur Unterstützung von z.B. Studierenden und Arbeitslosen hat der DVBS einen Solidaritätsfonds eingerichtet. Die Gelder aus dem Fonds dienen dazu, Personen, die eine Seminarteilnahme nicht von Kostenträgern finanziert bekommen, eine teilweise Erstattung von Kosten zu ermöglichen. Bitte tragen Sie mit Ihrer freiwilligen Spende dazu bei, dass aus diesem "Topf" bald vermehrt Vereinsmitglieder unterstützt werden können. Die Kontoverbindung lautet:

Bank für Sozialwirtschaft,   
IBAN: DE62 3702 0500 0007 0029 05, BIC: BFSWDE33XXX  
Stichwort "Solidaritätsfonds".

Sie erhalten selbstverständlich eine Spendenbescheinigung.

### Anmeldung:

Wir bitten um Anmeldung bis zum 29. September 2023 schriftlich oder per E-Mail ([axnick@dvbs-online.de](mailto:axnick@dvbs-online.de)) bei der Geschäftsstelle des DVBS (Herr Axnick). Sie können auch nach Anmeldeschluss anfragen, ob es noch freie Plätze gibt.

Zu der Veranstaltung angemeldet sind in der Regel nur diejenigen Personen, die innerhalb der Anmeldefrist das vollständig ausgefüllte Anmeldeformular der Geschäftsstelle zugeleitet haben. Übersteigt die Zahl die verfügbaren Plätze, so gilt für die Vergabe das Eingangsdatum des Anmeldebogens in der Geschäftsstelle des DVBS.

Nach Anmeldeschluss erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer weitere Informationen über die Unterkunft und die Anreisemöglichkeiten, die Rechnung sowie eine Liste der Teilnehmenden.

### Abmeldung:

Ein Rücktritt bis ein Monat vor Seminarbeginn ist ohne Begründung möglich. Es werden 85 % der vollen Teilnahmegebühr erstattet.

Bei späterer Abmeldung ist die volle Teilnehmergebühr fällig. Dies gilt nicht, wenn der/die Abmeldende eine Ersatzperson benennt, die sich verbindlich anmeldet.

Wird ein wichtiger Grund für die spätere Abmeldung nachgewiesen,, (Arbeitsunfähigkeit, dienstliche Unabkömmlichkeit, Notfälle im Bereich der häuslichen Lebensgemeinschaft) und der Rücktritt anerkannt, so werden 85 % der vollen Teilnahmegebühr erstattet.

### Absage durch den DVBS:

Von der Durchführung einer Veranstaltung ist nach den Richtlinien des DVBS in der Regel abzusehen, wenn die Bildungsmaßnahme nicht (annnähernd) kostendeckend durchgeführt werden kann. Die Teilnahmegebühr wird zurückerstattet. Das Gleiche gilt, wenn die Veranstaltung aus Gründen, die der DVBS zu vertreten hat, entfällt.

Absender

Name, Vorname:

Adresse und Telefon:

Geschäftsstelle des DVBS  
Frauenbergstraße 8  
35039 Marburg

## Anmeldung zum Fortbildungsseminar Gesprächsführung und Gelassenheit

vom 2. - 5. November 2023 in Herrenberg-Gültstein.

Hiermit teile ich mit, dass ich am oben genannten Seminar teilnehme.

Bitte Unzutreffendes streichen (oder löschen)

* Ich komme mit Begleitung: ja / nein
* Ich / Wir benötigen:
  + - 1 Einzelzimmer
    - 2 Einzelzimmer
    - 1 Doppelzimmer
* Ich möchte vegetarisches Essen: ja / nein
* Meine Begleitperson möchte vegetarisches Essen: ja / nein
* Ich komme mit Führhund: ja / nein
* Weitere besondere Bedarfe:

Nach Ablauf der Anmeldefrist erhalte ich eine Rechnung über den Tagungsbeitrag.

Mit Abgabe der Anmeldung erkläre ich mich einverstanden, dass meine Kontaktdaten in die Liste der Teilnehmenden aufgenommen und an alle Teilnehmenden verschickt werden (ggf. diesen Absatz streichen).

Ort und Datum:

Unterschrift:

Anmerkung: Sollten Sie das Formular per Mail schicken, ist die Anmeldung auch ohne Unterschrift verbindlich.