



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Die Macht der Gedanken

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

- Die 4 Instrumente der Selbstführung
- Was kostet mich mein Denken?
- Wie durch Gedanken Stress und Angst entstehen
- Das Unbewusste – Feind oder Freund der Gedanken
- Werden Sie zum Coach Ihres Gehirns
- Automatische Störgedanken und Grübeleien
- Selbsthypnosen
- Glaubenssätze und irrationale Muss-Annahmen
- Selbstbegrenzungen
- Mentale Stabilität erhalten
- Unsere Wahrnehmung: Überwinden eigener Grenzen
- 3 Domänen der Wahrheit – 3 Domänen der Grenzen
- Die Plastizität des Gehirns – Neue neuronale Netze aufbauen und festigen

Kurssprache

Italienisch, Englisch, Deutsch

Beginn

13.05.2024

Ende

13.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

420 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Mitterweg 5

Zielgruppe



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Helga Niederstätter

Gebühr
145 € hds Mitglieder

Anmeldeschluss
13.05.2024

Kursanbieter
HDS SERVICEGENOSSENSCHAFT

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson
hdsWeiterbildung .
Tel. 0471 310 323
Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Hilfestellung und Tipps beim Umgang mit Menschen mit Demenz

Wie kann ich meine Eltern, Großeltern, Partner besser verstehen und sie besser begleiten?

Themenbereich
Integrierte Volkshochschule

Kursbeschreibung

Gibt es Möglichkeiten zu lernen, wie man einen besseren Zugang zu Menschen mit Demenz findet? Ja, man kann vieles lernen! Menschen mit Demenz oder Alzheimer reagieren auf unsere Haltung und unsere Worte. In diesem Kurs bekommen Sie wertvolle Tipps und die Möglichkeit zu verstehen, wie man mit Menschen mit Demenz besser umgehen und kommunizieren kann.

Am Ende des 2-tägigen Kurses werden Sie verstehen, dass sich alte Menschen nicht ändern und dass eine neue Perspektive und ein neuer Blickwinkel, aber vor allem die eigene Haltung dazu beitragen, dass es allen Beteiligten besser geht.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
31.05.2024

Ende
01.06.2024

Kurstage
2

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
0 Minuten

Beschreibung Zeit
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort
Bozen
Schlernstraße 1

Zielgruppe
Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

Referent/in
Alexandra Kaiser

Anna Fink

Gebühr
96 €

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Corso per esercenti le attività di tatuaggio e piercing DEU

Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

Kurssprache



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
10.05.2024

Ende
21.06.2024

Kurstage
6

Beginnzeit
15:00 Uhr

Endzeit
18:30 Uhr

Dauer
0 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Via Firenze 51

Zielgruppe
Giovani, Adulti

Referent/in
Da definire

Gebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
U.P.A.D. - Università Popolare Alpi
Dolomitiche

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Konfliktberatung

Konstruktive Konfliktbearbeitung für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

Die Konfliktberatung bietet Ihnen ein geschütztes und allparteiliches Umfeld, um Konfliktsituationen konstruktiv zu bearbeiten. Sie entwickeln alternative Kommunikationsstrategien und vereinbaren verbindliche Regeln für den täglichen Umgang miteinander. Sie erhalten professionelle Unterstützung, damit Sie als Einzelperson, als Familie oder Arbeitsgruppe wieder handlungsfähig werden.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Kurssprache
Deutsch

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
08.05.2024

Ende
27.12.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
120 Minuten

Beschreibung Zeit

5 Treffen à 60 Minuten. Termin individuell nach Vereinbarung.

Ort

TELOS - Institut für Psychologie & Wirtschaft
Brennerstraße 43

Zielgruppe

Alle, die nicht länger Energie in ungelöste Konflikte stecken wollen.

Referent/in

Elmar Dr. Teutsch

Magdalena Mag. Gasser

Gebühr

120 € ab 120€/ Einheit

Anmeldeschluss

26.12.2024

Kursanbieter

TELOS - Dr. Elmar Teutsch & Co KG

Detailseite zum Kurs

<https://www.telos-training.com/beratung-und-coaching/konfliktberatung/>

Ansprechperson

Magdalena Gasser
Tel. 0471301577
Email info@telos-training.com

Online-Beratung

Beratung unabhängig von Ort und Zeit!

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Ob im Büro, auf Reisen oder von zu Hause aus – die TELOS Online-Beratung ist zeitsparend, flexibel und ortsunabhängig. Sie kommunizieren bequem vom Ort Ihrer Wahl aus, auch nach Feierabend oder am Samstag. Gleichzeitig erhalten Sie einen vertraulichen Rahmen für ihre beruflichen und persönlichen Anliegen. Ihr persönlicher Online-Coach begleitet Sie in Krisensituationen, in Phasen der persönlichen oder beruflichen Veränderung oder bei besonderen Herausforderungen. Die Beratung findet am Telefon oder über vertrauliche Video-Konferenz statt. Auch eine Kombination aus Face-to-Face-Beratung und Online-Beratung ist möglich.

Kurssprache

Deutsch, Englisch, Italienisch

Beginn

08.05.2024

Ende

27.12.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

120 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brennerstraße 43

Zielgruppe

Menschen mit beruflichen und persönlichen Anliegen.

Referent/in

Mag. Magdalena Gasser

Elmar Dr. Teutsch

Gebühr

Anmeldeschluss

26.12.2024

Kursanbieter

TELOS - Dr. Elmar Teutsch & Co KG

Detailseite zum Kurs

<https://www.telos-training.com/beratung-und-coaching/online-beratung/>

Ansprechperson

Magdalena Gasser

Tel. 0471301577

Email info@telos-training.com



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Coaching

Individuelle Beratung für persönliche und berufliche Anliegen

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

Ihr Coach begleitet Sie in Phasen der Veränderung, in schwierigen beruflichen Situationen, bei Rollen- und Beziehungskonflikten, bei persönlichen Klärungsprozessen, bei Entscheidungsfindungen oder bei der Umsetzung konkreter Ziele. Im Coaching bearbeiten Sie Ihre persönlichen und beruflichen Anliegen zielgenau, vertraulich und diskret.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

08.05.2024

Ende

27.12.2024

Kurstage

2

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

120 Minuten

Beschreibung Zeit

Termin auf Anfrage.

Ort

TELOS - Institut für Psychologie & Wirtschaft
Brennerstraße 43

Zielgruppe

Menschen mit Lebens- und Berufsfragen. Einzelpersonen und Arbeitsgruppen.

Referent/in

Elmar Dr. Deutsch

Magdalena Mag. Gasser

Gebühr

120 € ab 120,00€

Anmeldeschluss

26.12.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
TELOS - Dr. Elmar Teutsch & Co KG

Detailseite zum Kurs
<https://www.telos-training.com/beratung-und-coaching/coaching/>

Ansprechperson
Magdalena Gasser
Tel. 0471301577
Email info@telos-training.com

Konflikte

Themenbereich
Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung

- Sie üben bewusste Kommunikation in Konfliktgesprächen durch Wertschätzung und Achtsamkeit
- Sie üben Gesprächstechniken für Ihren Arbeitsalltag
- Sie üben bewusste Kommunikation in Konfliktgesprächen durch Wertschätzung und Achtsamkeit
- Sie erlernen Auseinandersetzungen zu versachlichen und Wertschätzung zu vermitteln

Kurssprache
Deutsch

Beginn
27.05.2024

Ende
27.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
08:30 Uhr

Endzeit
15:30 Uhr

Dauer
360 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
hds Bozen

Zielgruppe

Referent/in
Stefania Calabrò



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

142 € Nichtmitglieder

Anmeldeschluss

27.05.2024

Kursanbieter

HDS SERVICEGENOSSENSCHAFT

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

hds weiterbildung

Tel. 0471 310 325

Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Stress- und Energiemanagement

Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung

Sie haben das Gefühl Ihr Akku ist immer öfter leer? Je mehr Sie leisten, desto mehr nimmt die Arbeit zu? Sie sind schon am Morgen platt? Sie bekommen Familie, Freunde und Beruf nicht mehr unter einen Hut? Sie nehmen sich fest vor alle To-dos konzentriert abzuarbeiten, aber Sie werden immer wieder abgelenkt?

In diesem Workshop lernen Sie Prioritäten zu setzen, systematisch Stress abzubauen und vorzubeugen. Sie lernen Strategien kennen, langfristig mental als auch körperlich leistungsfähig und motiviert zu bleiben. Sie erfahren, wie Sie vorteilhafte Gewohnheiten entwickeln und Pausen Ihnen mehr Zeit schenken als nehmen. Zudem entdecken Sie, wie es Ihnen gelingt, sich noch besser zu konzentrieren und wie Sie richtiges Planen noch produktiver macht.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

11.05.2024

Ende

11.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

08:30 Uhr

Endzeit

16:30 Uhr

Dauer

420 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Bozen

Schlernstraße 1



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Referent/in

Gerold Thaler

Gebühr

119 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

Wege zur persönlichen Stärke und Widerstandskraft

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

Es sind gerade die persönlichen Talente und besonderen Fähigkeiten, die uns widerstandsfähig machen. Das Seminar zeigt, wie Sie Ihre persönlichen Erfolgsfaktoren identifizieren und in konkrete Handlungsstrategien umsetzen können, um Ihre Resilienz zu stärken. Sie werden lernen, Ihre Stärken bewusst wahrzunehmen und zu festigen, sodass Sie motivierter, zielgerichteter und leistungsfähiger werden. Sie werden Aufgaben übernehmen können, die nicht nur Ihre Resilienz stärken, sondern Sie auch persönlich weiterbringen. Auf diese Weise können Sie nachhaltig Ihre Resilienz und Zufriedenheit im privaten und beruflichen Kontext steigern.

Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
16.05.2024

Ende
17.05.2024

Kurstage
2

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
16:00 Uhr

Dauer
600 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Bozen
Schlernstraße 1

Zielgruppe

Referent/in
Michael Lanthaler

Gebühr
169 €

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Der Druck im Job steigt - die Emotionen auch! Umgang mit Emotionen am Arbeitsplatz

Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung
Siehe italienischsprachiges Programm



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Kurssprache
Italienisch

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
05.06.2024

Ende
05.06.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort
Bozen
Südtiroler Straße 60

Zielgruppe
Alle Interessierten

Referent/in
Daniela Rossi

Gebühr
139 € + MwSt.

Anmeldeschluss
29.05.2024

Kursanbieter
WIFI - Weiterbildung und
Personalentwicklung

Detailseite zum Kurs
<https://www.wifi.bz.it/it/formazione/details?verid=10707>

Ansprechperson

Tel.
Email

Dem Leben Gestalt verleihen
Gestalttherapeutische Jahresgruppe

Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

In unmittelbaren Begegnungen sich neu ausrichten, sich entfalten, eigene Lebendigkeit fördern. In einer vertrauten und unterstützenden Atmosphäre können alte festgefahrene Muster aufgegeben werden, oft einhergehend mit Humor, unerwarteten Einsichten. Die Weisheit einer Gruppe nutzen. Raum für berufliche wie persönliche Themen, Ressourcen stärken .. Die Resonanz einer Gruppe in geschütztem und unterstützendem Rahmen bringen eine Entwicklung in Gang, die inneres Wachstum, Sinnfindung und eigene Lebendigkeit fördert.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

05.09.2023

Ende

11.06.2024

Kurstage

281

Beginnzeit

19:30 Uhr

Endzeit

21:30 Uhr

Dauer

1800 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

GestaltAkademie Südtirol
Claudia-de'-Medici-Str. 1a

Zielgruppe

Personen, die Unterstützung und Zentrierung im Alltag suchen, Personen, die sich verändern und ihre Hindernisse begreifen möchten, Menschen, die Kontakt zu ihren Stärken und Fähigkeiten erlangen wollen

Referent/in

Georg Pernter

Gebühr

65 € pro Treffen

Anmeldeschluss

05.09.2023

Kursanbieter

GestaltAkademie Südtirol

Detailseite zum Kurs

<http://gestaltakademie-suedtirol.it/aktuelle-angebote/jahresgruppe-gestalt.html>

Ansprechperson

Georg Pernter
Tel. 3490596819
Email info@gestaltakademie-suedtirol.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Fit im Kopf - fit im Büro Steigern Sie Ihre mentale Fitness!

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

"Ein gutes Gedächtnis merkt sich nicht alles, sondern vergisst das Unwesentliche." (Peter Bamm)

Wünschen Sie sich im Alltag einen klaren Kopf, um alle Anforderungen erfolgreich zu meistern? Möchten Sie sich Namen, Zahlen, Informationen besser merken und Wichtiges nicht vergessen?

In diesem Praxisseminar erfahren Sie, wie Sie das Potenzial Ihres Gehirns besser nutzen. Dabei lautet die Devise: So wenig Theorie wie notwendig und so praktisch wie möglich! Sie erfahren, wie leistungsfähig das Gehirn ist und üben diverse praktische Merktechniken. Sie lernen, wie Sie sich leichter auf eine Aufgabe konzentrieren und auch wie Sie schnell von einer zur anderen Aufgabe umschalten. Zudem zeigt Ihnen die Trainerin, wie Sie Störfaktoren ausblenden und die Kraft der Sprache nutzen können.

- Wie funktioniert das Gehirn?
 - Grundlagen zur Gehirn- und Gedächtnisleistung
- Wie kann ich im Kopf flexibel bleiben?
 - Neue Synapsen schaffen durch Koordinationsübungen
- Wie kann ich mir Namen, Zahlen, Fakten leichter merken?
 - Diverse praktische Merktechniken
- Was brauche ich für eine gute Konzentration?
 - Störfaktoren ausschalten
- Die Kraft der Sprache nutzen
 - "Ich kann das!" Wortschatz statt Wortmüll
- Welche Entspannung kann ich in meinen Alltag einbauen?
 - Übungen als Ausgleich zum Stress
- Beantwortung von Fragen der Teilnehmer/innen

Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
23.05.2024

Ende
23.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
390 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Bozen
Südtiroler Straße 60

Zielgruppe
Sekretär/innen, Assistent/innen und Interessierte

Referent/in
Petra Gamper

Gebühr
139 € + MwSt.

Anmeldeschluss
16.05.2024

Kursanbieter
WIFI - Weiterbildung und
Personalentwicklung

Detailseite zum Kurs
<https://www.wifi.bz.it/de/weiterbildung/details?verid=10768>

Ansprechperson

Tel.
Email

Training vocale funzionale. Metodo Lichtenberger®

Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung



Corsi & Percorsi

corsierpercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Il Metodo Lichtenberger® è il frutto della lunga ricerca che l'insegnante e cantante Gisela Rohmert inizia 40 anni fa, fondando il Lichtenberger® Institut con il nome di Lichtenberger Institut für funktionales Stimmtraining (Istituto di Training Vocale Funzionale di Lichtenberg-Germania) con l'obiettivo perseguito fin dagli esordi di dare attuazione pratica alle scoperte

Kurssprache

Beginn

11.05.2024

Ende

11.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

0 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Via Firenze 51

Zielgruppe

Adulti

Referent/in

DEL COL

Gebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

U.P.A.D. - Università Popolare Alpi
Dolomitiche

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kommunikation, persönlicher Auftritt, Präsentation

Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung

- Grundlagen der Kommunikation
- Körpersprache lesen und einsetzen
- Sprache
- die persönliche Wirkung
- Selbstsicherheit dazugewinnen
- Präsentation und Moderation
- zeitgemäße Umgangsformen
- das richtige Outfit

Kurssprache

Deutsch

Beginn

16.05.2024

Ende

16.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

14:00 Uhr

Endzeit

18:00 Uhr

Dauer

240 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

hds
Mitterweg 5

Zielgruppe

Referent/in

Angelika Mayr

Gebühr

48 € hds+EbK-Mitglieder

Anmeldeschluss

15.05.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
HDS SERVICEGENOSSENSCHAFT

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson
hdsweiterbildung .
Tel. 0471310325
Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Rhetorik-Coaching für Ihren erfolgreichen Auftritt! Einzel-Coaching für überzeugende Präsentation, Reden und Meetings

Themenbereich
Rhetorik, Auftreten

Kursbeschreibung

Im individuellen Rhetorik-Coaching verfeinern Sie Techniken, Körpersprache und Wortwahl, um Ihre nächste Rede unvergesslich zu machen. Ob Präsentation, Pitch oder Event – wir unterstützen Sie dabei, zu inspirieren und Veränderungen anzustoßen. Mit Ihrem Coach trainieren Sie gezielte Techniken, um in Auftrittssituationen locker und gleichzeitig konzentriert zu bleiben. Sie strukturieren den Inhalt Ihrer Rede oder Präsentation und lernen, wie Sie Ihr Publikum neugierig machen, unterhalten und am Ende begeistern. Video-Feedback und spezielle Home-Learning-Unterlagen unterstützen Sie, damit Sie die nächsten Herausforderungen vortrefflich meistern!

Kurssprache
Deutsch

Beginn
08.05.2024

Ende
27.12.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
360 Minuten

Beschreibung Zeit

Das Rhetorik-Coaching beinhaltet 3 Treffen à 3 Einheiten. Termin nach Vereinbarung.

Ort

TELOS - Institut für Psychologie & Wirtschaft
Brennerstraße 43

Zielgruppe

Frauen und Männer, die Ihre Meinung selbstsicher und klar vertreten wollen

Referent/in

Elmar Dr. Teutsch



Corsi & Percorsi
corsierpercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

150 € ab 150€, nach Aufwand.

Anmeldeschluss

26.12.2024

Kursanbieter

TELOS - Dr. Elmar Teutsch & Co KG

Detailseite zum Kurs

<https://www.telos-training.com/termine/rhetorik-coaching-fuer-ihren-erfolgreichen-auftritt/>

Ansprechperson

Magdalena Gasser

Tel. 0471301577

Email info@telos-training.com

Wie kann ich mein Leben leichter machen? "The Work" von Byro

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

"The Work" eröffnet die spannende Möglichkeit in unserem eigenen Denken die Perspektive zu wechseln. Anhand von Beispielen spüren wir stressige Gedanken auf, die uns die Arbeit und das Leben schwermachen. Jeder Stress verursacht eine Anspannung im Körper, diese verringert unsere Energie, hindert unsere Beweglichkeit und stört unsere emotionale Gesundheit. Durch eine behutsame Begleitung gelingt es, festgefahrene Muster und Emotionen zu lockern und Verspannungen aufzulösen. Diese intensive Beschäftigung mit unseren Gedanken und deren Auswirkungen soll zu mehr Frieden, Freiheit und Selbstbewusstsein führen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

08.06.2024

Ende

08.06.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:30 Uhr

Dauer

450 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Bozen

Schlernstraße 1



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Referent/in
Helga Huber

Gebühr
159 €

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Zeitmanagement Mehr Zeit für das Wesentliche

Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung
Siehe italienischsprachiges Programm

Kurssprache
Italienisch

Beginn
05.06.2024

Ende
05.06.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
390 Minuten

Beschreibung Zeit
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort

Bozen
Südtiroler Straße 60

Zielgruppe

Unternehmer/innen, Führungskräfte und Interessierte

Referent/in

Diego Divenuto

Gebühr

149 € + MwSt.

Anmeldeschluss

29.05.2024

Kursanbieter

WIFI - Weiterbildung und
Personalentwicklung

Detailseite zum Kurs

<https://www.wifi.bz.it/it/formazione/details?verid=10708>

Ansprechperson

Tel.
Email

Auf Augenhöhe verhandeln

Ein Training speziell für Frauen

Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung

Verhandlungen bestimmen einen wesentlichen Teil des beruflichen und auch privaten Erfolgs. Wenn es darum geht, Ziele zu erreichen, ist Verhandlungsgeschick von entscheidender Bedeutung. Frauen verhandeln in der Regel aus verschiedenen Gründen nicht gerne. Sie ziehen es oft vor, Konfrontationen zu vermeiden, selbst auf Kosten der Anerkennung ihrer Bedürfnisse.

Dieses Training stärkt Frauen dabei, selbstbewusst in Verhandlung zu gehen. Die Teilnehmerinnen erfahren, wie sie im männerdominierten Umfeld am besten verhandeln und lernen weibliche Verhandlungsstrategien kennen und einsetzen. Sie erfahren, wie sie sich optimal auf Verhandlungen hinsichtlich Inhalt, Ziel und Kommunikation vorbereiten und diese taktisch führen - unabhängig von den Verhandlungspartnern, den Umständen oder dem Gegenstand. Die Verhandlungsexpertin gibt wertvolle Praxistipps, wie externe Widerstände, Gender-Vorurteile und Stereotypen in Verhandlungsprozessen überwunden werden können.

- Verhandlungsführung nach dem Harvard-Konzept: Wo können weibliche Stärken eingesetzt werden?



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

- Erarbeiten einer Erfolgsstrategie und systematische Vorbereitung einer Verhandlung
- Persönlicher Stil in Verhandlungen - Selbstvertrauen in Verhandlungen stärken
- Kurzer Blick auf genderspezifische Unterschiede und Biases (Voreingenommenheit) in Verhandlungen
- Umgang mit Konflikten und schwierigen Verhandlungspartner/innen
- Professionelle Nachbereitung von Verhandlungen
- Praktische Übungen, Austausch, Beantwortung der Fragen der Teilnehmerinnen

Kurssprache

Deutsch

Beginn

10.05.2024

Ende

10.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Bozen

Südtiroler Straße 60

Zielgruppe

Unternehmerinnen, weibliche Führungskräfte, Freiberuflerinnen, die ihre Verhandlungskompetenz steigern wollen

Referent/in

Conny R. Montague

Gebühr

89 € + MwSt.

Anmeldeschluss

03.05.2024

Kursanbieter

WIFI - Weiterbildung und
Personalentwicklung

Detailseite zum Kurs

<https://www.wifi.bz.it/de/weiterbildung/details?verid=10664>

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Rhetorik

Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung

Sagen, was man meint; reden, um zu wirken; fragen, um zu verstehen; sprechen, um der Idee einen Körper zu geben. Rhetorische Fähigkeiten sind von unschätzbarem Vorteil, sei es bei Gesprächen mit Kunden oder im Unternehmen. Sie sind auch unabdingbar, um Mitarbeiter und Teams zu Höchstleistungen zu motivieren. Oft fällt es schwer, so zu kommunizieren, dass der Gesprächspartner tatsächlich versteht, was die eigene Intention ist. Eine konstruktive, wertschätzende Atmosphäre ist ebenso wichtig wie eine kritische Reflexion Ihres eigenen Kommunikationsstils und eine professionelle Vorbereitung. Mit diesem Seminar zum Thema Kommunikation und Gesprächsführung gelingt es Ihnen Ihre Kommunikationsfähigkeit zu verbessern und Ihre Ziele zu erreichen.

Aus dem Inhalt:

- Grundsätze der Kommunikation
- Zuhören ist nicht gleich Zuhören
- Wer fragt der führt
- Grundlagen der Rhetorik
- Rhetorik
- Rhetorik in einer Präsentation - Moderation
- Nonverbale Kommunikation

Kurssprache

Deutsch

Beginn

21.05.2024

Ende

28.05.2024

Kurstage

8

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

840 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

hds Bozen
Mitterweg 5

Zielgruppe



Corsi & Percorsi
corsiiepercorsi.retecivica.bz.it

Referent/in

Peter Werth

Gebühr

72 € hds-+EbK-Mitglieder

Anmeldeschluss

27.05.2024

Kursanbieter

HDS SERVICEGENOSSENSCHAFT

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

[hdsweiterbildung](mailto:hdsweiterbildung@hds-bz.it) .

Tel. 0471/310325

Email hdsweiterbildung@hds-bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it