

**Arbeit und
Leben**

RHEINLAND-PFALZ

2022

Menschen bewegen Unternehmen

Workshops und Informationsveranstaltungen für Erwerbstätige

Workshops und Informationsveranstaltungen für Erwerbstätige



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 07
Über uns	Seite 08
Zielgruppe und Teilnahmebedingungen	Seite 09
Anmeldung	Seite 11
Online-Formate	Seite 12
Übersicht Termine 2022	Seite 48

Transformation und Digitalisierung

Frauen in Führung - Handlungsfähigkeit in Zeiten der Unsicherheit	Seite 16
Die VUCA-Welt verstehen und mit Herausforderungen umgehen	Seite 18
Fit für den Beruf - Digitale Grundkompetenzen	Seite 20
Mit Komplexität in der Arbeitswelt gekonnt umgehen	Seite 22
Agile Arbeitsformen	Seite 24
Welchen Weg will ich gehen? Zukunftswerkstatt für Menschen, die sich verändern (wollen)	Seite 26
Künstliche Intelligenz: Aktuelle Entwicklungen und ihre Auswirkungen auf die Arbeitswelt	Seite 28

Führung und Kommunikation

Online-Meetings gekonnt moderieren und Arbeitsprozesse gestalten	Seite 32
FRAUEN auf ihrem Weg: Gestaltung - Standing – Wirksamkeit - Eine Workshopreihe	Seite 34
Schwierige Gesprächssituationen souverän und konstruktiv meistern	Seite 38
Führung und Konflikt - Verantwortung, Handlungsmöglichkeiten und -grenzen im Umgang mit Konflikten als Führungskraft	Seite 40
Selbstcoaching - Sich selbst klären und führen mit dem Modell des Inneren Teams	Seite 42
Kollegiale Beratung - Eine effektive Methode kennenlernen und nutzen	Seite 44
Wie ticke ich? Wie tickt mein Team? Kommunikationstypen verstehen und einbinden	Seite 46
Führungsaufgabe Konfliktmanagement - Eine Workshop-Reihe zur Stärkung der Konfliktfähigkeit in der Führungsrolle	Seite 50

Diversity – Die Chance in der Gestaltung von Vielfalt

Online Nugget zur interkulturellen Kompetenzentwicklung - 6+1 Nuggets zur Interkulturalität	Seite 56
Diversity Frühstück - Gelingende Zusammenarbeit in multikulturellen Teams	Seite 60
Onboarding von internationalen Fachkräften - Wie gelingt eine gute und erfolgreiche Zusammenarbeit im neu zusammengesetzten Team?.....	Seite 62

Nachhaltigkeit in der Arbeitswelt 4.0

Nachhaltigkeit - Buzzword mit Substanz?	Seite 66
Nachhaltiges Arbeiten im digitalen Raum	Seite 68
Unser Büro wird nachhaltig! Praktische Ideen für mehr Nachhaltigkeit im Büro.....	Seite 69
Erfolgreich mit agilen Methoden!?	Seite 70
OKR in a nutshell	Seite 71
Change Impact - Unternehmenskultur versus Veränderung	Seite 72
New Leadership - Die Zukunft der Führung	Seite 73

Chancen des digitalen Büros - Das digitale (papierlose) Büro: Arbeitsabläufe optimieren - Prozesse verbessern	Seite 74
Herausforderungen des digitalen Büros - Das digitale (papierlose) Büro: Arbeitsabläufe optimieren - Prozesse verbessern	Seite 75
CIRCLES	Seite 76

Gesundheit und Resilienz

Der Rucksack ist voll - Grenzen ziehen und Kraft schöpfen	Seite 82
Das Leben meistern - Gesund, selbstwirksam und handlungsfähig!	Seite 84
Selbstfürsorge mit dem Inneren Team	Seite 86
Fit für den Beruf - Gesundheitliche Grundkompetenzen ..	Seite 88
UnternehmensWert:Mensch	Seite 90
Erweiterte Förderung beruflicher Weiterbildung in Rheinland-Pfalz	Seite 91
Arbeit und Leben vor Ort	Seite 92
Impressum	Seite 93
Bildnachweis	Seite 93

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Arbeitswelt befindet sich in einem umfassenden Wandel, wozu unbestritten die Corona-Krise, die digitale Transformation sowie die Entwicklung von New Work weiter vorangetrieben und ein Veränderungsklima ohnegleichen erzeugt hat.

Arbeitsabläufe und -vorgänge werden zunehmend automatisiert und nicht zuletzt die raschen Fortschritte beim Einsatz von Künstlicher Intelligenz führen auch zu neuen Tätigkeitsfeldern. Die Transformation bietet damit unter anderem die Chance für eine stärker an den individuellen Bedürfnissen der Erwerbstätigen ausgerichtete Arbeitswelt und eine insgesamt bessere Vereinbarkeit von Beruf und Freizeit. Gleichzeitig bestehen aber auch Risiken, so etwa durch eine zunehmende Entgrenzung von Arbeit oder steigende psychische Belastungen.

Bereits in der 6. Auflage unserer Angebotsbrochüre möchten wir in diesem Jahr insbesondere

Erwerbstätige bei der Bewältigung eben dieser Herausforderungen unterstützen und haben dafür gezielte Angebote zusammengefasst.

Auch in diesem Jahr werden wir einen Teil unserer Angebote online anbieten. So können wir Sie auch dann erreichen, wenn knappe Ressourcen oder erhöhtes Ansteckungsrisiko uns von Präsenzveranstaltungen Abstand nehmen lassen.

Wir begleiten Sie kompetent und fachlich dabei, sich mit den Fragen neuer Arbeitsformen, der damit einhergehenden Flexibilisierung und wirksamer Gesunderhaltungsstrategien auseinanderzusetzen. Wir stärken Sie ganzheitlich und gestalten mit Ihnen passgenaue Strategien, um die praxisnahen Veränderungen in Ihrem beruflichen Umfeld bzw. Betrieb nachhaltig zu implementieren. Darüber hinaus bieten wir Ihnen in unseren Workshops ganz gezielt die Möglichkeit, sich mit anderen Erwerbstätigen zu

vernetzen und auszutauschen. Dies hat sich insbesondere in der Krise als wichtige Stütze der Wirtschaft und Gesellschaft erwiesen.

So finden Sie in unserem Portfolio auch dieses Jahr kreative, aktivierende und motivierende Angebote, die Sie in die Lage versetzen, die aktuellen Herausforderungen zu tragen und die Transformationsprozesse mitzugestalten. Dies basiert selbstverständlich auf unserem ganzheitlichen, erfahrungs- und handlungsorientierten Lehr- und Lernverständnis und unserer jahrzehntelangen Erfahrung in der systemischen Beratung und Prozessbegleitung.

Sollten Sie sich über die konkreten Angebote hinaus für unsere Leistungen rund um Personal- und Organisationsentwicklung interessieren, sprechen Sie uns einfach an. Mit unseren landesweiten Zweigstellen können wir direkt auf Ihre Bedürfnisse eingehen und Sie passgenau unterstützen.

Auf unserer Homepage www.arbeit-und-leben.de finden Sie alle Angebote mit den entsprechenden Anmelde-möglichkeiten, Berichte vergangener Veranstaltungen, Dokumentationen, Bilder und auch Videos.

Und da der Digitalisierungsschub auch vor uns nicht Halt gemacht hat, finden Sie unsere Angebote sowie aktuelle Entwicklungen auch unter:

<https://www.facebook.com/arbeitundleben.rlp>

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Gabriele Schneidewind,
Geschäftsführerin

Über uns ...

Arbeit und Leben ist einer von sieben staatlich anerkannten Weiterbildungsträgern in Rheinland-Pfalz. 1973 aus einem Verbund der Volkshochschule und des Deutschen Gewerkschaftsbundes hervorgegangen, ist Arbeit & Leben politisch unabhängig und gemeinnützig.

Wir verfügen über jahrelange Erfahrung in der Kompetenzentwicklung von Unternehmen, im Projektmanagement, in der Prozessbegleitung sowie in der Durchführung von Seminaren, Workshops oder Informationsveranstaltungen.

Methodisch zeichnen sich unsere Angebote vielfach durch eine besondere Praxis- und Kommunikationsorientierung auf der Basis eines systemischen, handlungs- und prozessorientierten Ansatzes aus. Die Qualität unserer Arbeit wird regelmäßig von einer

unabhängigen Prüfstelle nach AZAV zertifiziert. Wir sind daher ein qualitätstestierter und zugelassener Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung.

Unsere Arbeit wird aus Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz, des Bundes und der Europäischen Union gefördert.

Mit unseren Zweigstellen in Mainz, Kaiserslautern, Koblenz, Worms und Trier sind wir flächendeckend in Rheinland-Pfalz vertreten und für Sie erreichbar.

Besuchen Sie uns in einem der nachfolgenden Workshops, auf einer (Fach-)Veranstaltung oder kontaktieren Sie uns für ein persönliches Inhouse-Beratungsgespräch. Hier können wir unsere Angebote individuell auf Ihre Bedürfnisse und Ihre Situation abstimmen. Gerne prüfen wir auch vorhandene Fördermöglichkeiten für Sie.

Zielgruppe & Teilnahmebedingungen

Durch die Förderung unserer Angebote mit EU-, Bundes- und/oder Landesmitteln ergeben sich einige formale Teilnahmebedingungen:

Zielgruppe: Unsere Veranstaltungen richten sich ausschließlich an Erwerbstätige aus Rheinland-Pfalz. Wir unterscheiden hier zwei Fördergebiete:

- 1. Region Trier:** Stadt Trier, Landkreise Bitburg-Prüm, Vulkaneifel, Bernkastel-Wittlich, Trier-Saarburg
Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in dieser Region können an den hierfür gekennzeichneten Veranstaltungen teilnehmen
- 2. Rheinland-Pfalz ohne die Region Trier:** Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in diesem Fördergebiet können an den entsprechend gekennzeichneten Veranstaltungen teilnehmen.

Zu Ihrer Orientierung dient die RLP-Karte: das Fördergebiet „Region Trier“ ist rot markiert und das Fördergebiet „Rheinland-Pfalz ohne die Region Trier“ ist blau markiert.



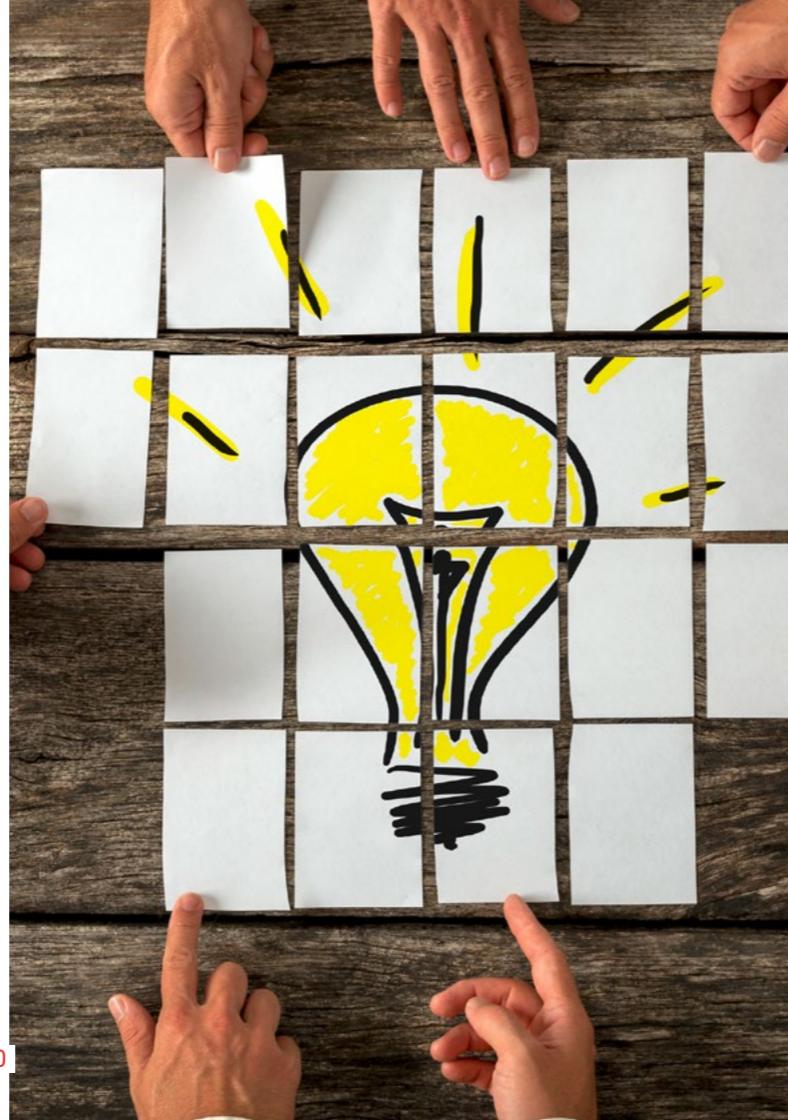
Formalitäten: Um an unseren Veranstaltungen mit Förderung durch EU-, Bundes- und/oder Landesmittel teilnehmen zu können, benötigen wir Ihre Einwilligung zur Datenerfassung, -verarbeitung und -nutzung personenbezogener Daten.

Dabei sind Ihr Name und Vorname, Ihre Adresse (mit Ausnahme der Postleitzahl) sowie die weiteren Kontaktdaten (Telefonnummer, E-Mail-Adresse) im EDV-Begleitsystem EurekaRLP 2020 nur für Arbeit und Leben gGmbH sicht- und lesbar.

Datenschutz: Ihre Daten werden zu statistischen Zwecken ausgewertet, um zu erheben, ob die Zielgruppe im Sinne der Förderer erreicht wurde. Diese und weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage:

www.arbeit-und-leben.de/datenschutz

Besuchen Sie uns in einem der nachfolgenden Workshops, auf einer (Fach-)Veranstaltung oder kontaktieren Sie uns für ein persönliches inhouse-Beratungsgespräch. Hier können wir unsere Angebote individuell auf Ihre Bedürfnisse und Ihre Situation abstimmen. Gerne prüfen wir auch vorhandene Fördermöglichkeiten für Sie.



Anmeldung

Anmeldefrist: Für alle Angebote gibt es eine Anmeldefrist. Die genauen Daten entnehmen Sie bitte den einzelnen Angebotsbeschreibungen.

Anmeldung: Bitte melden Sie sich online an unter <https://www.arbeit-und-leben.de/veranstaltungen/workshops-und-informationsveranstaltungen>



Die Berücksichtigung für die Teilnahme erfolgt entsprechend dem Eingang der Online-Anmeldungen. Nach der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Bestätigung.

Etwaige Teilnahmekosten entnehmen Sie bitte den einzelnen Angebotsbeschreibungen. Anfallende

Kosten (z.B. für Verpflegung) werden Ihnen vor der Veranstaltung in Rechnung gestellt.

Stornierung: Wir behalten uns vor, einzelne Veranstaltungen abzusagen, wenn die erforderliche Mindestteilnehmendenzahl nicht erreicht ist. Ein eventuell bereits gezahlter Teilnahmebeitrag wird Ihnen zurückerstattet.

Sollten Sie – trotz Anmeldung – zum Zeitpunkt der Veranstaltung verhindert sein, bitten wir um eine kurze Rückmeldung (Telefon oder E-Mail). Bis 15 Tage vor Beginn ist eine kostenfreie Stornierung möglich.

Danach müssen wir Ihnen die Teilnahmekosten in voller Höhe berechnen.

Online-Formate

2022 bieten wir einen Teil unserer Angebote online an. Unsere Online-Workshops und -Seminare zeichnen sich dadurch aus, dass uns – wie bei unseren Präsenzveranstaltungen – der Austausch und die Begegnung mit den Teilnehmenden sehr wichtig ist. Wir nutzen interaktive und abwechslungsreiche Methoden und Formate und ermöglichen Ihnen so auch im virtuellen Raum Kommunikations-, Lern- und Netzwerkmöglichkeiten.

Zoom

Zur Durchführung unserer Online-Formate verwenden wir „Zoom“, ein Dienst des US-Anbieters Zoom Video Communications, Inc.

Wir sind uns der Anforderungen bzgl. Datenschutz und IT-Sicherheit bewusst und unsere Trainer*innen sind entsprechend geschult.

Datenschutz und Formalitäten

Wir haben alle technischen Einstellungen vorgenommen, die Ihnen größtmöglichen Schutz und

Sicherheit bei der Nutzung von „Zoom“ garantieren.

Im Einzelnen:

- keinerlei Aufzeichnungen der Video- oder Chatverläufe
- Kontrolle des Zugangs über Passwörter und Warterräume
- keine Registrierung und/oder zusätzliche Software-Installation Ihrerseits erforderlich
- bei Veranstaltungen im Rahmen geförderter Projekte werden wir zum Nachweis der Teilnahme – nach Vorankündigung – Log-in-Protokolle und/oder Screenshots erstellen.

Detaillierte Informationen zum Datenschutz und „Zoom“ finden Sie auf unserer Homepage unter: www.arbeit-und-leben.de/datenschutz

Einige Präsenz Angebote können je nach Infektionsgeschehen als Online Format angeboten werden.

Unsere Angebote 2022

Transformation und Digitalisierung

Neben technischem Innovations- und Weiterentwicklungsdruck bringt die voranschreitende Digitalisierung für die Beschäftigten und die Unternehmen wesentliche Änderungen in der Organisation und Struktur der Arbeit.

Dabei verändern sich bestehende Gestaltungsaufgaben und neue kommen hinzu: sich wandelnde Organisationsformen hin zu einer flacheren Hierarchie, Agiles Projektmanagement, neue Chancen und Herausforderungen durch räumliche und zeitliche Flexibilisierung, steigende Arbeitsdichte und Arbeitstempo, der Wunsch nach mehr Lebensphasenorientierung oder neue Ansprüche an Kompetenzen und

Wissensmanagement. Hinter dem Schlagwort „Arbeit 4.0“ verbergen sich verschiedene Spannungsfelder, die Herausforderungen aber auch Chancen bedeuten.

Wir möchten Erwerbstätige und Unternehmer*innen dabei unterstützen, zusammen „gute Arbeit im digitalen Wandel“ zu gestalten. Nur wenn sie die Herausforderungen der digitalen Welt annehmen, können Erwerbstätige in Zeiten des Wandels ihre Arbeitsplätze und Beschäftigungen nachhaltig sichern. Mit unseren Angeboten bieten wir praktische Informationen rund um technische Möglichkeiten, zeigen gute Beispiele aus der Praxis, diskutieren

Herausforderungen und verdeutlichen Handlungsmöglichkeiten, die auch mit begrenzten zeitlichen, personellen oder finanziellen Ressourcen umsetzbar sind.

Besuchen Sie uns in einem der nachfolgenden Workshops, auf einer (Fach-)Veranstaltung oder kontaktieren Sie uns für ein persönliches Inhouse-Beratungsgespräch. Hier können wir unsere Angebote individuell auf Ihre Bedürfnisse und Ihre Situation abstimmen. Gerne prüfen wir auch vorhandene Fördermöglichkeiten für Sie.

Frauen in Führung

Handlungsfähigkeit in Zeiten der Unsicherheit

Pandemiebedingt leben wir nach wie vor in einem Ausnahmezustand... Veränderungen, Anpassungen, Umsteuerung sind zu unserem Alltag geworden. In unseren Arbeitszusammenhängen und im Privaten müssen wir mit Unsicherheiten leben und sind mit vielfachen Herausforderungen konfrontiert. Dies fordert uns auf ganz besondere und bisher unbekannte Weise. Doch wie schaffen wir das eigentlich?

Mit diesem Workshop laden wir Sie ein,

- Ihre persönliche Standortbestimmung vorzunehmen und zu identifizieren, was aktuell im beruflichen und privaten Kontext ansteht,
- Ihre Reaktionsmuster in Veränderungssituationen zu reflektieren,

- die Spielräume und Handlungsmöglichkeiten zu erkennen und
 - die eigene Wirksamkeit zu erhöhen.
- Die gegenseitige Unterstützung und der Austausch der Teilnehmenden untereinander bieten zusätzlich zahlreiche Anregungen für den eigenen Weg.

Wesentlich dabei sind uns die Fragen:

- Welche Ressourcen können Sie mobilisieren?
- Welche Ideen können Sie umsetzen?
- Was können Sie für Ihre berufliche Zukunft gestalten?
- Von welchen Erfahrungen können Sie wechselseitig profitieren?



Angebotsnummer: 6365

Datum: 05.04.2022

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 21.03.2022

Ort: **Online-Seminar, via Zoom**

Zielgruppe: Erwerbstätige Frauen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerin von Arbeit und Leben:
Edda Bauer (Prozessberaterin, Coach)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten: 70€

Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Die VUCA-Welt verstehen und mit Herausforderungen umgehen

Für eine Arbeitswelt, in der langfristiges Planen unmöglich erscheint und bewährte Lösungsrezepte nicht mehr funktionieren, wird die Abkürzung **VUCA** benutzt. Sie beschreibt eine Situation, die so unberechenbar, unsicher, komplex und ambivalent ist wie nie zuvor. Anhand von Beispielen soll greifbar und verständlich werden, wie sich **Volatilität**, **Ungewissheit**, **Complexity/Komplexität** und **Ambiguität** auf die heutige Arbeitswelt auswirken und welche Herausforderungen dadurch entstehen.

Wie kann es gelingen in der VUCA-Welt zu bestehen? Welche Strategien gibt es? Und welche Chancen ergeben sich, um sich zu verändern und Ziele zu verfolgen?

Inhalte:

- Was ist VUCA?
- Auswirkungen von VUCA auf unsere Arbeitswelt
- Strategien für den Umgang mit VUCA

Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Angebotsnummer: 6887
Datum: 27.04.2022
Zeit: 16:30 - 19:00 Uhr
Anmeldung bis: 13.04.2022
Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:
Karin Ernst-Betocchi (Zweigstellenleiterin, Prozessberaterin, Trainerin)
Dorothee Hoffmann (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Impulsveranstaltung inkl. Dokumentation

Kosten: 0€

Fit für den Beruf

Digitale Grundkompetenzen

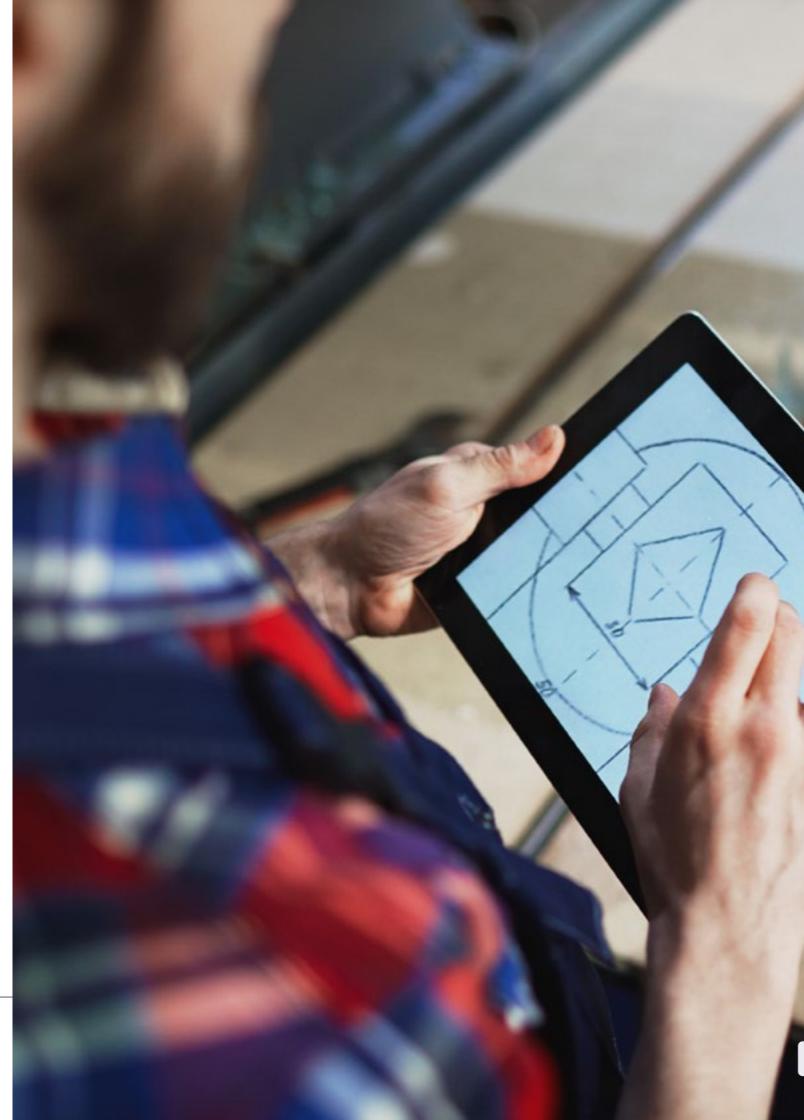
Digitale Grundkompetenzen sind heutzutage von kaum einem Arbeitsplatz wegzudenken – sei es bei der Bedienung von digitalen Endgeräten, bei der Nutzung von digitalen Zeiterfassungstools oder bei der Kommunikation mit Kolleg*innen und Kund*innen. Dies erstreckt sich außerdem über fast alle Branchen: in der Pflege beim Ausfüllen des Pflegeberichts am PC, in der Logistik bei der Inventur auf dem Tablet oder in der Hotellerie beim Beantworten von Kund*innen-E-Mails.

Was aber verstehen wir unter digitaler Grundbildung in der Arbeitswelt und welche digitalen Grundkompetenzen brauchen Beschäftigte, um ihre Arbeitsaufgaben erfolgreich bewältigen zu können? Auf welche besonderen Herausforderungen treffen Menschen

mit Grundbildungsbedarf aus unterschiedlichen Branchen und wie kann man diese unterstützen?

In dieser Online-Impulsveranstaltung wollen wir einen Einblick in das Thema ermöglichen und festhalten, welche digitalen Grundkompetenzen unabdingbar für das heutige Arbeitsleben in unterschiedlichen Branchen sind, mit besonderem Blick auf Arbeitsbereiche, in denen häufig An- und Ungelernte beschäftigt sind. Dabei zeigen wir auch, wie wir Beschäftigte dabei unterstützen können, diese Kompetenzen zu stärken und zu erweitern.

Die Veranstaltung wird im Rahmen des Projekts „BasisKomNet“ mit Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung gefördert (Förderkennzeichen: W1488AOG).



Angebotsnummer: 6081
Datum: 17.05.2022
Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr
Anmeldung bis: 10.05.2022
Ort: **Online-Seminar via Zoom**

Zielgruppe: Erwerbstätige und Multiplikator*innen aus ganz Rheinland-Pfalz

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:
Stefanie Heise (Prozess- und Bildungsberaterin)
Kristina Himmerlich (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Online-Impulsveranstaltung inkl. Dokumentation

Kosten: 0€

Mit Komplexität in der Arbeitswelt gekonnt umgehen

Strategien zur Lösung von Problemen

Wir möchten uns als selbstwirksam und handlungsfähig erleben. Gleichzeitig gestaltet sich die Arbeitswelt so unberechenbar, unsicher, komplex und ambivalent wie niemals zuvor.

In den unterschiedlichsten Arbeitsfeldern sind neue Fähigkeiten und Problemlösungskompetenzen gefordert.

Der Workshop gibt Ihnen die Möglichkeit,

- sich einen Überblick über die Herausforderungen zu verschaffen, mit denen Sie konfrontiert sind,
- ein Verständnis zu entwickeln, wie Probleme miteinander in Verbindung stehen,
- Strategien zur Entwicklung von Lösungen kennenzulernen, die die eigenen Handlungsspielräume und Ressourcen in den Fokus rücken.

Inhalte:

- Methoden zur Identifikation und Analyse von Problemen
- Phasen der Problemlösung
- Methoden zur Entwicklung von Zielen
- Welche Methode passt zu mir und meinen Problemen?
- Woran erkenne ich, dass ich auf dem Weg der Lösung bin?

Ziele:

- Komplexe Probleme analysieren
- Strategien zur Lösung komplexer Probleme kennenlernen und einsetzen können
- Problemlösekompetenz ausbauen

Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG



Angebotsnummer: 6886

Datum: 11.05.2022

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr

Anmeldung bis: 27.04.2022

Ort: Landau

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Karin Ernst-Betocchi (Zweigstellenleiterin, Prozessberaterin, Trainerin)

Dorothee Hoffmann (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Fachworkshop inkl. Dokumentation, Tagungsgetränke

Kosten: 40€

Agile Arbeitsformen

Immer mehr Unternehmen nutzen agile Arbeitsformen, um den Herausforderungen einer zunehmend komplexen und dynamischen Welt zu begegnen. Sie suchen selbst eine Möglichkeit, Agiles Arbeiten praktisch kennenzulernen? Dieser Workshop vermittelt Ihnen in einem lebendigen und interaktiven Format die wichtigsten agilen Konzepte und Methoden für die tägliche Arbeit. Das versetzt Sie in die Lage, agile Ansätze auf Basis eigener Erfahrungen in Ihrem Unternehmen oder Ihrer Organisation einzusetzen. Was ist erforderlich für eine erfolgreiche und nachhaltige Arbeit mit agilen Prozessen und Strukturen? Wie sehen agile Arbeitsformen aus? Welche konkreten Methoden gibt es? Welche dieser Methoden können Sie selbst ganz individuell nutzen? Mit welchen Herausforderungen sehen Sie sich in Ihrer Arbeit konfrontiert und inwiefern kann Agilität eine Lösung für auftretende Probleme darstellen? Im Workshop

gehen wir auf diese Fragen ein und bieten Ihnen einen Einblick in die Welt der agilen Arbeitsformen.

Inhalte:

- Die VUCA-Welt
- Der agile Kulturwandel
- Agile Prozesse und Strukturen
- Klassisches Projektmanagement vs. Agiles Projektmanagement
- Zusammenarbeit und Kommunikationstools im agilen Kontext
- Methoden im Agilen Arbeiten
 - » Scrum
 - » Liberating Structures
 - » Kanban
 - » Design Thinking



Angebotsnummer: 6888

Datum: 14.09.2022

Zeit: 10:00 - 16:00 Uhr

Anmeldung bis: 26.08.2022

Ort: Ingelheim

Zielgruppe: Führungskräfte, Personaler*innen, Betriebs- / Personalräte, Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Karin Ernst-Betocchi (Zweigstellenleiterin, Prozessberaterin, Trainerin)

Dorothee Hoffmann (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten: 70€ zzgl. Tagungsverpflegung

Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Welchen Weg will ich gehen?

Zukunftswerkstatt für Menschen, die sich verändern (wollen)

„Die Zukunft soll man nicht voraussehen wollen, sondern möglichst machen.“ (Antoine de Saint-Exupéry)

Welche Ziele und Bedürfnisse habe ich und wie kann ich sie umsetzen? Welche Stärken machen mich aus und wie kann ich sie nutzen? Diese Fragen sind für Erwerbstätige gerade in Zeiten der Transformation und der Unsicherheit relevant.

Die Zukunftswerkstatt bietet einen klar strukturierten und gleichzeitig offenen Rahmen, in dem Sie ganz auf sich und Ihre Situation schauen. Der Start ist die Bestandsaufnahme Ihrer Situation. Im nächsten Schritt entsteht unter Anwendung von Visualisierungs-, Brainstorming- und Kreativmethoden ein Bild von der Zukunft. Auf diesem aufbauend, entwickeln Sie konkrete Realisierungsansätze. Im moderierten Prozess der Zukunftswerkstatt

unterstützen wir Sie mit Hilfe unterschiedlicher Methoden und Techniken dabei, sich Ihrer Zukunftswünsche und -konzepte bewusst zu werden und kreative Ansätze zur Umsetzung zu entwickeln.

Inhalte:

- Phasen der Zukunftswerkstatt
- Aktive Auseinandersetzung mit meiner Situation
- Entwicklung eines Zukunftsbilds
- Erarbeiten von Lösungsansätzen
- Methoden der Zielerreichung
- Entwicklung von positiven Ankern zur Umsetzung

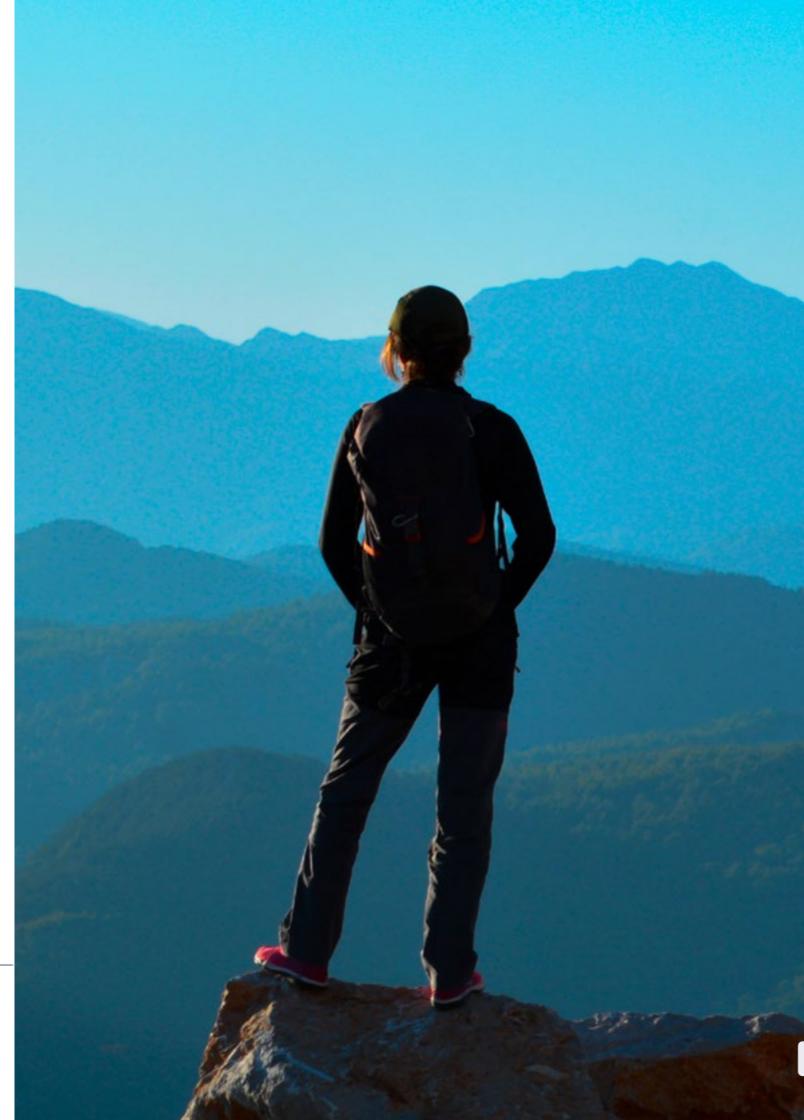
Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG



Angebotsnummer: 6367

Datum: 15.09.2022

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 01.09.2022

Ort: Eisenberg (Pfalz)

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:
Susanne Lörx (Prozessberaterin, Mediatorin, Coach)
Edda Bauer (Prozessberaterin, Coach)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten: 70€ zzgl. Tagungsverpflegung

Künstliche Intelligenz:

Aktuelle Entwicklungen und ihre Auswirkungen auf die Arbeitswelt

Künstliche Intelligenz (KI) gilt als die entscheidende Technologie des frühen 21. Jahrhunderts. Sie ist längst ein fester Bestandteil unseres Lebens und wirkt sich jeden Tag auf viele verschiedene Arten auf uns aus – unabhängig davon, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. KI bezeichnet Anwendungen, bei denen Maschinen Daten auswerten, um menschenähnliche Intelligenzleistungen zu erbringen. Mit zunehmendem Einsatz dieser Technologien gehen große Veränderungen der Arbeitswelt einher. Wie sehen diese Veränderungen genau aus? Welche Aufgaben werden schon jetzt von intelligenten Technologien übernommen und welche zukünftigen Entwicklungen sind zu erwarten? Während manche die Hoffnung in KI setzen, die Arbeitswelt angenehmer zu machen, sehen andere sie als Bedrohung an.

In dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie in einem Fachvortrag einen Überblick über aktuelle Entwicklungen und Auswirkungen von KI. Anschließend diskutieren wir über Chancen und Risiken der KI, unseren Alltag und das Arbeitsumfeld betreffend. Wie wollen wir selbst mit Veränderungen im Zusammenspiel von Mensch und Maschine umgehen?

Inhalte:

- Was ist Künstliche Intelligenz?
- Welche Trends und Entwicklungen sind im Einsatz von KI erkennbar?
- Welche Chancen und Risiken sowie ethische Fragen sind mit dem Einsatz KI verbunden?
- Wie beeinflusst KI unser eigenes Arbeitsumfeld und wie wollen wir damit umgehen?



Angebotsnummer: 6889

Datum: 12.10.2022

Zeit: 16:30 - 19:00 Uhr

Anmeldung bis: 30.09.2022

Ort: **Online-Seminar via Zoom**

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:
Dorothee Hoffmann (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten: 0€

Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Führung und Kommunikation

Durch die Transformation der Arbeitswelt rückt gelungene Kommunikation – für Erwerbstätige und gerade für Führungskräfte – noch stärker in den Fokus. Heterogene Teams, komplexere Aufgaben und Strukturen, sich rasch ändernde Rahmenbedingungen und Kund*innenwünsche – die Fähigkeit, erfolgreich, präzise und wertschätzend zu kommunizieren, ist entscheidend für das eigene Berufsleben.

Mit Unterstützung von Modellen, Selbstreflexion und Austausch in der Gruppe qualifizieren wir Erwerbstätige und Führungskräfte, sich selbst und andere besser zu verstehen. Die grundlegenden

Kommunikationsmodelle schaffen eine Basis, sich Situationen und Gesprächskonstellationen bewusst zu machen und sich flexibel auf das Gegenüber einstellen zu können.

Die Fähigkeit zur Selbstreflexion sowie zur Einschätzung der Situation und des Gegenübers verringert Missverständnisse und Konflikte, unterstützt Führungskräfte und Erwerbstätige. Sie ist der Schlüssel für wertschätzende und zielführende Kommunikation. Dabei sind uns Authentizität, Aufrichtigkeit und Empathie genauso wichtig, wie die Auseinandersetzung mit Kommunikationsmodellen, der Austausch

in der Gruppe sowie Übungssequenzen.

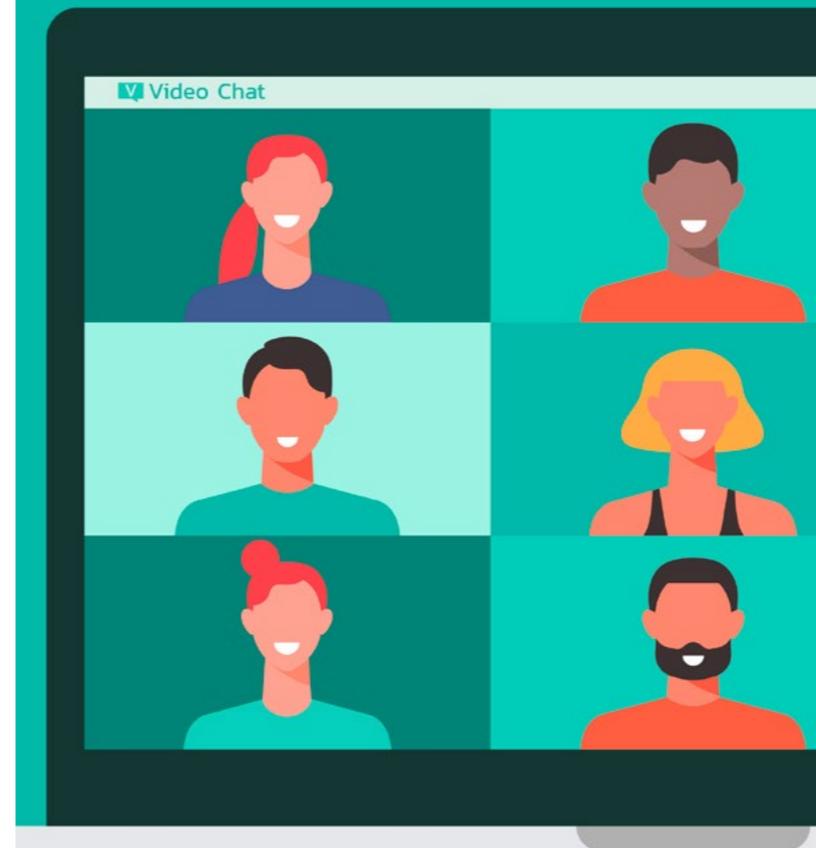
Besuchen Sie uns in einem der nachfolgenden Workshops, auf Informationsveranstaltungen oder kontaktieren Sie uns für ein persönliches Beratungsgespräch. Hier können wir unsere Angebote individuell auf Ihre Bedürfnisse und Ihre Situation abstimmen. Gerne prüfen wir auch vorhandene Fördermöglichkeiten für Sie.

Online-Meetings gekonnt moderieren und Arbeitsprozesse gestalten

Moderation ist mehr als Diskussionsleitung. Gekonnte Moderation sorgt gezielt dafür, dass sich alle Teilnehmenden mit ihren Ideen einbringen können und strukturiert und ergebnisorientiert zusammenarbeiten. Sie achtet auf die Umsetzbarkeit der Ergebnisse, ebenso wie auf gruppendynamische Prozesse. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie diesen hohen Anforderungen als Moderator*in auch im Online-Meeting gerecht werden können. Ausgehend von einer Einführung in die Grundideen und das Vorgehen der Moderations-Methode beschäftigen wir uns mit praktischen Möglichkeiten, diese im Online-Format anzuwenden.

Inhalte:

- Die Moderations-Methode als Kompass für erfolgreiche und effektive Besprechungen
- Die besonderen Herausforderungen an Moderator*innen in der Online-Zusammenarbeit
- Techniken, Tipps und Tricks für die Moderation kreativer und effektiver Online-Meetings
- Praktische Übungen zur Anwendung



Angebotsnummer: 6896
Datum: 04.05.2022
Zeit: 10:00 - 15:00 Uhr
Anmeldung bis: 20.04.2022
Ort: *Online-Seminar via Zoom*

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:
Dorothee Hoffmann (Prozess- und Bildungsberaterin)
Susanne Lörx (Prozessberaterin, Mediatorin, Coach)

Leistungen: Fachworkshop inkl. Dokumentation

Kosten: 40€

FRAUEN auf ihrem Weg

Gestaltung - Standing - Wirksamkeit

Mit diesen offenen Angebotsformaten wollen wir Frauen ein inspirierendes Forum bieten, sich zu qualifizieren, unterschiedliche Perspektiven einzubringen und sich gegenseitig zu unterstützen. Frauen haben schon immer gute Strategien entwickelt, um die Lebens-Herausforderungen zu meistern. Wir möchten Frauen bestärken, mit diesen Fähigkeiten noch sichtbarer zu werden.

Daher bieten wir Ihnen folgende Workshops an: (Sie können die gesamte Reihe buchen oder einzelne Workshops auswählen.)

1. Kick-off: FRAUEN auf ihrem Weg: Gestaltung - Standing - Wirksamkeit

(Angebotsnummer: 6510)

Mit diesem Auftakt laden wir Sie ein, das

Portfolio der nachfolgenden Workshops mitzugestalten, kompetente Frauen kennenzulernen und wir eröffnen Ihnen mit einer interaktiven Methode einen Blick auf Ihre Kompetenzen und Ideen. Gehen Sie danach gerne gestärkt in die Auswahl der nachfolgenden Workshops.

2. Fachworkshop: Meine Rolle, mein Gestaltungswille (Angebotsnummer: 6511)

In diesem Workshop befassen Sie sich mit Ihren Werten und Ihrer Rolle. Aufbauend auf der Werteorientierung erkunden Sie Ihren Gestaltungswillen und Ihre Spielräume, um Ihre Strategien, Inhalte und Menschen voranzubringen.

3. Fachworkshop: Veränderungen annehmen und mutig gestalten (Angebotsnummer: 6512)

Aktuell erleben wir einen beschleunigten und tiefgreifenden Wandel. Verändert sind die Arbeitsorte, die Kommunikationswege, die digitalen Möglichkeiten und vieles mehr. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir Ihren Standort bestimmen, die Zukunft in den Blick nehmen und mutig die nächsten Schritte umsetzen.

4. Fachworkshop: Mich besser positionieren und mir Gehör verschaffen (Angebotsnummer: 6513)

Sie reflektieren Ihr Kommunikationsverhalten und üben, sich in Meetings und Gesprächen Gehör zu verschaffen und klare Positionen zu formulieren. Die mentale Vorbereitung auf Gespräche und Ihre Körpersprache sind Teil des Workshops.

5. Fachworkshop: Nachhaltigkeit und Zukunftsorientierung leben (Angebotsnummer: 6514)

Die Zukunft des gemeinsamen Arbeitens, Wirtschaftens und Lebens braucht Wertmaßstäbe, die soziale, wirtschaftliche und ökologische Nachhaltigkeit ermöglichen. In diesem Workshop können Sie sich mit den Wertmaßstäben, praktischen Ansätzen und Ihren Umsetzungsideen befassen.

6. Fachworkshop: Konflikte und schwierige Gespräche (Angebotsnummer: 6515)

Im Arbeitsalltag investieren wir einen großen Teil unserer Energie in Konflikte. In diesem Workshop werden Konflikte als hilfreiche Signale für Veränderungen betrachtet. Sie befassen sich mit Konflikttypen und Gesprächsführungsstrategien.

Damit nachhaltige Vertiefungen für Sie möglich sind, bieten wir nach **Bedarf Peer-Coachings** an. Sie erhalten Impulse und Materialien und können sich mit interessierten Partnerinnen individuell austauschen.



Kick-off #1

Frauen auf ihrem Weg: Gestaltung -

Standing - Wirksamkeit

Angebotsnummer: 6510

Datum / Zeit: 07.04.22 15:00 - 17:00Uhr

Anmeldung bis: 24.03.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Fachworkshop #2

Meine Rolle, mein Gestaltungswille

Angebotsnummer: 6511

Datum / Zeit: 12.05.2022 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 28.04.2022

Ort: Eifel

Fachworkshop #3

Veränderungen annehmen und mutig gestalten

Angebotsnummer: 6512

Datum / Zeit: 28.06.2022 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 14.06.2022

Ort: Eifel

Fachworkshop #4

Mich besser positionieren und mir Gehör

verschaffen

Angebotsnummer: 6513

Datum / Zeit: 13.07.2022 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 29.06.2022

Ort: Eifel

Fachworkshop #5

Nachhaltigkeit und Zukunftsorientierung leben

Angebotsnummer: 6514

Datum / Zeit: 28.09.2022 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 14.09.2022

Ort: Eifel

Fachworkshop #6

Konflikte und schwierige

Gespräche

Angebotsnummer: 6515

Datum / Zeit: 10.11.2022 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 27.10.2022

Ort: Eifel



Zielgruppe: Erwerbstätige Frauen mit Wohn- oder Arbeitsort in den Landkreisen Vulkaneifel, Berncastel-Wittlich, Trier-Saarburg, Eifelkreis Bitburg-Prüm und der Stadt Trier

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Ann-Katrin Herold (Prozessberaterin, Coach)

Edda Bauer (Prozessberaterin, Coach)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten:

Kick-off #1 und Fachworkshop #4: kostenfrei
Fachworkshop #2, #3, #5, #6: jeweils 70€ zzgl. Tagungsverpflegung

Schwierige Gesprächssituationen souverän und konstruktiv meistern

In jedem Berufsalltag gibt es herausfordernde Gesprächssituationen, z.B. Ärger mit Kolleg*innen, unfreundliche oder gar aggressive Kund*innen oder die Aufgabe, Unangenehmes mit jemandem besprechen zu müssen. Was genau schwierig ist, ist dabei für jede*n unterschiedlich. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit Merkmalen schwieriger Gespräche – allgemein und individuell. Sie lernen Möglichkeiten kennen, sich in schwierigen Situationen selbst zu steuern und möglichst konstruktiv zu agieren. Sie bekommen Gelegenheit, Gesprächstechniken anhand praktischer Beispiele aus dem eigenen Alltag zu erproben. So erweitern Sie Ihr Handlungsrepertoire für einen souveränen und konstruktiven Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen.

Inhalte:

- Merkmale schwieriger Gespräche aus kommunikationspsychologischer Sicht
- Souverän agieren heißt: sich selbst kennen und für sich sorgen
- Ärger konstruktiv ausdrücken
- Konstruktiver Umgang mit verbalen Angriffen
- Schwierige Gespräche führen heißt vor allem: gut zuhören
- Austausch über konkrete Anliegen der Teilnehmenden



Dieser Workshop wird zweimal angeboten.

Termin 1

Angebotsnummer: 6898

Datum: 19.05.2022

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr

Anmeldung bis: 05.05.2022

Ort: Kaiserslautern

Termin 2

Angebotsnummer: 6899

Datum: 29.11.2022

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr

Anmeldung bis: 15.11.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:
Susanne Lörx (Prozessberaterin, Mediatorin, Coach)
Edda Bauer (Prozessberaterin, Coach)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten: 40€

Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Führung und Konflikt

Verantwortung, Handlungsmöglichkeiten und -grenzen im Umgang mit Konflikten als Führungskraft

Wo Menschen zusammenarbeiten, entstehen Konflikte. Wenn sie als wichtige Hinweise auf Veränderungsbedarfe konstruktiv genutzt werden, können sie für die Organisation sehr hilfreich sein. Werden sie jedoch ignoriert, besteht die Gefahr, dass sie eskalieren - Menschen und Arbeitserträge leiden. Ein kluger Umgang mit Konflikten ist daher zentrale Führungsaufgabe.

Diese Veranstaltung stellt Modelle vor, um Konflikte und ihre Dynamiken im Arbeitskontext besser zu verstehen. Sie gibt einen Überblick über Handlungsmöglichkeiten von Führungskräften, mit Konflikten in ihrem Verantwortungsbereich klar, entschieden und konstruktiv umzugehen. Dazu gehört auch, sich der Grenzen der eigenen Verantwortung und Fähigkeiten bewusst zu sein.

Inhalte:

- Konflikte in Organisationen – Chancen und Risiken
- Konfliktursachen und -dynamiken
- Konfliktstrategien in der Führungsrolle
- Der mediative Führungsstil: der Nutzen von Mediation für die Führungsrolle

Neben Impulsen durch die Referentinnen bekommen Sie die Gelegenheit, sich zu eigenen Fragen und Erfahrungen auszutauschen.

Die Veranstaltung gibt zugleich einen Überblick über die Inhalte der Workshop-Reihe „Führungsaufgabe Konfliktmanagement“ (siehe Seiten 50–53).

Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG



Angebotsnummer: 6890

Datum: 22.06.2022

Zeit: 15:30 - 18:00 Uhr

Anmeldung bis: 08.06.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Zielgruppe: Führungskräfte mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerin von Arbeit und Leben:
Susanne Lörx (Prozessberaterin, Mediatorin, Coach)

Leistungen: Impulsveranstaltung inkl. Dokumentation

Kosten: 0,00€

Selbstcoaching

Sich selbst klären und führen mit dem Modell des Inneren Teams

Immer wieder stehen wir vor Entscheidungen, bei denen sich in uns verschiedene, zum Teil gegensätzliche, Impulse melden. Solche inneren Dialoge können flüchtig oder quälend sein – so oder so sind sie der Normalfall. Wer aufmerksam in sich hinein hört, kann sie nutzen, um gute und stimmige Entscheidungen zu treffen. Dazu dient das Modell des Inneren Teams (Schulz von Thun). Es nutzt das Bild des Teams, um die eigene innere Dynamik besser zu verstehen und einen achtsamen Umgang mit sich selbst zu unterstützen. Alle inneren Impulse werden wie „Teammitglieder“ wahrgenommen, gehört und bei der Entscheidungsfindung berücksichtigt - so, wie wir es in einem guten Team mit anderen Menschen auch täten.

Das Seminar stellt das Modell des Inneren Teams und seine praktische Anwendung vor. So können Sie es künftig nutzen, um sich in Entscheidungs- und Konfliktsituationen selbst zu klären und zu führen.

Inhalte:

- Das Modell des Inneren Teams
- Eigene Fragestellungen für die Arbeit mit dem Inneren Team lösungsorientiert formulieren
- Das Innere Team erheben
- Innere Dynamiken verstehen
- Die Rolle der „Teamleitung“ oder des „Oberhauptes“
- Übungen zur Anwendung des Modells

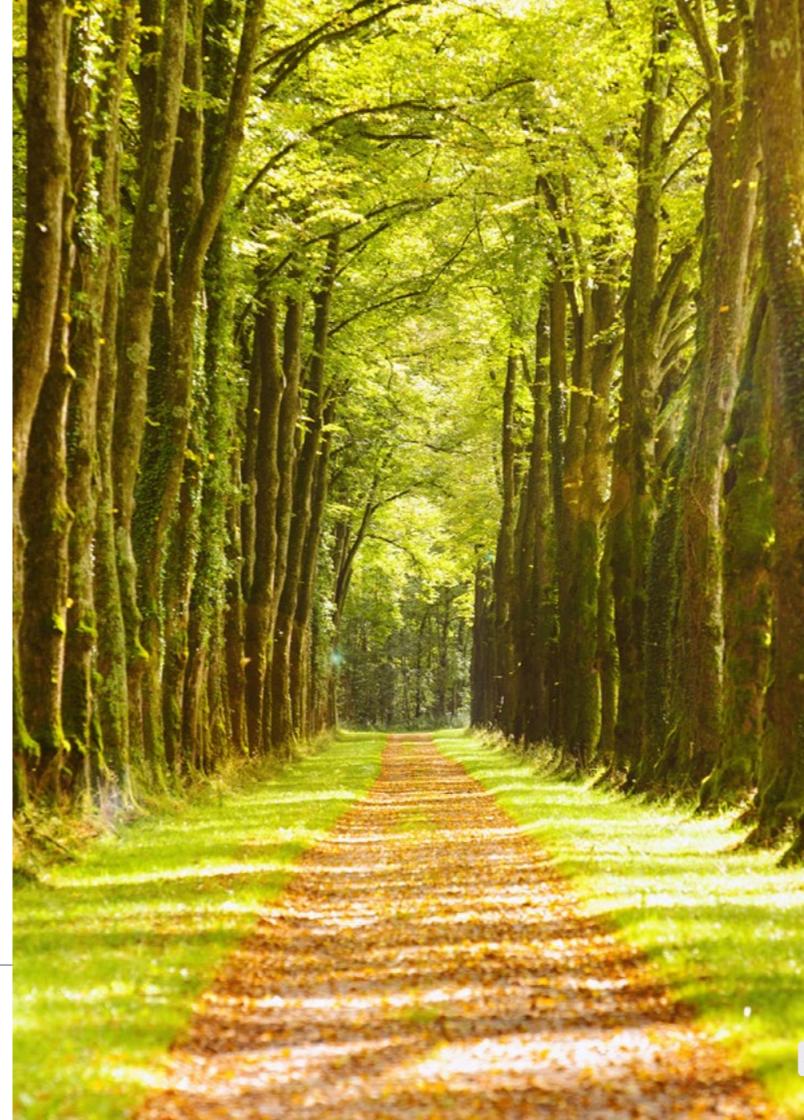
Gefördert im Rahmen des Projektes "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG



Angebotsnummer: 6897
Datum: 05.07.2022
Zeit: 10:00 - 16:00 Uhr
Anmeldung bis: 21.06.2022
Ort: Koblenz

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:
Dorothee Hoffmann (Prozess- und Bildungsberaterin)
Susanne Lörx (Prozessberaterin, Mediatorin, Coach)

Leistungen: Fachworkshop inkl. Dokumentation

Kosten: 70€ zzgl. Tagungsverpflegung

Kollegiale Beratung

Eine effektive Methode kennenlernen und nutzen

Kollegiale Beratung ist eine effektive Methode, um mit Unterstützung des Beratungsteams neue Ideen und mögliche Lösungsansätze für die Herausforderungen des Arbeitsalltages zu finden. Das klar strukturierte und moderierte Verfahren der Kollegialen Beratung hilft, neue Perspektiven einzunehmen und Lösungen zu generieren. Sie professionalisieren Ihr berufliches Handeln und entwickeln Handlungsperspektiven. Alle Mitwirkenden profitieren von den Anregungen für ähnlich gelagerte Probleme.

Inhalte:

- Überblick über Voraussetzungen, Methodik, Phasen und Rollen
- Fragetechniken für die Kollegiale Beratung
- Intensives Üben von Kollegialer Beratung anhand von Fällen der Teilnehmenden

- Anwendungsfelder, Grenzen in der Anwendung und Tipps für die Durchführung
- Auswertung/Reflexion in der Gruppe

Ziele

- Entwicklung der Kompetenzen zu qualifizierter Kollegialer Beratung
- Stärkung des eigenen Beratungs- und Coaching-Potenzials
- Lernen von und mit anderen
- Unterstützung in herausfordernden Situationen
- Verbesserung der Kommunikation und Interaktion

Um die Methode umfassend kennenzulernen, üben Sie im Workshop anhand von Ihren realen Fällen mehrfach praktisch und reflektieren die damit einhergehenden Einsichten.

Gefördert im Rahmen der Projekte "QuiWa - Qualifizierung im Wandel" und "LUZI - Lernen und Zukunft innovativ gestalten" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Das Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6366

Datum: 07.07.2022

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 23.06.2022

Ort: Kaiserslautern

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Angebotsnummer: 6516

Datum: 08.09.2022

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 25.08.2022

Ort: Region Trier / Eifel

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in den Landkreisen Vulkaneifel, Bernkastel-Wittlich, Trier-Saarburg, Eifelkreis Bitburg-Prüm und der Stadt Trier

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Edda Bauer (Prozessberaterin, Coach)

Susanne Lörx (Prozessberaterin, Mediatorin, Coach)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten: jeweils 70€ zzgl. Tagungsverpflegung

Wie ticke ich? Wie tickt mein Team?

Kommunikationstypen verstehen und einbinden

Menschen wollen immer schon ergründen, wer sie sind. Wie bin ich? Wie sehen mich andere? Wie passe ich in den Kreis meiner Kolleg*innen?

Macher*innen und Expressive, Verbindliche und Analytiker*innen - alle Typen ticken anders und brauchen etwas anderes von ihrem Gegenüber.

In diesem Workshop können die Teilnehmenden anhand der Typologie ihre persönliche Wirkungsweise erkunden und sich dabei noch besser mit ihren persönlichen Präferenzen beschäftigen. Aus der Selbstreflexion wird auch die Wirkung auf andere genauer beleuchtet. Das Feedback der Gruppe und die Reflexion des Arbeitskontextes ermöglichen es, sowohl die eigenen Stärken als auch die besonderen Bedürfnisse der „Typen“ hilfreich und wertschätzend zu betrachten.

Inhalte:

- Wie ticke ich? Welcher Typ bin ich?
- Wo liegen meine Kompetenzen und Präferenzen?
- Was sind meine persönlichen Ressourcen, die ich als „Typ“ mitbringe?
- Was macht mich stark und wie gehe ich mit diesem Wissen um?
- Wie ticken andere?
- Was bedeutet das ggf. für mich als Teamleitung, Führungskraft oder im Gespräch mit Kund*innen/Kolleg*innen?
- Was braucht mein Gegenüber von mir?



Angebotsnummer: 6517

Datum: 19.07.2022

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 05.07.2022

Ort: Region Trier / Eifel

Zielgruppe: Erwerbstätige, insbesondere Führungs- und Fachkräfte mit Wohn- oder Arbeitsort in den Landkreisen Vulkaneifel, Berncastel-Wittlich, Trier-Saarburg, Eifelkreis Bitburg-Prüm und der Stadt Trier

Ansprechpartnerin von Arbeit und Leben:
Edda Bauer (Prozessberaterin, Coach)

Leistungen: Workshop inkl. Dokumentation

Kosten: 70€ zzgl. Tagungsverpflegung

Gefördert im Rahmen des Projektes "LUZI - Lernen und Zukunft innovativ gestalten" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Übersicht Termine 2022

März

- 10.03. Online Nugget - Identität #6241 (S.56)
- 30.03. Nachhaltigkeit - Buzzword mit Substanz? #6061 (S.66)

April

- 05.04. Frauen in Führung #6365 (S.16)
- 07.04. Frauen auf ihrem Weg: Gestaltung - Standing - Wirksamkeit #6510 (S.34)
- 07.04. Online Nugget - Kultur und interkulturelle Kompetenz #6242 (S.56)
- 07.04. Der Rucksack ist voll - Grenzen ziehen und Kraft schöpfen #6953 (S.82)
- 08.04. Nachhaltiges Arbeiten im digitalen Raum #6063 (S.68)

- 08.04. Unser Büro wird nachhaltig! #6065 (S.69)
- 12.04. Das Leben meistern - Gesund, selbstwirksam und handlungsfähig! #6951 (S.84)
- 27.04. Die VUCA-Welt verstehen und mit Herausforderungen umgehen #6887 (S.18)
- 28.04. Fit für den Beruf #6531 (S.88)
- 28.04. Online Nugget: Interkulturelle Kommunikation #6244 (S.56)
- 29.04. Change Impact #6075 (S.72)
- 29.04. New Leadership #6077 (S.73)

Mai

- 04.05. Online-Meetings gekonnt moderieren und Arbeitsprozesse gestalten #6896 (S.32)

- 06.05. Erfolgreich mit agilen Methoden!? #6071 (S.70)
- 06.05. OKR in anutshell #6073 (S.71)
- 11.05. Mit Komplexität in der Arbeitswelt gekonnt umgehen #6886 (S.22)
- 12.05. Meine Rolle, mein Gestaltungswille #6511 (S.34)
- 17.05. Fit für den Beruf #6081 (S.20)
- 19.05. Schwierige Gesprächssituationen souverän und konstruktiv meistern #6898 (S.38)
- 19.05. Online Nugget: Vielfalt - nur Bilder im Kopf!? #6245 (S.56)
- 20.05. Chancen des digitalen Büros #6067 (S.74)
- 20.05. Herausforderungen des digitalen

- Büros #6069 (S.75)
- 31.05. Diversity Frühstück #6230 (S.60)

Juni

- 09.06. Online Nugget: Perspektivvielfalt – Fallanalyse #6229 (S.56)
- 22.06. Führung und Konflikt #6890 (S.40)
- 22.06. Nachhaltigkeit - Buzzword mit Substanz? #6062 (S.66)
- 28.06. Online Nugget: Kulturdimensionen – Werteorientierungen #6231 (S.58)
- 28.06. Veränderungen annehmen und mutig gestalten #6512 (S.34)

Juli

- 04.07. Unser Büro wird nachhaltig! #6066 (S.69)
- 04.07. Nachhaltiges Arbeiten im digitalen Raum #6064 (S.68)
- 05.07. Selbstcoaching #6897 (S.42)
- 07.07. Präsenztage - Interkulturelle Kompetenzentwicklung #6232 (S.58)
- 07.07. Kollegiale Beratung #6366 (S.44)
- 13.07. Mich besser positionieren und mir Gehör verschaffen #6513 (S.35)
- 18.07. Change Impact #6076 (S.72)
- 18.07. New Leadership #6078 (S.73)
- 19.07. Wie ticke ich? Wie tickt mein Team? #6517 (S.46)
- 19.07. Selbstfürsorge mit dem Inneren Team #6955 (S.86)

August

- 24.08. Der Rucksack ist voll - Grenzen ziehen und Kraft schöpfen #6954 (S.82)

September

- 05.09. Erfolgreich mit agilen Methoden!? #6072 (S.70)
- 05.09. OKR in a nutshell #6074 (S.71)
- 08.09. Online Nugget - Identität #6234 (S.56)
- 08.09. Kollegiale Beratung #6516 (S.44)
- 14.09. Agile Arbeitsformen #6888 (S.24)
- 15.09. Welchen Weg will ich gehen? #6367 (S.26)
- 19.09. Herausforderungen des digitalen Büros #6070 (S.75)

- 19.09. Chancen des digitalen Büros #6068 (S.74)
- 21.09. Digital-Office-CIRCLE #6094 (S.76)
- 22.09. Online Nugget - Kultur und interkulturelle Kompetenz #6235 (S.56)
- 23.09. Change-Impact-CIRCLE #6095 (S.77)
- 28.09. Nachhaltigkeit und Zukunftsorientierung leben #6514 (S.35)

Oktober

- 11.10. Selbstfürsorge mit dem Inneren Team #6956 (S.86)
- 12.10. Künstliche Intelligenz #6889 (S.28)
- 13.10. Konflikte und Konfliktynamiken in Organisationen verstehen #6892 (S.51)



- 13.10. Online Nugget: Vielfalt - nur Bilder im Kopf!? #6237 (S.57)

November

- 03.11. Leadership-CIRCLE #6096 (S.77)
- 03.11. Online Nugget: Interkulturelle Kommunikation #6236 (S.56)
- 03.11. Das Leben meistern - Gesund, selbstwirksam und handlungsfähig! #6952 (S.84)
- 04.11. Interpersonale Konfliktursachen und -dynamiken #6893 (S.50)
- 08.11. Onboarding von internationalen Fachkräften #6233 (S.62)
- 10.11. Konflikte und schwierige Gespräche #6515 (S.35)

Dezember

- 01.12. Online Nugget: Kulturdimensionen – Werteorientierungen #6239 (S.56)
- 09.12. Konflikte zwischen Mitarbeiter*innen konstruktiv klären #6895 (S.51)

Führungsaufgabe Konfliktmanagement

Eine Workshop-Reihe zur Stärkung der Konfliktfähigkeit in der Führungsrolle

Nach einer Umfrage unter Führungskräften beschäftigen sie sich ca. 40% ihrer Arbeitszeit mit Konflikten in ihrem Verantwortungsbereich. Selten sind sie darauf gut vorbereitet. In dieser Workshop-Reihe lernen die Teilnehmenden, Konflikte schneller zu erkennen und Konfliktkulturen zu verstehen. Sie erproben und reflektieren praktische Handlungsmöglichkeiten – aber auch Grenzen – zur Konfliktklärung in der Führungsrolle. So können sie ihre Verantwortung im Umgang mit Konflikten als Führungskraft bewusster wahrnehmen.

Die Themen der vier je halbtägigen Module:

1. Konflikte und Konfliktkulturen in Organisationen verstehen (Angebotsnummer: 6892)

- Typische Konflikte und Konfliktkulturen in Organisationen
- Einfache Modelle zur systemischen Einordnung von Konflikten in Organisationen
- Konfliktstrategien in der Führungsrolle

2. Warum wird es oft schwierig in der Zusammenarbeit? Interpersonale Konfliktursachen und -dynamiken (Angebotsnummer: 6893)

- Kleine Theorie der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Dynamik
- Sich selbst in der Führungsrolle reflektieren mit dem Persönlichkeitsmodell
- Konfliktkulturen Teufelskreis

3. Gute Gespräche über Schwieriges - Kritik- und Konfliktgespräche führen (Angebotsnummer: 6894)

- Basiskompetenzen jeder Konfliktklärung
- Techniken und Strukturierungshilfen für klärende Gespräche
- Konfliktgespräche als Konfliktbeteiligte*r in der Führungsrolle

4. Konflikte zwischen Mitarbeiter*innen konstruktiv klären (Angebotsnummer: 6895)

- Mediation als wirkungsvolles Verfahren der Konfliktklärung
- Klärende Gespräche zwischen Mitarbeiter*innen moderieren
- Mediativer Führungsstil: Chancen und Grenzen

Sie können an allen Workshops der Reihe teilnehmen (Angebotsnummer: für die Reihe: 6891). Die Module können auch unabhängig voneinander gebucht werden. Bei Teilnahme an allen Modulen erhalten Sie ein Teilnahmezertifikat.



Workshop #1:

Konflikte und Konfliktdynamiken in Organisationen verstehen

Angebotsnummer: 6892

Datum / Zeit: 13.10.2022 14:00 - 18:00 Uhr

Anmeldung bis: 30.09.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Workshop #3:

Gute Gespräche über Schwieriges - Kritik- und Konfliktgespräche führen

Angebotsnummer: 6894

Datum / Zeit: 24.11.2022 14:00 - 18:00 Uhr

Anmeldung bis: 11.11.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Workshop #2:

Interpersonale Konfliktursachen und -dynamiken

Angebotsnummer: 6893

Datum / Zeit: 04.11.2022 09:00 - 13:00 Uhr

Anmeldung bis: 21.10.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Workshop #4:

Konflikte zwischen Mitarbeiter*innen konstruktiv klären

Angebotsnummer: 6895

Datum / Zeit: 09.12.2022 09:00 - 13:00 Uhr

Anmeldung bis: 25.11.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Angaben für alle vier Module

Zielgruppe: Führungskräfte mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerin von Arbeit und Leben: Susanne Lörx (Prozessberaterin, Mediatorin, Coach)

Leistungen: Fachworkshop inkl. Dokumentation, Teilnahmezertifikat

Kosten: jeweils 40€ pro Modul

Diversity – Die Chance in der Gestaltung von Vielfalt

Vielfältige und gemischte Belegschaften sind längst Alltag am Arbeitsplatz: Menschen gehören verschiedenen Geschlechtern an, haben einen Migrationsvorteil, sind von jung bis alt, verfügen über unterschiedliche körperliche und geistige Fähigkeiten, vielfältige Bildungs- und soziale Hintergründe ...

Wie gelingt es uns, die Ressourcen, die in dieser Vielfalt stecken, für die Zusammenarbeit fruchtbar zu machen?

Wie kooperieren wir trotz Unterschieden? Welche formalen und unausgesprochenen Regelungen bestimmen unseren Arbeitsalltag? Welche Handlungsspielräume haben wir und wie lösen wir Konflikte?

Diese konkreten Themen aus dem Arbeitsalltag greifen wir in unseren Workshops und Beratungen auf, um im Kontext von Fachkräfteeinwanderung und vielfältigen Teams gemeinsam mit Ihnen lösungsorientiert Ihre

Erfahrungen zu reflektieren und damit unser aller Perspektiven zu erweitern.

Nehmen Sie jederzeit gerne Kontakt mit uns auf, wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Online Nugget zur interkulturellen Kompetenzentwicklung

6+1 Nuggets zur Interkulturalität

Online Nuggets sind unsere kurzen, interaktiven, digitalen Lernimpulse, die zum Einstieg, zur Vertiefung, Erweiterung oder Reflexion im Themenfeld interkulturelle Kompetenz anregen und unsere anderen Lernformen ergänzen.

Die Online Nuggets können einzeln oder als Reihe gebucht werden, auch wenn sie bereits gestartet sind. Sie führen bei Teilnahme an mindestens vier Modulen und am Präsenztage zum Teilnahme-„Zertifikat interkulturelle Kompetenzentwicklung“.

Teilnahme mit Bild und Ton, sowie aktive Beteiligung erforderlich.

1. Identität – „Wer bin ich und wenn ja, wie viele?“

(Angebotsnummer: 6241 / 6234)

Erst wenn wir uns selbst kennen, können wir empathisch und auf Augenhöhe mit anderen umgehen. Sie beschäftigen sich mit Ihren Rollen und deren Selbst- sowie Fremdwahrnehmung.

2. Kultur und interkulturelle Kompetenz

(Angebotsnummer: 6242 / 6235)

Was ist Kultur und was interkulturelle Kompetenz? Diese Fragen werden Sie mit anderen Teilnehmer*innen erörtern und verschiedene Aspekte von Kultur durch mehrere Brillen betrachten.

3. Interkulturelle Kommunikation

(Angebotsnummer: 6244 / 6236)

Gelungene interkulturelle Kommunikation ist maßgeblich davon abhängig, wie hoch die Bereitschaft ist, sich verstehen zu wollen.

Bei der Kommunikation greifen wir auf unterschiedliche Codes zurück, die durch unsere individuelle Sozialisation geprägt sind. Wie empfinde ich es also, wenn mir jemand im Gespräch nicht in die Augen schaut? In unserem Nugget lernen Sie die verschiedenen Kommunikationsgewohnheiten kennen, die im Alltag und im Beruf helfen können, mögliche Irritationen oder Missverständnisse frühzeitig zu erkennen und gegenzusteuern.

4. Vielfalt – nur Bilder im Kopf!?

(Angebotsnummer: 6245 / 6237)

Wie schauen wir auf kulturelle Herkunft, Lebenswelten, auf Themen wie Behinderung, Wertorientierungen, Bildungs- und soziale

Hintergründe und vieles andere mehr? Reflektieren Sie gemeinsam mit uns die Bilder, die wir zu Menschen mit bestimmten Merkmalen im Kopf haben.

5. Perspektivvielfalt – Fallanalyse

(Angebotsnummer: 6229 / 6238)

Mit Hilfe einer Analysemethode nehmen Sie verschiedene Blickwinkel auf Situationen aus Ihrem Arbeitsalltag ein, können sie so besser verstehen und entwickeln neue Handlungsoptionen.



Das Förderprogramm „Integration durch Qualifizierung (IQ)“ wird durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert.

6. Kulturdimensionen – Werteorientierungen (Angebotsnummer: 6231 / 6239)

Welche Motive, welche Werte stehen hinter Ihren Handlungen und denen anderer Menschen? Sie beschäftigen sich mit unterschiedlichen Werthaltungen und wie sie unser Handeln beeinflussen.

Präsenztage

(Angebotsnummer: 6232)

Als Abschluss der Themenreihe „Online Nuggets zur Interkulturellen Kompetenzentwicklung“ erwartet Sie ein abwechslungsreicher, interaktiver Tag mit vielen reflektiven Einheiten, die die Aspekte der vorangehenden Module aufgreifen und durch praktische Übungen erlebbar machen. Dieser Tag in Präsenz rundet das Thema mit Erfahrungen auf kognitiver und emotionaler Ebene zugleich ab und führt zum Teilnahme- „Zertifikat Interkulturelle Kompetenzentwicklung“.

Online Nugget #1:

Identität – „Wer bin ich und wenn ja, wie viele?“

Angebotsnummer: 6241 / 6234

Datum: 10.03.2022 / 08.09.2022

Anmeldung bis: 07.03.2022 / 05.09.2022

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Sibel Soyer, Szilvia Keilani (Prozessberaterinnen und Diversity-Trainerinnen)

Online Nugget #2

Kultur und interkulturelle Kompetenz

Angebotsnummer: 6242 / 6235

Datum: 07.04.2022 / 22.09.2022

Anmeldung bis: 04.04.2022 / 19.09.2022

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Sibel Soyer, Szilvia Keilani (Prozessberaterinnen und Diversity-Trainerinnen)

Online Nugget #3

Interkulturelle Kommunikation

Angebotsnummer: 6244/ 6236

Datum: 28.04.2022 / 13.10.2022

Anmeldung bis: 25.04.2022 / 10.10.2022

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Sibel Soyer, Szilvia Keilani, Sevda Firat (Prozessberaterinnen und Diversity-Trainerinnen)

Online Nugget #4:

Vielfalt – nur Bilder im Kopf!?

Angebotsnummer: 6245 / 6237

Datum: 19.05.2022 / 03.11.2022

Anmeldung bis: 16.05.2022 / 31.10.2022

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben: Sibel

Soyer, Sevda Firat, Doris Hormel, Szilvia Keilani (Prozessberaterinnen und Diversity-Trainerinnen)

Online Nugget #5:

Perspektivvielfalt – Fallanalyse

Angebotsnummer: 6229 / 6238

Datum: 09.06.2022 / 24.11.2022

Anmeldung bis: 06.06.2022 / 21.11.2022

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Doris Hormel, Sevda Firat, Sibel Soyer (Prozessberaterinnen und Diversity-Trainerinnen)

Online Nugget #6:

Kulturdimensionen – Werteorientierungen

Angebotsnummer: 6231 / 6239

Datum: 28.06.2022 / 01.12.2022

Anmeldung bis: 24.06.2022 / 28.11.2022

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Doris Hormel, Sibel Soyer (Prozessberaterinnen und Diversity-Trainerinnen)

Präsenztage

Kursnummer 6232

Datum: 07.07.2022

Zeit: 9:00 - 16:30 Uhr

Anmeldung bis: 03.07.2022

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Sibel Soyer, Szilvia Keilani (Prozessberaterinnen und Diversity-Trainerinnen)

Ort: wird noch bekannt gegeben

Zielgruppe: Erwerbstätige und Interessierte aus gesamt Rheinland-Pfalz

Leistungen: Veranstaltungsdokumentation inkl. Getränke

Kosten: 0€

Für die Online Nuggets 1-6 gilt:

Jedes Online Nugget wird zweimal angeboten.

Zeit: jeweils 10:00 -12:00 Uhr

Ort: Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Erwerbstätige und Interessierte aus ganz Rheinland-Pfalz

Leistungen: Veranstaltungsdokumentation

Kosten: 0€

Diversity Frühstück

Gelingende Zusammenarbeit in multikulturellen Teams

Nicht allein die Fachkräfteeinwanderung führt dazu, dass wir zunehmend in multikulturellen, vielfältigen oder virtuellen Teams mit unterschiedlichen Menschen zusammen arbeiten. Das kann zu Herausforderungen führen. Damit Zusammenarbeit gelingt und die Stärken der Einzelnen ins Team einfließen können, kann es hilfreich sein, Menschen mit ihren individuellen Bedürfnissen in der Arbeitswelt wahrzunehmen. Dazu bedarf es eines Perspektivwechsels. Diversity Management bedeutet daher nicht allein Vielfalt der Teammitglieder, indem Menschen

mit unterschiedlichen Merkmalen zusammen arbeiten, sondern Diversity fokussiert vor allem das ‚WIE‘ der Zusammenarbeit. Kann der Beschäftigte mit Höreinschränkung der Videokonferenz gut folgen? Haben alle Mitarbeitenden die Anweisungen sprachlich verstanden? Mit diesen und anderen Fragen werden wir uns im Diversity Frühstück beschäftigen und laden Sie ein, gemeinsam mit uns zu diskutieren.

Das Förderprogramm „Integration durch Qualifizierung (IQ)“ wird durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert.



In Kooperation mit:



Angebotsnummer: 6230

Datum: 31.05.2022

Zeit: 09:00 - 11:30 Uhr

Anmeldung bis: 29.05.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Zielgruppe: Erwerbstätige und Interessierte aus ganz Rheinland-Pfalz

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Doris Hormel (Prozessberaterin, Diversity-Trainerin)

Szilvia Kheilani (Prozessberaterin, Diversity-Trainerin)

Sibel Soyer (Prozessberaterin, Diversity-Trainerin)

Sevda Firat (Prozessberaterin, Diversity-Trainerin)

Leistungen: Veranstaltungsdokumentation

Kosten: 0€

Onboarding von internationalen Fachkräften

Wie gelingt eine gute und erfolgreiche Zusammenarbeit im neu zusammengesetzten Team?

Ethnisch-kulturelle Vielfalt ist in der Gesellschaft und auch in der Arbeitswelt längst Realität. Neben vielen Kliniken und Pflegeeinrichtungen kann auch in Betrieben des Handwerks mit Unterstützung von internationalen Fachkräften der Personalbedarf effizient und gewinnbringend gedeckt werden. Gleichzeitig läuft der Prozess der Integration in Betrieben und Belegschaften nicht immer konfliktfrei. Denn der Arbeitsalltag birgt Raum für Unsicherheiten und Irritationen, die als kulturell bedingt verstanden werden.

Wir laden Sie ein zu einem gemeinsamen Workshop und Austausch. Wir nehmen mit Ihnen den professionellen Umgang mit Vielfalt in den Blick. Welche Bedeutung hat das Onboarding internationaler Fachkräfte und die Einbindung aller Beschäftigten in diesen Prozess? Wie können Beschäftigte unterstützt werden, damit die Teambildung und die Zusammenarbeit wertschätzend und effizient gestaltet und möglichen Konflikten konstruktiv begegnet werden kann?

Das Förderprogramm „Integration durch Qualifizierung (IQ)“ wird durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert.



In Kooperation mit:



Angebotsnummer: 6233

Datum: 08.11.2022

Zeit: 9:00 -12:00 Uhr

Anmeldung bis: 03.11.2022

Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Zielgruppe: Erwerbstätige und Interessierte aus ganz Rheinland-Pfalz

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Doris Hormel (Prozessberaterin, Diversity-Trainerin)

Szilvia Kheilani (Prozessberaterin, Diversity-Trainerin)

Sibel Soyer (Prozessberaterin, Diversity-Trainerin)

Leistungen: Veranstaltungsdokumentation

Kosten: 0€

Nachhaltigkeit in der Arbeitswelt 4.0

Wenn nicht jetzt, wann dann? Die agile, digitale und ökologische Transformation in die Arbeitswelt der Zukunft bringt umfassende Veränderungen mit sich, die jedes Unternehmen betreffen werden. Deshalb gibt es viele gute Gründe, warum sich Erwerbstätige mit der Arbeit der Zukunft beschäftigen sollte. Im Mittelpunkt steht zum einen, durch eine zukunftsorientierte Haltung neue agile Methoden der Zusammenarbeit zu entwickeln. Zum anderen kann durch eine nachhaltige Vorgehensweise

eine Unternehmenskultur implementiert werden, die in die Zukunft trägt.

In unserer digitalen Workshop-Reihe „GREENA – Green Skills – Nachhaltiges Arbeiten in der Arbeitswelt 4.0“ haben Sie die Möglichkeit, verschiedene Aspekte der Arbeit der Zukunft kennenzulernen. In der digitalen Workshop-Reihe stehen Nachhaltigkeit, Agilität und New Work im Mittelpunkt!

Im Anschluss an die Workshop-Reihe bieten wir Ihnen drei CIRCLES an. Hier können Sie gemeinsam mit einem Coach in einer kleinen Gruppe von Gleichgesinnten die Kernthemen New-Leadership, Mindset und/oder Digital Office vertiefen.

Wenn Sie mindestens sechs Veranstaltungen besuchen und in mindestens einem CIRCLE mitarbeiten, bekommen Sie zusätzlich ein Zertifikat mit dem Titel „Manager*in of Future Work“.

Nachhaltigkeit - Buzzword mit Substanz?

Alle sprechen heute von Nachhaltigkeit. Doch was meinen wir eigentlich damit? Wie beispielsweise die aktuelle Debatte um die „grüne“ Kernkraft eindrucksvoll zeigt, ist die Frage, was wir unter Nachhaltigkeit verstehen (sollten), bei Weitem keine sprachphilosophische Spielerei, sondern von konkreter Relevanz für gesellschaftliche und unternehmerische Entwicklungen.

Im Impuls der Nachhaltigkeitsexperten Frank Polz und Nils Terborg erfahren die Teilnehmenden unter anderem, was Nachhaltigkeit konkret bedeutet und weshalb eine verantwortungsvolle Unternehmensführung viel mehr als eine Marketingidee ist.

Inhalte:

- Offizielle Nachhaltigkeitsdefinitionen und regulatorische Entwicklungen: EU-Taxonomie-Verordnung
- Lohnt sich Nachhaltigkeit? Das Eigeninteresse der Wirtschaft
- Nachhaltigkeit als Teil der Unternehmensführung: CSR (Corporate Social Responsibility) und ESG (Environmental Social Governance)

Gefördert im Rahmen des Projektes "GREENA - Green Skills - Nachhaltigkeit in der Arbeitswelt 4.0" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG



Das Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6061 / 6062

Datum: 30.03.2022 / 22.06.2022

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr / 10:00 - 13:00 Uhr

Anmeldung bis: 21.03.2022 / 13.06.2022

Ort: **Online-Seminar via Zoom**

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referenten:

Frank Polz (CSR-Manager, kirschgrau)

Nils Terborg (Organisationsentwickler, kirschgrau)

Leistungen: Online-Seminar

Kosten: 0€

Nachhaltiges Arbeiten im digitalen Raum

Die Digitalisierung ist aus unserem modernen Arbeitsleben nicht mehr wegzudenken und gewissermaßen schon heute ein „alter Hut“. Wir besprechen uns in Webinaren, organisieren uns in der Cloud und sammeln gigantische Massen von Daten. Doch wie passt dieser Megatrend eigentlich mit dem anderen großen Thema unserer Zeit, der Nachhaltigkeit, zusammen?

Inhalte:

- Digitale Verantwortung von Unternehmen: Corporate Digital Responsibility (CDR)
- Erheben, messen, vergleichen: Wieviel Daten braucht der Wandel?
- Achtsamkeit und agile Methoden als Unterstützung für ein nachhaltiges, digitales Arbeitsleben



Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6063 / 6064
Datum: 08.04.2022 / 04.07.2022
Zeit: jeweils 9:00 - 10:30 Uhr
Anmeldung bis: 01.04.2022 / 27.06.2022
Ort: Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referenten:
Dr. Robert Krajnik (Medienphilosoph)
Nils Terborg (Organisationsentwickler, kirschgrau)

Leistungen: Online-Seminar

Kosten: 0€

Gefördert im Rahmen des Projektes "GREENA - Green Skills - Nachhaltigkeit in der Arbeitswelt 4.0" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.

Unser Büro wird nachhaltig!

Praktische Ideen für mehr Nachhaltigkeit im Büro

Viele von uns arbeiten in Büros und haben den Wunsch, nachhaltig(er) zu leben. Doch worauf kommt es wirklich an – und worauf nicht? Welche Themen und Probleme begegnen uns in diesem Zusammenhang besonders häufig und was kann der/die Einzelne tun?

Die Referenten gehen in dieser Veranstaltung auf konkrete Umsetzungsideen aus der Praxis ein und erläutern, warum bei der Gestaltung nachhaltiger Bürobetriebe die Haltung und das Engagement der Mitarbeitenden eine elementare Rolle spielen.

Inhalte:

- Tipps für mehr Nachhaltigkeit im Büro
- Unterstützer und Stolpersteine auf dem Weg zum nachhaltigen Büro

Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6065 / 6066
Datum: 08.04.2022 / 04.07.2022
Zeit: jeweils 11:00 - 12:30 Uhr
Anmeldung bis: 01.04.2022 / 27.06.2022
Ort: Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referenten:
Dr. Robert Krajnik (Medienphilosoph)
Nils Terborg (Organisationsentwickler, kirschgrau)

Leistungen: Online-Seminar

Kosten: 0€

Erfolgreich mit agilen Methoden!?

Agile Methoden werden immer beliebter, denn Unternehmen sehen sich mehr und mehr einer immer dynamischeren und komplexen Marktsituation gegenüber, in der es gilt, schnell reagieren zu können. Agiles Management ermöglicht genau das. In diesem Workshop steigen wir mit den Grundlagen des Agilen Arbeitens ein. Wir verschaffen uns zuerst einen Überblick über Agiles Management und schauen uns dann die Ansätze der Methoden Scrum und Kanban an.

Inhalte:

- Klassisches vs. agiles Vorgehen in Projekten
- Agile Werte und Prinzipien
- Selbstorganisierte Teams
- Scrum
- Kanban



OKR in a nutshell

Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6071 / 6072
Datum: 06.05.2022 / 05.09.2022
Zeit: jeweils 9:00 - 10:30 Uhr
Anmeldung bis: 29.04.2022 / 29.08.2022
Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referentin:
Sabine Erdmann (Trainerin, OKR Master, Agile Coach, Scrum Master)

Leistungen: Online-Seminar

Kosten: 0€

In dieser Veranstaltung wird aufbauend OKR, eine weitere sehr effiziente Methode des Agilen Managements, vorgestellt. OKR steht für **Objectives and Key Results**. Es hilft Unternehmen, sich zu fokussieren und ermöglicht unter anderem, dass Zusammenarbeit motivierter und zufriedener geschieht. Innerhalb dieses Workshops werden die Hintergründe, Kernelemente und Prinzipien von OKR praxisnah vorgestellt.

Inhalte:

- OKR-Methode – das agile Management-instrument
- OKR-Mindset
- OKR Big Picture
- Objectives and Key Results

Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6073 / 6074
Datum: 06.05.2022 / 05.09.2022
Zeit: jeweils 11:00 - 12:30 Uhr
Anmeldung bis: 29.04.2022 / 29.08.2022
Ort: [Online-Seminar via Zoom](#)

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referentin:
Sabine Erdmann (Trainerin, OKR Master, Agile Coach, Scrum Master)

Leistungen: Online-Seminar

Kosten: 0€

Change Impact

Unternehmenskultur versus Veränderung

Wie gestalten Sie ein erfolgreiches Change-Management in Ihrer Organisation? Welche Tools sind hilfreich? An welchen Stellschrauben sollten Sie ansetzen? Zu diesen und vielen weiteren Fragen erhalten Sie in diesem Workshop Antworten. Denn Veränderungen zu gestalten und nachhaltig im Unternehmen zu etablieren, sind die Herausforderungen in der Transformation zur Arbeit 4.0.

Inhalte:

- Unternehmenskultur als Erfolgsfaktor für den Change
- Arbeit mit dem Mindset
- Typische Konfliktsituationen im Change
- Fallbeispiele aus der Praxis
- Tipps und Tricks zum Gestalten eines Change-Prozesses

72



Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6075 / 6076
Datum: 29.04.2022 / 18.07.2022
Zeit: jeweils 9:00 - 10:30 Uhr
Anmeldung bis: 22.04.2022 / 11.07.2022
Ort: Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referent*innen:
Katja E. Rickert (Zweigstellenleiterin, Prozessberaterin, Mediatorin, Trainerin, Coach)
Tobias Seibel (Prozessberater, Trainer, Coach)

Leistungen: Online-Seminar
Kosten: 0€

Gefördert im Rahmen des Projektes "GREENA - Green Skills - Nachhaltigkeit in der Arbeitswelt 4.0" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

New Leadership

Die Zukunft der Führung

Wollen Sie als Führungskraft etwas bewegen? Suchen Sie nach Impulsen, die Ihnen konkret in Ihrer Praxis helfen? Brauchen Sie neue Ideen für Ihre Führungsarbeit? Dann sind Sie in unserem New Leadership-Workshop genau richtig! In 1,5 Stunden erleben Sie vielseitige Themen, die Sie als Führungskraft weiterbringen!

Inhalte:

- Leadership update: Mit nachhaltiger und inspirierender Führung zu mehr Erfolg
- Entwicklungswege zur Führungskraft
- Der Badewanneneffekt
- Leadership und Teamdynamik bei Homeoffice und Remote Work
- Führen mit Hirn | Hirnforschung für Führungskräfte
- Das Geheimnis der Motivation

Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6077 / 6078
Datum: 29.04.2022 / 18.07.2022
Zeit: jeweils 11:00 - 12:30 Uhr
Anmeldung bis: 22.04.2022 / 11.07.2022
Ort: Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referent*innen:
Katja E. Rickert (Zweigstellenleiterin, Prozessberaterin, Mediatorin, Trainerin, Coach)
Tobias Seibel (Prozessberater, Trainer, Coach)

Leistungen: Online-Seminar
Kosten: 0€

73

Chancen des digitalen Büros

Das digitale (papierlose) Büro: Arbeitsabläufe optimieren - Prozesse verbessern

Ein weitgehend papierlos geführtes Büro bringt einige Vorteile: Rechnungen und Dokumente sind schnell zu finden. Die Archivierung ist revisionssicher. Ordner zu lagern ist überflüssig. Wie funktioniert ein papierloses Büro in der Praxis und was sind die ersten Schritte dorthin?

Dieser Workshop vermittelt einen ersten Überblick darüber, wie mittels durchgängiger, digitaler Prozesse die Zahl der Arbeitsschritte verringert und Abläufe vereinfacht werden können.

Inhalte:

- Weg zum papierlosen Büro durch ersetzendes Scannen
- Elektronische Rechnung: ZUGFeRD, XRechnung & Co
- Digitale Finanzbuchführung



Herausforderungen des digitalen Büros

Das digitale (papierlose) Büro: Arbeitsabläufe optimieren - Prozesse verbessern

Im Fokus dieses Workshops stehen zunächst die Grundsätze zur ordnungsmäßigen Führung und Aufbewahrung von Aufzeichnungen und Unterlagen in elektronischer Form sowie zum Datenzugriff (GoBD). Dieser Workshop richtet sich an alle Erwerbstätigen, die für Unternehmen tätig sind, in denen der Prozess der digitalisierten Aufzeichnung und Aufbewahrung sowie den damit einhergehenden Anforderungen einen hohen Stellenwert hat. Darüber hinaus zeigen wir in sieben Schritten, wie eine Verfahrensdokumentation einfach und nachvollziehbar auch im Unternehmen handhabbar ist.

Inhalte:

- GoBD
- Verfahrensdokumentation

Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6067 / 6068

Datum: 20.05.2022 / 19.09.2022

Zeit: jeweils 9:00 - 10:30 Uhr

Anmeldung bis: 13.05.2022 / 12.09.2022

Ort: Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referenten:

Guido Badjura (DATEV eG)

Leistungen: Online-Seminar

Kosten: 0€

Gefördert im Rahmen des Projektes "GREENA - Green Skills - Nachhaltigkeit in der Arbeitswelt 4.0" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.

Dieses Online-Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6069 / 6070

Datum: 20.05.2022 / 19.09.2022

Zeit: jeweils 11:00 - 12:30 Uhr

Anmeldung bis: 13.05.2022 / 12.09.2022

Ort: Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Referenten:

Guido Badjura (DATEV eG)

Leistungen: Online-Seminar

Kosten: 0€

CIRCLES

Wie entwickle ich mich weiter? Was brauche ich, um meine Themen voranzubringen? Wie finde ich neue Wege für meine Herausforderungen? Was brauche ich zum Gang aus meiner Komfortzone?

In unseren GREENA-Veranstaltungen wurden viele Themen vermittelt. In den **CIRCLES** bieten wir Ihnen nun einen intensiven Austausch mit Gleichgesinnten in verschiedenen Kernpunkten an. Es geht darum, durch den Dialog in kleinen Gruppen schnellere und bessere Antworten auf Ihre Fragen zu finden.

Mit den **CIRCLES** schaffen wir einen gemeinsamen Rahmen, der es uns ermöglicht, uns auszutauschen und unser Wissen zu teilen. Jeder **CIRCLE** besteht aus einer Kleingruppe von bis zu acht Teilnehmenden, die sich einmal pro Woche für 90 Minuten über Zoom treffen (insgesamt vier Wochen).

Was passiert im CIRCLE?

- Sie können Ihre Fragen und Anliegen einbringen und Feedback erhalten.
- Es gibt Gruppendialoge zu aufkommenden Inhalten.
- Impulse durch den Trainer/die Trainerin machen Themen greifbar und verdeutlichen Inhalte.

Das alles auf der Basis einer wertschätzenden Zusammenarbeit.

Es gibt drei Gruppen, die jeweils ein Thema im Fokus haben:

1. Digital-Office-CIRCLE (Angebotsnummer: 6094)

Cloud statt Aktenschrank, Homeoffice statt Büroanwesenheit, Bestellungen und Rechnungsversand über digitale Portale statt per Brief und Fax! Die Bedeutung des digitalen Büros nimmt stetig zu – die Anforderungen

an unsere Arbeit wachsen und erfordern digitale Geschäfts- und Verwaltungsprozesse, die möglichst agil und ortsunabhängig stattfinden. Im Rahmen dieses **CIRCLES** werden Themen wie das papierlose Büro, klimaneutrale Lieferketten, Sharing-Konzepte sowie nachhaltige Büro- und Event-Organisation vertiefend bearbeitet.

2. Change-Impact-CIRCLE (Angebotsnummer: 6095)

In diesem **CIRCLE** stehen der Austausch und die gegenseitige Unterstützung bei Ihren (Veränderungs-)Themen und Anliegen im Vordergrund. Diese werden zum Start gesammelt und über vier Wochen gemeinsam bearbeitet. Hierbei erleben Sie, dass Führungskräfte, egal aus welcher Branche, vor gleichen Herausforderungen stehen und die unterschiedlichen Erfahrungen und Lösungsideen einer

Gruppe ein Dynamo für Ihre Führungsarbeit sein kann.

3. Gute Gespräche über Schwieriges: Kritik- und Konfliktgespräche führen

(Angebotsnummer: 6096)

In unserem Leadership-**CIRCLE** stehen Ihre aktuellen Führungsherausforderungen im Vordergrund. Zum Start bekommen Sie einen Überblick über den Veranstaltungsrahmen, wir lernen uns kennen und erarbeiten die Themen, die Sie in den Fokus stellen wollen. In den weiteren Veranstaltungen werden diese Themen im Mittelpunkt stehen und durch Übungen, Impulsvorträge und Geschichten Ihres Coaches ergänzt. Nutzen Sie den besonderen Rahmen eines **CIRCLES**, um mit Ihren Führungsthemen voranzukommen.



Digital-Office-CIRCLE

Angebotsnummer: 6094

Datum: 21.09.2022 / 28.09.2022 / 05.10.2022 / 12.10.2022

Zeit: jeweils 10:00 - 11:30 Uhr

Anmeldung bis: 14.09.2022

Ansprechpartnerin von Arbeit und Leben:
Sandra Kuchler (Prozessberaterin, Coach)

Leadership-CIRCLE

Angebotsnummer: 6096

Datum: 03.11.2022 / 10.11.2022 / 17.11.2022 / 24.11.2022

Zeit: jeweils 10:00 - 11:30 Uhr

Anmeldung bis: 27.10.2022

Ansprechpartner von Arbeit und Leben:
Tobias Seibel (Prozessberater, Trainer, Coach)

Change-Impact-CIRCLE

Angebotsnummer: 6095

Datum: 23.09.2022 / 30.09.2022 / 07.10.2022 / 14.10.2022

Zeit: jeweils 10:00 - 11:30 Uhr

Anmeldung bis: 16.09.2022

Ansprechpartnerin von Arbeit und Leben:
Katja Rickert (Zweigstellenleiterin, Prozessberaterin, Mediatorin, Trainerin, Coach)

Angaben für alle drei CIRCLES:

Zielgruppe: Geschäftsführer*innen, Führungskräfte und Mitarbeiter*innen mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier/Eifel

Ort: Online-Seminar via Zoom

Leistungen: CIRCLE inkl. Dokumentation

Kosten: jeweils 60€ je CIRCLE

Gesundheit und Resilienz

Wir leben in turbulenten Zeiten. Das bedeutet für viele Erwerbstätige, dass ihre Arbeit durch eng getaktete Termine, knappe Fristen, Konfliktpotenziale und mobiles Arbeiten gekennzeichnet ist. Tempo und Intensität kann zu Stress und Burnout führen. Die Bewältigung dieser Herausforderungen erfordert Fähigkeiten und Strategien, die von jedem Einzelnen entwickelt werden können.

Resilienz kann hierbei eine Schlüsselstrategie sein, die den Erwerbstätigen hilft, mit Stress, den Anforderungen

der Transformation, Konflikten am Arbeitsplatz und Herausforderungen im Berufsalltag umzugehen.

Resilienz ist eine Fähigkeit, die jede*r entwickeln kann. Die Stärkung der Widerstandskraft trägt zu einem gesteigerten Selbstwertgefühl, besseren zwischenmenschlichen Beziehungen, mehr Entschlossenheit, Konzentration und dem Gefühl bei, das Leben im Griff zu haben.

Im Rahmen unserer Workshops und Veranstaltungen

bieten wir Ihnen viele Möglichkeiten, sich mit Themen rund um Gesundheit und Resilienz Wissen und Erfahrungen anzueignen. Schauen Sie selbst!

Besuchen Sie uns in einem der nachfolgenden Workshops, auf einer (Fach-)Veranstaltung oder kontaktieren Sie uns.

Der Rucksack ist voll - Grenzen ziehen und Kraft schöpfen

Stress, Belastung, Überforderung ... wir alle kennen den Kampf mit diesen Titanen und fühlen uns oftmals machtlos ausgeliefert. Und dennoch: wenn wir ihre Wirkmechanismen kennen, unsere eigenen Fallstricke erkennen, Grenzen ziehen und Wege der Kraftschöpfung finden, müssen sie nicht länger unser Leben dominieren und unsere Kräfte rauben.

Lassen Sie uns gemeinsam einen Weg aus der Stressfalle hin zu neuer Kraft und Motivation gehen.

Wir begleiten Sie dabei,

- die theoretische Seite von Stress zu kennen,
- Ihre eigene Situation zu reflektieren (eigene Stressoren identifizieren),
- Ihre Grenzen zu ziehen,
- Kraft zu schöpfen (Achtsamkeit, Atemübungen, Phantasiereisen etc.) und

- Ihre eigenen kleinen Rituale im Alltag zu entwickeln.

Wir möchten uns mit Ihnen austauschen, voneinander lernen und gemeinsam in selbstgesteuerten Lerngruppen einen Weg der Verbesserung beschreiben.

Kick-off-Workshop:

In einem Halbtags-Workshop von vier Stunden setzen wir uns mit der Thematik auseinander, vermitteln theoretisches Wissen, begeben uns in den Austausch und beginnen den gemeinsamen Prozess.

Lerngruppen:

Im Anschluss an den Halbtags-Workshop wird sich ein selbstgesteuerter Lernzirkel über den Zeitraum von vier Wochen einmal wöchentlich für eine Stunde treffen. Der erste Termin wird von uns begleitet.

Abschluss:

In einem zweistündigen Workshop wird die Lerngruppe den Lernfortschritt auswerten.

Arbeitsmaterialien:

Arbeitsmaterialien werden von uns vorbereitet und dienen der methodischen Unterstützung der Lerneinheiten.



MIND FULL



MINDFUL

Diese Veranstaltung wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6953

Datum Kick-off: 07.04.2022, 9:00 - 13:00 Uhr

Datum Lerngruppen: 28.04.2022 / 05.05.2022 /

12.05.2022 / 19.05.2022 jeweils von 9:00 - 10:00 Uhr

Abschlussveranstaltung: 02.06.2022, 9:00 - 11:00 Uhr

Anmeldung bis: 24.03.2022

Angebotsnummer: 6954

Datum Kick-off: 24.08.2022, 9:00 -13:00 Uhr

Datum Lerngruppen: 31.08.2022 / 07.09.2022 /

14.09.2022 / 21.09.2022 jeweils von 9:00 - 10:00 Uhr

Abschlussveranstaltung: 05.10.2022, 9:00 - 11:00 Uhr

Anmeldung bis: 10.08.2022

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Maïke Buck (Prozess- und Bildungsberaterin)

Karin Ernst-Betocchi (Prozess- und Bildungsberaterin)

Susanne Lörx (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Kick-off Workshop, vier Lerngruppen, eine Abschlussveranstaltung inkl. Dokumentation

Kosten: 70€

Das Leben meistern - Gesund, selbstwirksam und handlungsfähig!



Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit sind zwei der wichtigsten Pfeiler, um unser privates und berufliches Leben gesund zu meistern und nicht umsonst zwei Hauptaspekte der Resilienz. Doch was passiert, wenn durch äußere Einflüsse alles ins Wanken gerät und unser Agieren ständig zum Reagieren wird. Pläne werden obsolet, Termine fallen aus. Wir fühlen uns ohnmächtig und ausgeliefert: eine permanente Anpassungsleistung wird nötig.

Doch dies muss nicht sein. Wir können diesen Kreislauf durchbrechen und uns wieder stark und handlungsfähig fühlen. Durch Reflexion, Vernetzung und Austausch mit anderen Betroffenen.

Wir möchten uns mit Ihnen austauschen, voneinander lernen und gemeinsam in selbstgesteuerten Lerngruppen einen Weg der Verbesserung beschreiben.

Wir begleiten Sie dabei,

- Ihre persönliche Standortbestimmung (beruflich und privat) vorzunehmen,
- die Restriktionen und Begrenzungen zu benennen,
- die Spielräume und Handlungsmöglichkeiten zu erkennen und
- die eigene Wirksamkeit zu erhöhen.

Wesentliche Fragen:

- Welche Ressourcen können Sie mobilisieren?
- Welche Ideen können Sie umsetzen?
- Was können Sie für Ihre berufliche Zukunft gestalten?
- Von welchen Erfahrungen können Sie wechselseitig profitieren?

Wir möchten uns mit Ihnen austauschen,

voneinander lernen und gemeinsam in selbstgesteuerten Lerngruppen einen Weg der Verbesserung beschreiten.

Kick-off Workshop:

In einem Halbtagesworkshop von vier Stunden setzen wir uns mit der Thematik auseinander, vermitteln theoretisches Wissen, begeben uns in den Austausch und beginnen den gemeinsamen Prozess.

Lerngruppen:

Nach dem Kick Off wird sich eine selbstgesteuerte Lerngruppe über den Zeitraum von vier Wochen einmal wöchentlich für eine Stunde treffen.

Abschluss:

In einem zweistündigen Workshop wird die Lerngruppe den Lernfortschritt auswerten.

Arbeitsmaterialien:

Arbeitsmaterialien werden von uns vorbereitet und dienen der methodischen Unterstützung der Lerneinheiten.

Diese Veranstaltung wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6951

Datum Kick-off: 12.04.2022, 9:00 - 13:00 Uhr

Datum Lerngruppen: 26.04.2022 / 03.05.2022 /

10.05.2022 / 17.05.2022 jeweils von 9:00 - 10:00 Uhr

Abschlussveranstaltung: 24.05.2022, 9:00 - 11:00 Uhr

Anmeldung bis: 29.03.2022

Angebotsnummer: 6952

Datum Kick-off: 03.11.2022, 9:00 - 13:00 Uhr

Datum Lerngruppen: 10.11.2022 / 17.11.2022 /

24.11.2022 / 01.12.2022 jeweils von 9:00 - 10:00 Uhr

Abschlussveranstaltung: 08.12.2022, 9:00 - 11:00 Uhr

Anmeldung bis: 20.10.2022

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Maïke Buck (Prozess- und Bildungsberaterin)

Karin Ernst-Betocchi (Prozess- und Bildungsberaterin)

Susanne Lörx (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Kick-off Workshop, vier Lerngruppen, eine Abschlussveranstaltung inkl. Dokumentation

Kosten: 70€

Gefördert im Rahmen des Projektes "WeWorkHealthy - Gemeinsam lernen für gesunde Arbeit" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG

Selbstfürsorge mit dem Inneren Team

Wie kann ich in Stresssituationen und darüber hinaus mit mir selbst achtsamer und fürsorglicher umgehen? Und wie kann es mir gelingen, durch einen wohlwollenden Blick auf mich selbst meine Ressourcen zu nutzen? Diesen Fragestellungen möchten wir gemeinsam mit Ihnen anhand des Modells des Inneren Teams (Schulz von Thun) nachgehen. Es bietet eine lebendige und höchst effektive Möglichkeit, eigene innere Dynamiken zu verstehen und sich davon ausgehend selbst bewusster zu führen. Wir zeigen, wie Sie Ihr eigenes Inneres Team zu diesem Anliegen erheben können. Welche Persönlichkeitsanteile melden sich mit welchen Gefühlen und Botschaften? Wer ist laut, wer sollte mehr Gehör finden? Welche inneren Konflikte oder Blockaden werden sichtbar? Welche konstruktiven Absichten haben die auf den ersten Blick destruktiven Anteile? Wie können Sie Ihr Inneres Team so entwickeln, dass

Sie künftig äußeren Stressoren mit mehr innerer Gelassenheit und selbstfürsorglich begegnen?

Inhalte:

- Selbstfürsorge – was heißt das eigentlich?
- Das Modell des Inneren Teams
- Das eigene Innere Team erkunden
- Innere Dynamiken verstehen
- Das Innere Team entwickeln hin zu mehr Gelassenheit und Selbstfürsorge

Die gegenseitige Unterstützung und der Austausch der Teilnehmenden untereinander bieten zusätzlich zahlreiche Anregungen für den eigenen Weg.

Je nach coronabedingten Möglichkeiten finden die Termine in Präsenz oder auch online statt.

Gefördert im Rahmen des Projektes "WeWorkHealthy- - Gemeinsam lernen für gesunde Arbeit" durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP (MASTD) aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds.



Kofinanziert von der Europäischen Union



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, TRANSFORMATION
UND DIGITALISIERUNG



Dieses Seminar wird zweimal angeboten.

Angebotsnummer: 6955 / 6956

Datum: 19.07.2022 / 11.10.2022

Zeit: 13:00 - 17:00 Uhr / 09:00 - 13:00 Uhr

Anmeldung bis: 29.03.2022 / 26.09.2022

Ort: Worms, ggf. Online-Seminar via Zoom

Zielgruppe: Erwerbstätige mit Wohn- oder Arbeitsort in RLP, ausgenommen die Region Trier / Eifel

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Maïke Buck (Prozess- und Bildungsberaterin)

Karin Ernst-Betocchi (Prozess- und Bildungsberaterin)

Susanne Lörx (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Halbtags-Workshop, Dokumentation

Kosten: 40€ zzgl. Tagungsverpflegung (Präsenz)

Fit für den Beruf

Gesundheitliche Grundkompetenzen

Egal, ob es um das Heben von schweren Gegenständen oder das stundenlange Sitzen am Arbeitsplatz geht, eine hohe Arbeitsbelastung im Allgemeinen und/oder insbesondere in der Corona-Pandemie – unsere physische und psychische Gesundheit begegnet in unserem Arbeitsleben verschiedenen Herausforderungen.

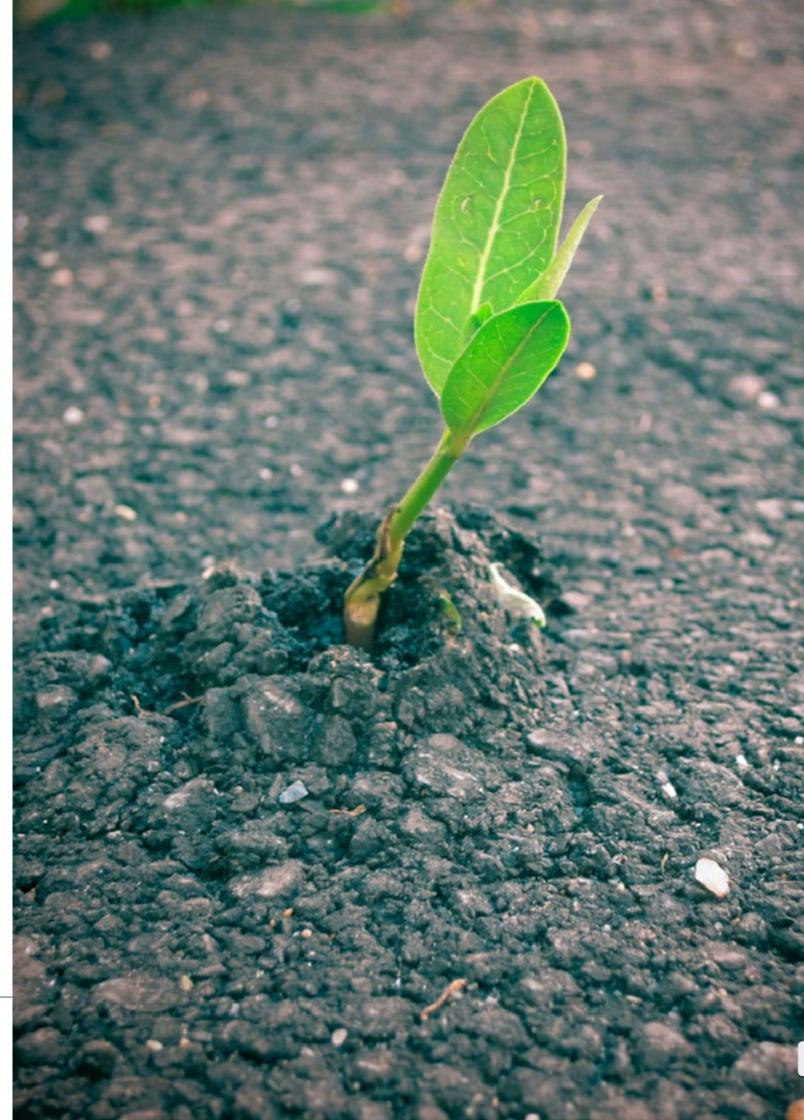
Die spannende Frage ist: Welches Rüstzeug benötigen Beschäftigte, um diese Herausforderungen so zu meistern, dass sie gesund und lange durch ihr Arbeitsleben gehen können?

Diese Frage steht im Fokus unserer Veranstaltung. Gemeinsam entdecken wir, was dieses Rüstzeug, sprich gesundheitliche Grundkompetenzen, überhaupt umfasst. Besonders im Fokus stehen Menschen mit Grundbildungsbedarf: Was fordert sie besonders? Wie kann man sie unterstützen?

Folgende Fragen werden diskutiert:

- Gesundheitliche Grundbildung in der Arbeitswelt – Was verstehen wir darunter?
- Vom Arbeitsschutz über Ergonomie bis hin zum Umgang mit Stress – Was gehört zu gesundheitlicher Grundbildung?
- Besondere Belastungen in der Corona-Pandemie für Menschen mit Grundbildungsbedarf
- Wie können erste Handlungsansätze aussehen, um gesundheitliche Grundbildung im eigenen Betrieb zu verankern?

Je nach Interesse und Bedarf sind Nachfolgeveranstaltungen möglich.



Angebotsnummer: 6531

Datum: 28.04.2022

Zeit: 15:30 - 17:00 Uhr

Anmeldung bis: 21.04.2022

Ort: Online -Seminar via Zoom

Zielgruppe: Erwerbstätige und Multiplikator*innen aus gesamt Rheinland-Pfalz

Ansprechpartnerinnen von Arbeit und Leben:

Kristina Himmerlich (Prozess- und Bildungsberaterin)

Stefanie Heise (Prozess- und Bildungsberaterin)

Leistungen: Online-Impulsveranstaltung inkl. Dokumentation

Kosten: 0€

UnternehmensWert:Mensch

UnternehmensWert:Mensch ist ein Förderprogramm, das kleine und mittelständische Unternehmen bei der Gestaltung einer zukunftsgerichteten Personalpolitik unterstützt. Unter Beteiligung der Beschäftigten werden mit professioneller Prozessberatung nachhaltige Veränderungen angestoßen.

UnternehmensWert:Mensch wird durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.

Förderung:

Das Programm bezuschusst die Kosten der Beratung je nach Unternehmensgröße zu 50 oder 80 Prozent. Die Restkosten tragen die Unternehmen selbst. Die Beratung im Unternehmen kann je nach Programmzweig zwischen fünf und max. 15 Beratungstagen dauern und max. 1.000 EUR pro Beratungstag kosten. Im Rahmen von REACT-EU wird das Programm bis Dezember 2022 verlängert und um zwei neue Programmzweige erweitert. Mit dieser Erweiterung wird dabei auf aktuelle Herausforderungen von Klein- und mittelständischen Unternehmen (KMU)

reagiert. Die Covid-19-Pandemie hat den digitalen Wandel beschleunigt und gezeigt, dass Betriebe in kürzester Zeit auf tiefgreifende Veränderungen reagieren mussten. Hier setzen die zwei neuen Programmzweige „Women in Tech“ und „Gestärkt durch die Krise“ an.

Im Programmzweig „Gestärkt durch die Krise“ werden maximal fünf Beratungstage gefördert. Dafür kann das Programm bis zu dreimal in Anspruch genommen werden. Ein Beratungszyklus darf nicht länger als drei Monate dauern.

Der Programmzweig „Women in Tech“ umfasst maximal 15 Beratungstage und kann nur einmal genutzt werden. Hierfür stehen maximal neun Monate zur Verfügung.

Unsere autorisierten Prozessberater*innen stehen Ihnen in den Handlungsfeldern Personalführung, Chancengleichheit und Diversity, Gesundheit, Wissen und Kompetenz sowie Arbeiten 4.0 zur Seite.

Sprechen Sie uns in Ihrer Region an (siehe rechts)!

Das Programm unternehmensWert:Mensch wird durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.



Erweiterte Förderung beruflicher Weiterbildung in Rheinland-Pfalz



Mainz
Katja Rickert
Telefon: (0 61 31) 140 86-18
E-Mail: info-rhn@arbeit-und-leben.de



Kaiserslautern
Michaela Janné
Telefon: (06 31) 35 77 60 50
E-Mail: info-wp@arbeit-und-leben.de



Worms
Karin Ernst-Betocchi
Telefon: (0 62 41) 97 43 -0
E-Mail: info-vp@arbeit-und-leben.de



Koblenz
Ute Rosenfelder
Telefon: (02 61) 9 73 58 -0
E-Mail: info-mr@arbeit-und-leben.de

Das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie unterstützt mit dem neuen Förderprogramm „Betriebliche Weiterbildung“ kleine und mittelständische Unternehmen aus Rheinland-Pfalz mit bis zu 30.000 Euro pro Jahr bei der Durchführung betrieblicher Weiterbildungsmaßnahmen.

In Zeiten des Umbruchs und sich rapide verändernder Arbeitswelten gewinnt die berufliche Weiterbildung nochmals deutlich an Bedeutung. Daher ist die Förderung beruflicher Weiterbildung in Rheinland-Pfalz ein wichtiger Baustein der am 25. September 2020 gestarteten Arbeitsmarktinitiative #rechargeRLP (www.recharge.rlp.de).

Zudem wurde das bereits bekannte Förderprogramm QualiScheck für die individuelle berufliche Weiterbildung vereinfacht und die Fördersumme auf bis zu 1.500 Euro erhöht.

Beide Förderprogramme starteten am 1. Oktober 2020 und werden aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds gefördert.

Weitere Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage. Sprechen Sie uns gerne an!

Für Anmeldungen nutzen Sie bitte unser
Online-Formular unter:
www.arbeit-und-leben.de/veranstaltungen

Selbstverständlich können Sie uns auch jederzeit
persönlich kontaktieren, **wir informieren
und beraten Sie gerne!**

Kontakt:



Renate Leukel

Tel.: (02 61) 973 58-11

E-Mail: r.leukel@arbeit-und-leben.de



Laura Justen

Tel.: (02 61) 973 58-10

E-Mail: l.justen@arbeit-und-leben.de

Mainz

Hintere Bleiche 34 / 55116 Mainz

Tel.: (0 61 31) 140 86 0 / Fax: (0 61 31) 140 86 40

E-Mail: info-rhn@arbeit-und-leben.de

Koblenz

Moselring 5-7a / 56068 Koblenz

Tel.: (02 61) 973 58 0 / Fax: (02 61) 973 58 20

E-Mail: info-mr@arbeit-und-leben.de

Worms

Siegfriedstr. 20-22 / 67547 Worms

Tel.: (0 62 41) 97 43 0 / Fax: (0 62 41) 97 43 29

E-Mail: info-vp@arbeit-und-leben.de

Kaiserslautern

Richard-Wagner-Str. 1 / 67655 Kaiserslautern

Tel.: (06 31) 35 77 60 50 / Fax: (06 31) 35 77 60 54

E-Mail: info-wp@arbeit-und-leben.de

Impressum

Arbeit und Leben Rheinland-Pfalz gGmbH

Gesellschaft für Beratung und Bildung

Hintere Bleiche 34, 55116 Mainz

für Schriftverkehr: Postfach 2942, 55019 Mainz

Telefon: (0 61 31) 140 86-0,

Fax: (0 61 31) 140 86-40

info@arbeit-und-leben.de

www.arbeit-und-leben.de

Text, Redaktion:

Arbeit und Leben gGmbH

Layout & Bildbearbeitung:

Rainald König

V.i.S.d.P.:

Gabriele Schneidewind (Geschäftsführerin)

Druckfehler und Änderungen vorbehalten

Februar 2022

Bildnachweis:

S.09/13 Grafiken ©Rainald König - Arbeit und Leben

S.10 @Gaj Rudolf - stock.adobe.com

S.17 @bameefotolia - stock.adobe.com

S.19 @alphaspirit - stock.adobe.com

S.21 @pressmaster - stock.adobe.com

S.23 @Warakorn - stock.adobe.com

S.25 @Rawpixel Ltd. - stock.adobe.com

S.27 @The Cherokee - stock.adobe.com

S.29 @13FTStudio - stock.adobe.com

S.33 @ST.art - stock.adobe.com

S.37 @Masson - stock.adobe.com

S.39 @Nuthawut - stock.adobe.com

S.41 @alekseyliss - stock.adobe.com

S.43 @Wolfilser - stock.adobe.com

S.45 @Dorothee Hoffmann - Arbeit und Leben

S.47 @Delphotostock - stock.adobe.com

S.48/49 @stas111 - stock.adobe.com

S.52 @Monkey Business - stock.adobe.com

S.57 @Arbeit und Leben

S.61 @Rainald König - Arbeit und Leben

S.63 @alphaspirit - stock.adobe.com

S.67 @ri8 - stock.adobe.com

S.68/69 @makistock - stock.adobe.com

S.70/71 @Olivier Le Moal - stock.adobe.com

S.72/73 @kieferpix - stock.adobe.com

S.74/75 @Andrey Popov - stock.adobe.com

S.78 @Yingyaipumi - stock.adobe.com

S.83 @Levin - stock.adobe.com

S.84 @Alessio Russo - stock.adobe.com

S.87 @Masson - stock.adobe.com

S.89 @dwfoto - stock.adobe.com

Die Projekte hinter den Angeboten:



QuiWa – Qualifizierung
im Wandel



BasisKomNet – Arbeitsorientierte
Grundbildung in Netzwerken verankern



Förderprogramm "**Integration
durch Qualifizierung (IQ)**"



LUZI – Lernen und Zukunft
innovativ gestalten



GREENA – Green Skills - Nachhaltigkeit
in der Arbeitswelt 4.0



WeWorkHealthy (WWH) – Gemeinsam
lernen für gesunde Arbeit

**Arbeit und
Leben**

RHEINLAND-PFALZ

Wir leben Bildung!

Arbeit und Leben

RHEINLAND-PFALZ

www.arbeit-und-leben.de

www.facebook.com/arbeitundleben.rlp