

Ausbilderinnen und Ausbilder

Mögliche Themen am **Reflexionstag** (6-8 Stunden), im **Workshop** (4-6 Stunden), im **Einzel-Coaching** (1-2 Stunden), im **Team-Coaching** (4 Stunden) oder im **Training** (1-3 Tage)

Lösen von schwierigen Situationen im Team zum Abbau von Druck und Stress

- Wie gehe ich mit meinen Gefühlen und Emotionen und denen der Anderen um?
- Wie finde ich Lösungen durch einen Perspektivwechsel?
- ICH-Botschaft statt DU-Botschaft!

Führen von Auszubildenden-Gesprächen für mehr Struktur

- Wie läuft ein konstruktives Feedback/ Beurteilungs-Gespräch?
- Welche Herausforderungen gibt es und wie gehe ich mit ihnen um?
- Welche Fragetechniken kann ich wie und wann unterstützend einsetzen?

Selbst- und Fremdbild/Qualitätsspiegel zur Teambildung und Reflexion

- Stärke oder Schwäche? Eine Frage der Perspektive.
- Welche Stärken und Fähigkeiten stecken in jedem Einzelnen und im Unternehmen?
- Wie kann ich diese Qualitäten unterstützend im Team einsetzen?

Lerntypen kennen und kombinieren zum Steigern der Motivation

- Welche Lerntypen gibt es und wie lernen sie am besten?
- Welche Methoden führen zu welchem Ergebnis?
- Wie kann ich diese flexibel anwenden?

Eindeutiges Rollenverständnis der Ausbilder*innen für mehr Klarheit

- Welche Rollen gibt es und wann habe ich welche Rolle: Mentor*in, Vermittler*in, Lehrer*in ...?
- Was ist meine Aufgabe in der jeweiligen Rolle und wie kommuniziere ich sie?

Erstellen von Bewertungsbögen für mehr Qualität in der Ausbildung

- Welche Rahmenbedingungen erfordert ein aussagekräftiger und einheitlicher Bewertungsbogen?
- Welche Inhalte und Kompetenzen spielen eine Rolle und wie sollen sie bewertet werden?

Zeit- und Selbstmanagement für mehr Effektivität und Effizienz

- Wie plane ich meinen Arbeitstag und welche Herausforderungen gibt es dabei?
- Wie sage ich: „Nein!“?
- Wie gehe ich Projekte an und welche Fragen muss ich mir für eine erfolgreiche Planung und Durchführung stellen?

Verhalten von Rollen und Gruppen kennen für mehr Führung im Team

- Wie funktionieren Gruppen?
- Welche Typen und Rollen gibt es in der Gruppe oder im Team?
- Wie kann ich zielführend mit ihnen arbeiten?

Auszubildende

Mögliche Themen in einer **Einführungswoche** (5 Tage) zum Ausbildungsbeginn, am **Reflexionstag** (6-8 Stunden), im **Workshop** (4-6 Stunden), im **Team-Coaching** (4 Stunden) oder im **Training** (1-2 Tage):

Werte, Stärken und Fähigkeiten erkennen für mehr Selbstmotivation

- Welche Werte habe ich und was bedeuten diese für mich?
- Wie vereinbare ich sie mit Schule, Beruf, Familie und Freunden?
- Stärke oder Schwäche - wann wird die Schwäche zur Stärke?
- Welche Stärken und Fähigkeiten zeichnen mich aus und wie kann ich diese zielführend einsetzen?

Rhetorik für einen überzeugenden Auftritt

- Was sind die Grundlagen der Rhetorik, z.B. Haltung, Stimme, Gestik, Mimik?
- Wie strukturiere ich eine Präsentation?
- Wie kann ich meine rhetorischen Fähigkeiten nutzen und im beruflichen Alltag einsetzen?
- Wie gebe ich konstruktives Feedback?

Selbstmanagement zur Steigerung des Selbstvertrauens

- Dem Reiz des Dringenden widerstehen - wie unterscheide ich zwischen ‚wichtig‘ und ‚dringend‘?
- Wie sage ich: „Nein!“?
- Wie finde ich neue Wege durch einen Perspektivwechsel?

Ziele und Wünsche definieren für mehr Klarheit in Ausbildung und Alltag

- Vom Wunsch zum Ziel – aber wie?
- Welche Ziele habe ich in den einzelnen Lebensbereichen?
- Wie behalte ich trotz stressigem Alltag in Schule und Beruf meine Ziele im Blick

Ein erstes kostenfreies telefonisches oder persönliches Gespräch dient dem gegenseitigen Kennenlernen. In diesem Gespräch klären wir, worum es Ihnen geht und was Sie durch die Zusammenarbeit mit uns erreichen möchten. Außerdem besprechen wir die Arbeitsweise, den Arbeitsort sowie den finanziellen und zeitlichen Rahmen.

Kontakt: Ramona Mietzschke

Telefon: 030/25 01 36 21 Mobil: 0179/540 59 21 Fax: 030/202 35 20 19

E-Mail: mail@mietzschke-coach.com Webseite: www.mietzschke-coach.com