

# Gruppenangebote der Psychologischen Studentenberatung

**O**bes sich um mündliche Prüfungen handelt, um Vorstellungsgespräche, um berufliche oder private Beziehungen, erfolgreiche Kommunikation ist eine der wesentlichen Voraussetzungen für reibungslose „Informationsübertragung“ und damit für Erfolg. Diese nicht neue und grundlegende Erkenntnis beginnt immer weiter um sich zu greifen, und es werden immer mehr Personen, die ihre diesbezüglichen natürlich vorhandenen Fähigkeiten weiter ausbauen bzw. perfektionieren wollen.

Da in den diversen Studienrichtungen (abgesehen von einigen wenigen) primär fachliches Wissen, sog. „hard-skills“ vermittelt werden oder werden können, haben wir von der Psychologischen Studentenberatung uns entschieden, ein Training anzubieten, in dem es sehr praxisbezogen ausschließlich um kommunikative Fähigkeiten (verbale und nonverbale), also „soft-skills“, geht. Es haben nun schon viele solcher Trainings zur vollsten Zufriedenheit der TeilnehmerInnen und der Veranstalter stattgefunden.

Grundsätzlich richtet sich dieses Training an Personen, die sich schon jetzt auf ihre zukünftigen Herausforderungen vorbereiten und ihre kommunikative Flexibilität im Umgang mit Kollegen, Vorgesetzten, Untergebenen, Prüfern, Partnern etc. verbessern bzw. erhöhen möchten.

Die Arbeit findet in der Gruppe statt, in der vorwiegend anhand der Techniken des NLP (=Neurolinguistisches Programmieren),

aber auch der System- sowie der Verhaltenstherapie zuerst Erkennen der und adäquates Reagieren auf die Kommunikationsformen des Gesprächspartners/der Gesprächspartnerin gelernt wird. Dies wird anhand vieler anregender und spannender Übungen passieren, die wir miteinander durchführen.

Wenn wir dabei dann ein entsprechendes

Prüfungen, Bewerbungsgespräch, Problemlösung im Team, Besprechung mit Kollegen etc.) üben.

Anhand von Videoaufzeichnungen werden die trainierten bzw. zu trainierenden Fertigkeiten analysiert und supervidiert, um so nicht nur assoziiertes Lernen (durch Handeln in der Situation), sondern auch dissoziiertes Lernen (durch Beobachtung aus der Distanz) zu ermöglichen.

Anmeldung: telefonisch, schriftlich oder persönlich mit Angabe von Namen, Adresse und Telefonnummer in der **Psychologischen Studentenberatung Graz, Katzianergasse 7/III, 8010 Graz**  
Tel 81 47 48.

Die Teilnehmeranzahl ist für alle Gruppen begrenzt und die Reihung erfolgt nach dem Eintreffen der Anmeldungen. Falls Sie zu den oben angegebenen Terminen nicht mehr teilnehmen können oder erst später teilnehmen wollen, setzen wir Sie, wenn Sie das möchten, gerne auf die Warteliste, und wir verständigen Sie dann von einem der nächsten Trainings.

Im Interesse einer reibungslosen Durchführung und der Personen, die auf der Warteliste stehen, bitten wir Sie, sich nur dann anzumelden, wenn Sie *sicher* teilnehmen wollen.

## alle Workshops auf einen Blick

### *Autogenes Training*

wöchentlich ab 7.11. 10.00-12.00 Uhr

### *Lerntraining und Lerntechniken*

am 13.11. 16.00-19.00 Uhr

### *Prüfungskoaching für mündliche Prüfungen*

am 17.11.97: 17.00 - 20.00 Uhr  
& am 18.11.97: 17.00 - 20.00 Uhr

### *Angewandte Entspannungsmethoden*

ab 17.11. 97: 15.00-16.30 Uhr

### *Soft-Skills-Training*

am 2.12.97: 9.00-12.00 & 13.00-16.00 Uhr  
& am 3.12.97: 9.00-12.00 & 13.00-16.00 Uhr

### *Selbstsicherheitstraining für Frauen*

am 10.12.97: 14.00-17.00 Uhr  
& am 11.12.97: 9.00-12.00 & 13.00-16.00 Uhr

Niveau erreicht haben, werden wir die Anwendung in Rollenspielen (wie z. B.

Die Teilnahme an den Workshops ist kostenlos!