



Kommunikation und Haltung | Rhetorik für das ehrenamtliches Engagement

Seminar-Nr.	2026 B083 EK
Termin	26.10.2026 bis 27.10.2026
Partnerorganisation	SBB Beamtenbund und Tarifunion Sachsen
Tagungsstätte	INNSiDE by Meliá Leipzig Gottschedstraße 1 04109 Leipzig mice.leipzig@melia.com
Seminarleitung	Nannette Seidler Landesvorsitzende SBB
Dozent:innen	Manuela Lott Kommunikationstrainerin
Teilnehmerbeitrag	100,00 Euro Wird mit Zusage fällig und vom SBB in Rechnung gestellt. Kostenübernahme durch den TN auch bei kurzfristigen Absagen oder Krankheit. Dieses Seminar kann nur mit Übernachtung (inkl.) gebucht werden.

Kompetenzorientierte Lernziele

Die Teilnehmenden

- reflektieren die Bedeutung von Kommunikation und demokratischer Haltung für ein respektvolles und konstruktives Miteinander im ehrenamtlichen Engagement.
- analysieren Konflikt- und Belastungssituationen im Ehrenamt und entwickeln Strategien für einen souveränen und situationsgerechten Umgang mit Anfeindungen, Kritik und Provokationen.
- wenden rhetorische und kommunikative Techniken an, um in herausfordernden Gesprächssituationen selbstbewusst aufzutreten, klar zu kommunizieren und deeskalierend zu wirken.
- kennen Unterstützungs- und Hilfsangebote für Ehrenamtliche und entwickeln persönliche Handlungsstrategien, um ihre Handlungsfähigkeit und ihr Engagement auch in schwierigen Situationen zu sichern.

Online-Evaluation

Am letzten Seminartag erhalten Sie eine E-Mail von der dbb akademie. Bitte bewerten Sie die Veranstaltung über den Online-Fragebogen. Ihre Rückmeldung hilft der dbb akademie die hohe Qualität der Schulungen dauerhaft zu gewährleisten. Die Bewertung kann (auch anonym) mit Smartphone, Tablet oder PC durchgeführt werden.

Pausenzeiten

10:30 - 10:45 Uhr	Kaffeepause
12:30 - 13:30 Uhr	Mittagspause
15:00 - 15:15 Uhr	Kaffeepause

Die dbb akademie behält sich das Recht des Dozentenaustausches, Terminverschiebungen sowie die Aktualisierung der Inhalte vor.
--

Methoden

Die Seminarinhalte werden anschaulich durch Vorträge, Präsentationen, Gruppenarbeiten, konkrete Fallbeispiele und Diskussionen sowie durch Feedbackrunden und Simulationen vermittelt. Dabei kommen bewährte Präsentations- und Lernmedien zum Einsatz.

Inhalte

Montag, 26. Oktober 2026

10:00 bis 10:30 Uhr **Begrüßung, Vorstellung, Erwartungsabfrage**
Nannette Seidler

10:30 bis 17:00 Uhr **Haltung zeigen – Kommunikation im ehrenamtlichen Engagement**

- Demokratie, Ehrenamt und respektvolles Miteinander
- Herausforderungen, Anfeindungen und Konflikte im Ehrenamt
- Eigene Rolle, Haltung und Grenzen reflektieren
- Schwierige Situationen erkennen und angemessen reagieren

Praktische Übungen zu Haltung, Sprache und Wirkung

Manuela Lott

Dienstag, 27. Oktober 2026

09:00 bis 16:00 Uhr **Sicher auftreten – Rhetorik und Deeskalation in schwierigen Situationen**

- Wirkung von Sprache, Stimme und Körpersprache
- Selbstbewusst auftreten und klar kommunizieren
- Konflikte entschärfen und Grenzen setzen
- Situationen wertschätzend und „elegant“ beenden

Hilfsangebote, Unterstützungsstrukturen und Transfer in die Praxis

Manuela Lott

16:00 bis 16:30 Uhr **Auswertung des Seminars, Online Evaluation**
Verabschiedung der Teilnehmenden
Nannette Seidler