**Frauen gestalten mit -
in Politik, Zivilgesellschaft,
Wirtschaft ...**

Nüsse knacken - Früchte ernten

Eine lebendige Demokratie braucht die Beteiligung und das Engagement von Frauen. Der Workshop vermittelt das erforderliche Handwerkszeug, damit Frauen mutig ihre Anliegen und ihre Potentiale in öffentlichen Gremien, Vereinen oder Parteien einbringen und durchsetzen, sowie Zivilgesellschaft mitgestalten können.

C → O → A → C → H → I → N → G

**Start ist
am 21.11.2015**

**um
9:00 - 13:00 Uhr**

**im
Bildungshaus Osttirol**

Der Kompetenzworkshop ist ein Tiroler Pilotprojekt und richtet sich an Frauen mit Verantwortung in Politik und Gremien, die eine Standortbestimmung für sich und ihre Arbeit machen möchten. Dafür wird den Teilnehmerinnen Einzelcoaching angeboten. Dieses erfolgt nach terminlicher Absprache nach einer gemeinsamen Einführung in der Gruppe.

tirol Unser Land

Osttirol regionsmanagement

Bildungshaus Osttirol

Orientieren - Ausrichten - Kräfte bündeln

Frauen, die politisch tätig und in öffentlichen Gremien vertreten sind, müssen sich hohen Erwartungen und Anforderungen stellen.

Sie bewegen sich in einem Spannungsfeld unterschiedlichster Interessen. Es ist nicht immer einfach zwischen Erwartungen und persönlichen Anschauungen eine klare Position einzunehmen.

Für ein glaubwürdiges und authentisches Auftreten ist es wichtig, sich bewusst mit dieser Herausforderung auseinander zusetzen.

Nach Jahren des Tuns bedarf es auch einer Positionsbestimmung.

Wo stehe ich? Wohin geht es weiter?

Der Kompetenzworkshop richtet sich an Frauen, die in Politik und Gremien vertreten sind.

Im ersten Teil des Seminars stehen **Austausch in der Gruppe und netzwerken** im Vordergrund.

In einem zweiten Teil sind pro Teilnehmerin **zwei bzw. drei Einzelcoaching Termine** mit professionellen Coaches vorgesehen.

Im Zentrum dieses Seminars stehen die persönlichen Erfahrungen sowie der Umgang mit den Anforderungen und Erwartungen an aktive Frauen. Austausch und Reflexion sind dabei im Vordergrund.
Es geht darum, vorhandene Potenziale und Fähigkeiten zu entwickeln und Kreativität zu entfalten.

Im Rahmen des Kompetenzlehrgangs **„Nüsse knacken Früchte ernten“** werden lehrgangsbegleitend **drei Sternstunden** (das sind Kamingespräche mit Frauen aus Politik, Wirtschaft, Medien) organisiert, an denen auch die Teilnehmerinnen dieses Kurses kostenlos teilnehmen können.

Termine für die Sternstunden:
11.12.2015 / 12.2.2016 / 11.3.2016
immer um 19:00 Uhr

Fachvortrag:
23.10.2015

Mag.a Constanze Sigl und Dr. MMMSc. Ilse Egger begleiten die Teilnehmerinnen

Die beiden professionellen Coaches laden ein, unterschiedliche Perspektiven auf eine als „schwierig erlebte Situation bzw. Beziehung“ einzunehmen.

Dies ermöglicht festzustellen, dass es auch anders sein kann. „Richtig oder falsch“ - „besser oder schlechter“ sind in den Außenbeziehungen immer nur subjektive Sichtweisen. Denn „die Wahrheit“ ist stets abhängig von der eingenommenen Perspektive.

Die genannten Wertungen haben aber eine wichtige und wertvolle Bedeutung und zwar dann, wenn die Frage lautet: „Wie fühlt/en sich die erarbeitete/n Alternative/n an?“ Die Reflexion und die Sicht nach innen geben Antworten und zeigen Handlungsmöglichkeiten auf.

Im Coaching wird gemeinsam gearbeitet an:
- Ursachen für Blockaden
- vorhandenen – oft noch unbewussten – Ressourcen

Außerdem
- nach Unterschieden gesucht, die einen *echten* Unterschied ausmachen
- gemeinsam überlegt „Wie könnte es sein?“
- an Auswirkungen gedacht
- nach dem „inneren Ja“ zu möglichen Antworten gesucht
- und vieles mehr ...

Fragen, Zweifel, Befürchtungen, Vermutungen, Meinungen, Herausforderungen oder was auch immer die einzelne Teilnehmerin beschäftigt, kann im Coaching eingebracht werden, damit die „hartnäckigsten Nüsse geknackt und die köstlichsten Früchte geerntet“ werden.

Mehr Infos zu den beiden Coaches:
Mag.a Constanze Sigl
www.constanze-sigl.at

Dr. MMMSc. Ilse Egger
www. eak.at und www.supervision-coaching.it

INFORMATIONEN:

Information und Anmeldung:
Bildungshaus Lienz
Kärntner Str. 42 | 9900 Lienz
T 04852/65133-0 | M office@bildungshaus.info
Bürozeiten: MO-FR 8:00 bis 12:00 und 13:00 bis 16:00 Uhr

Kosten: 150 € | gefördert von Land Tirol
Termin: Start und Einteilung am **21.11.2015**
Anmeldeschluss: 11.11.2015

Veranstaltungsort: Bildungshaus Lienz

VeranstalterInnen: Der Kompetenworkshop ist ein vom Fachbereich Frauen und Gleichstellung der Abteilung JUFF gefördertes Projekt, das in Zusammenarbeit mit dem Regionsmanagement Osttirol (RMO) und dem Bildungshaus Osttirol organisiert und durchgeführt wird.

www.tirol.gv.at/frauen | www.rmo.at | www.bildungshaus.info