

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:



Ursula Kraemer M.A.. langjährige Trainerin und erfahrener Coach begleitet Menschen, die ein politisches Mandat anstreben und/oder die ihrem politischen Wirken neue Impulse verleihen wollen.

Zu diesem Zwecke bietet sie Seminare an, in denen das Handwerkszeug für die politische Arbeit vermittelt wird.

Ziel dabei ist es zu lernen, persönlich Profil zu zeigen, eigene Vorstellungen überzeugend in die Diskussion zu bringen und Politik mitzugestalten.

Ein weiteres Ziel ist es, durch die Zusammenarbeit im Seminar Kommunalpolitikerinnen aller Gruppierungen in Kontakt zu bringen, den Erfahrungsaustausch anzuregen und so einen neuen Stil zu prägen.

Zur intensiveren Vorbereitung auf eine politische Kandidatur und zur Reflexion des eigenen Wirkens bietet Ursula Kraemer zusätzlich Einzelcoachings an.

Neben einer fundierten Fachkenntnis und vielfacher Erprobung des Konzepts bringt die Trainerin auch eigene kommunalpolitische Erfahrungen mit.

Frauen auf öffentlichem Parkett

Eine Seminarreihe
für angehende und amtierende
Kommunalpolitikerinnen

ursula kraemer m.a.

navigo

- ▶ coaching
- ▶ beratung
- ▶ mediation



Schienerbergweg 11 88048 Friedrichshafen
Telefon 07541 / 74494 Fax 07541 / 23142
email: uk@navigo-coaching.de
www.navigo-coaching.de



Modul 1 Ich kandidiere

- Die Kandidatur vorbereiten
- Das persönliche Profil vermitteln
- Eigene politische Ziele definieren
- Im Wahlkampf bestehen

Modul 2 Kommunizieren und Präsentieren in der Politik

- Einen Standpunkt vertreten
- Überzeugend auftreten
- Klare Worte finden
- Die Macht der Bilder nutzen

Modul 3 Überzeugend argumentieren

- Kommunikationsregeln beherrschen
- Gesprächs- und Verhandlungsstrategien entwickeln
- Für eigene Vorschläge werben
- Skeptische Gesprächspartner gewinnen

Modul 4 Soziale Kompetenz aufbauen

- Verbale Angriffe standhalten
- Kritik annehmen und äußern
- Konflikte sachlich angehen
- Nein sagen wollen
- Forderungen stellen können

Modul 5 Ziel- und Zeitmanagement – Berufliche und private Aufgaben mit politischem Engagement verbinden

- Persönliche Organisation verbessern
- Unterstützung von außen holen
- Wichtiges und Unwichtiges unterscheiden
- Trotz aller Verpflichtungen: sich selbst nicht vergessen

Modul 6 Kreative Politikgestaltung

- Kreative Ansätze in den politischen Alltag integrieren
- Atmosphäre und Rahmenbedingungen für kreative Arbeit schaffen
- Spielregeln, Hindernisse und Widerstände kennen
- Methoden der Ideenfindung anwenden

Grundlegendes:

- Die Module können einzeln oder im Gesamten gebucht werden.
- Themenkombinationen und weitere Schwerpunkte sind möglich.
- Je nach Themenstellung ist die Arbeit mit Video zur Eigenkontrolle vorgesehen. Die Referentin kann eine Kameraausrüstung zur Verfügung stellen, die Bereitstellung eines Monitors zum Abspielen der Aufnahmen ist notwendig.
- Da in den meisten Modulen **praktisch** geübt wird, sollte die Zahl der Teilnehmerinnen nicht höher als 12 – max. 15 sein, bei Einsatz von Video ist eine Gruppengröße bis maximal 10 sinnvoll.
- An weiterer Medienequipment wird benötigt: Flipchart, Pinnwand mit Moderationsmaterial und Overheadprojektor.
- Es ist empfehlenswert, Pausen (Kaltgetränke, Kaffee) einzuplanen, um den Kontakt der Teilnehmerinnen zu fördern und das erwünschte Netzwerken zu erreichen.

