

Zukunftskoaching

#GedankenTanken – Eine Region bricht auf

Ein erklärtes Ziel der LEADER-Region Südliches Waldviertel-Nibelungengau ist es, die Region für junge Leute attraktiver zu gestalten. Daher bietet LEADER in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Südliches Waldviertel eine kostenlose Vortrags- und Coachingreihe für 25- bis 40-jährige Regionsbewohner an. Die Inhalte dienen vor allem der persönlichen Entwicklung.

Bildung ist ein wesentlicher Punkt bei jungen Menschen, der oft entscheidet, wo sie leben wollen. Genau da setzt das LEADER-Projekt „Zukunftskoaching“ an. Unter dem Titel „#GedankenTanken – Eine Region bricht auf“ finden im nächsten Frühjahr kostenlose Workshops statt, die der persönlichen Weiterentwicklung der Menschen dienen sollen.

Konkret werden die Themen Kommunikation und Konfliktmanagement, Selbstmanagement, Resilienz, Stressmanagement, Burn Out Prophylaxe und Zieldefinitionen behandelt. Die Vorträge werden von LEADER-Mitarbeiterin Alexandra Katzian BA MA gehalten, die neben einer breit gefächerten sozialwissenschaftlichen Ausbildung auch vielfältige Trainerausbildungen wie beispielsweise Selbsterfahrung, Kommunikation und Ausdruck, Resilienz, sowie Erlebnis- und Spielpädagogik absolviert hat.

Von 18. Februar bis 15. März finden die insgesamt acht Module als Online-Veranstaltungen immer samstags von 8 bis 12 Uhr sowie mittwochs von 17 bis 19 Uhr statt. Ein verlockender Aspekt: Die Volkshochschule vergibt für die Teilnahme an diesen Workshops auch ECTS-Punkte an Studierende. Außerdem können auch Zertifikate für den Arbeitsgeber ausgestellt werden.

Die Module im Überblick:

- Modul 1: Reden ist Silber, Schweigen ist Gold?
Samstag, 18. Februar 2023 von 8-12 Uhr
- Modul 2: Einführung in die Interkulturelle Kommunikation
Mittwoch, 22. Februar 2023 von 17 – 19 Uhr
- Modul 3: Der „gute“ Konflikt?
Samstag, 25. Februar 2023 von 8 bis 12 Uhr
- Modul 4: Training zur deeskalierenden Gesprächsführung
Mittwoch, 01. März 2023 von 17-19 Uhr
- Modul 5: Fokus auf die eigene Marke
Samstag, 04. März 2023 von 8-12 Uhr
- Modul 6: Resilienz kann man lernen
Mittwoch, 08. März 2023 von 17 – 19 Uhr
- Modul 7: Mentale Stärke im Ehrenamt
Samstag, 11. März 2023 von 8-12 Uhr
- Modul 8: Umweltpsychologie & Nachhaltiger Lebensstil
Mittwoch, 15. März 2023 von 17 – 19 Uhr

Vortragende: Alexandra Katzian BA MA

Anmeldung: VHS, office@swv.at, 07415 6760-30

Online- Anmeldung: <http://www.volkshochschule.swv.at/2022/11/15/zukunftskoaching/>