

Formeln in MS-Excel realisieren

Viele Berechnungen im Beruf und Alltag sind umständlich und wiederholen sich. Hier kann MS-Excel gut helfen! Eine Formel wird einmal eingegeben und ab jetzt berechnet diese schnell das Ergebnis mit den neu eingegebenen Werten. Das ganze lässt sich obendrein noch schön gestalten.



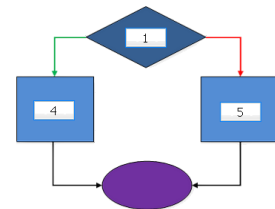
Inhalt:	Formeln konstruieren, prüfen und ansprechend gestalten
Zeitungfang:	Grundlagen 2 UE, Praktische Übungen 2 UE, evtl. mehr
Voraussetzungen:	Grundfertigkeiten in MS-Excel
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Bitte eigene Berechnungswünsche mitbringen

www.frauke-berbig.de



MS-Excel wirklich verstehen

Das Programm zeigt seine wahre Stärke in Verknüpfungen von Bedingungen, die ein Ergebnis beeinflussen. Ihnen liegt meist nur eine JA-NEIN-Logik zu Grunde, deren Prinzip es zu durchschauen gilt.



Inhalt:	Bedingungsfunktionen kennen lernen und anwenden
Zeitungfang:	Grundlagen 2 UE, Praktische Übungen 6 UE
Voraussetzungen:	Grundfertigkeiten in MS-Excel
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



MS-Excel für Liebhaber

Der tägliche Umgang mit Zahlen, Text und Logik lässt sich mit MS-Excel interessant und unterhaltsam gestalten. Mit den vielfältigen Möglichkeiten lässt sich fast alles notieren, sortieren, berechnen, auswerten und gelungen präsentieren. Auch große Informationsmengen, Datenbanken und Zeitberechnungen werden nutzen gelernt.



Inhalt:	Fortgeschrittene Anwendungen mit Spaß am Kombinieren
Zeitungfang:	Grundlagen 4 UE, Praktische Übungen 4 UE
Voraussetzungen:	Gute Fertigkeiten im Umgang mit MS-Excel
Teilnehmerzahl:	8
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



MS-Word pfiffig nutzen!

„Wer schreibt, der bleibt!“

Das Schreiben am Rechner kann man nach dem „Adler“-Prinzip machen

- Kreisen über der Tastatur und treffen -
oder mit Fuchsschläue schnell haben.

MS-Word bietet viele Möglichkeiten,
man muss sie nur raffiniert anwenden!



Inhalt:	Tiefere Einblicke in Nützliches von MS-Word
Zeitumfang:	Grundlagen 2 UE, Die Tipps 2 UE, Übungen 4 UE
Voraussetzungen:	Grundfertigkeiten in MS-Word
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

MS-PowerPoint für Vorträge mit Pfiff

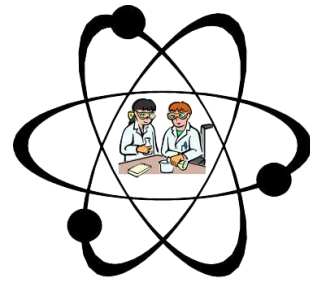
Wenn Rechner und Video-Projektor zur Verfügung stehen lassen sich manch schwer erklärbare Dinge vorteilhaft mit einem Präsentationsprogramm vortragen. Besonders die Verwendung von Bildern und Zeichnungen können das Zuschauen spannend und erlebnisreich machen, keiner schläft ein!



Inhalt:	Einführung in MS-PowerPoint an hand Standardvorhaben
Zeitumfang:	Grundlagen 4 UE, Praktische Übungen 4 UE
Voraussetzungen:	Grundfertigkeiten
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

Technik und Physik * Ein Wunschprogramm

Nicht alle interessanten Themen können in der Schule umfassend behandelt werden. Besonders Erscheinungen der Natur haben oft verblüffend einfache Ursachen und Zusammenhänge. Hier können offene Fragen gestellt und neue Sichtweisen entdeckt werden.



Inhalt:	Antworten auf eigene Fragen zu Technik und Physik
Zeitraum:	4 UE
Voraussetzungen:	Naturwissenschaftliches Interesse an den Dingen um uns
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Besprechungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



Digitalbilder in Form bringen (IrfanView)

Wer engagiert fotografiert will aus seinen Digitalbildern das Beste herausholen. Mit dem kostenlosen Bildbearbeitungsprogramm „IrfanView“ lassen sich viele Gestaltungsvorhaben umsetzen. Von der einfachen Bildkorrektur bis zur genialen Fotomontage sind viele Möglichkeiten gegeben, um in den eigenen Bildern den persönlichen Stil herauszuarbeiten.



Inhalt:	Grundlagen der Bildbearbeitung und Programmfunktionen
Zeitraum:	Bildgestaltung 2 UE, IrfanView 2 UE, Übungen 2 UE
Voraussetzungen:	Fotokenntnisse, Gestaltungswünsche und Fleiß
Teilnehmerzahl:	8
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



Digitalbilder in Form bringen (PhotoShop)

Wer engagiert fotografiert will aus seinen Digitalbilder das Beste herausholen. Mit dem Bildbearbeitungsprogramm „Adobe-Photoshop“ lassen sich viele Gestaltungsvorhaben umsetzen. Von der einfachen Bildkorrektur bis zur genialen Fotomontage sind viele Möglichkeiten gegeben, um in den eigenen Bildern den persönlichen Stil herauszuarbeiten.



Inhalt:	Grundlagen der Bildbearbeitung und Funktionen
Zeitungumfang:	Bildgestaltung 2 UE, Photoshop 4 UE, Übungen 2 UE
Voraussetzungen:	Fotokenntnisse, Gestaltungswünsche und Fleiß
Teilnehmerzahl:	8
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen



Sachfotos richtig geknipst

Im Berufsleben muss oft etwas im Bild festgehalten werden, um einen Sachverhalt gut zu erklären. Es geht um Kenntnisse über die optimale Anordnung von Gegenständen, die günstigste Beleuchtung und die richtigen Kameraeinstellungen.

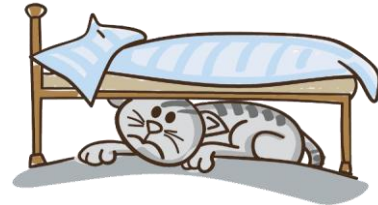


Inhalt:	Aufnahmebeleuchtung und Kameraeinstellungen
Zeitungumfang:	Kameratechnik 2 UE, Gestaltung 2 UE, Übungen 2 UE
Voraussetzungen:	Beherrschung der eigenen Digitalkamera
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen



Hemmungen in den Griff bekommen

Man steht da, will etwas tun und ist irgendwie blockiert, etwas hindert uns am ersten Schritt. Sind es Versagensängste, Minderwertigkeitsgefühle oder was? Wie kann man damit besser umgehen?



Inhalt:	Selbsterkennen, Ziel setzen und innere Haltung klären
Zeitumfang:	Grundlagen 2 UE, Praktische Übungen mit VIDEO 6 UE
Voraussetzungen:	Die Absicht, sich aktiv weiter zu entwickeln
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

Die Nebenwirkungen in Gesprächen

Kommunizieren heißt „sich gegenseitig mitteilen“!
ABER, was wirkt im Gespräch mit?
Körpersprache!

Es geht um eigene Befindlichkeiten und die Beziehung zum Gesprächspartner, alles findet unbewusst statt!



Inhalt:	Die vier Komponenten und mehr einer Nachricht
Zeitumfang:	Grundlagen 2 UE, Praktische Übungen mit VIDEO 4 UE
Voraussetzungen:	Interesse am Thema
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

Erfolgreich ausbilden Ihr Engagement in Aktion

Ihr Schlüssel zum Erfolg liegt in Ihrem eigenen Herangehen, in Ihrer eigenen Haltung!
Es gilt, verschiedene Sichtweisen zu entdecken und zuzulassen und mit geeigneter Kommunikation gemeinsame Lösungen zu finden.



Inhalt:	Kommunikation und Selbstreflektion als Methoden Fakten für eine gelingende Zusammenarbeit
Zeitumfang:	8 UE
Voraussetzungen:	Aufgeschlossenheit und aktiver Lernwille
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



Die Spezifika der heutigen Azubi

Die Zeiten entwickeln sich, jede Generation wächst unter neuen, veränderten Bedingungen auf.
Wie sind sie jetzt drauf, die Azubis?
Die Sprüche über die Jugend stimmen immer wieder, vom alten Rom bis in unsere High-Tech-Kommunikations-Ära!



Inhalt:	Analyse der ‚Besonderheiten‘ unserer heutigen Jugend
Zeitumfang:	8 UE, evtl. praktische Übungen anhand von Filmen
Voraussetzungen:	Aufgeschlossenheit und aktiver Lernwille
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



Handlungsmöglichkeiten in schwierigen Situationen

Konflikte klären heißt in erster Linie Beziehungen klären!
Zunächst ist die Situation sachlich zu reflektieren, dann sind Handlungs- und Lernbedarf zu erkennen und schließlich sollte die eigene Herangehensweise entwickelt werden.



Inhalt:	Strategien und praktische Möglichkeiten zu handeln
Zeitumfang:	4 UE, Praktische Übungen 2 UE
Voraussetzungen:	Bereitschaft zu anderen Sichtweisen
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

Wie sich ein Team entwickelt

Immer wenn Menschen an einer gemeinsamen Arbeitsaufgabe zusammen wirken, entwickelt sich naturgemäß ein Gruppenverhalten und das nach wiederkehrenden ‚Mustern‘.



Inhalt:	Die Phasen der Teamentwicklung (Teamuhr)
Zeitumfang:	4 UE, Praktische Beispiele 2 UE
Voraussetzungen:	Interesse an Hintergrundwirkungen
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

Wie mit der Sprache herausrücken

Es gibt viele Gründe, in manchen Konstellationen nichts zu sagen und wenn uns eine Situation nicht so geheuer vorkommt, fallen uns all diese Gegengründe ein um ja nicht unangenehm aufzufallen.

Aber wie steht es damit, doch etwas sagen zu müssen?



Inhalt:	Beziehungen in einer Situation erkennen und klären
Zeitraum:	Kommunikation 2 UE, Situationsreflektion 6 UE
Voraussetzungen:	Aufgeschlossenheit
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

Lernen von Lamas und Alpakas

Ein bewusstes Miteinander heißt, zu wissen, warum man sich jemandem gegenüber so oder so verhält.

Unter Menschen ist das gesprochene Wort sehr wichtig, bei Lamas und Alpakas bedeutet es nichts. Sie nehmen uns Menschen nur über unsere Ausstrahlung wahr.

Diese Tiere zeigen uns, wie wir wirken und wie respektvoll wir auftreten.



Inhalt:	Tierkunde und die Wirkung unserer Körpersprache
Zeitraum:	Einführung/Auswertung 2 UE, Tierische Übungen 6 UE
Voraussetzungen:	Wille zur Selbsterfahrung
Teilnehmerzahl:	10
Hinweise:	Outdoor-Kleidung

Im Team wirklich zusammenarbeiten

Ein Team bringt mehr als die Summe aller Leute!
Synergie-Effekte treten dann auf, wenn alle Mitglieder echt kooperieren.

Jeder weiß um den wichtigen Beitrag des anderen
und handelt im Sinne des gemeinsamen Erfolges.

Teamarbeit bedeutet: Ein Ergebnis aller!

Welchen Beitrag leiste ich im Team?



Inhalt:	Wirkungen im Team und Handlungsgrundsätze
Zeitumfang:	Einführung, Wirkungen 2 UE, Teamverhalten 2 UE
Voraussetzungen:	Interesse am Gruppengeschehen
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



Gespannte Lage – Was tun?

Etwas ‚angestellt‘ oder ‚schlechte Launen‘: Die Stimmung ist angespannt. Der berufliche Alltag muss aber trotzdem weitergehen, es gibt kein Abducken oder Weglaufen! Einzig vernünftig wäre, alles wieder im Lot zu haben – na los! Das kann gelernt und geübt werden!



Inhalt:	Gründe, Hintergründe und Möglichkeiten erkennen
Zeitumfang:	Einführung 2 UE, Praktische Übungen 2 UE
Voraussetzungen:	Interesse an Konfliktlösungen
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



Klug planen + Konsequenz = Zeitmanagement

„Ich habe keine Zeit!“ – gibt es nicht! Stattdessen:

Für diese Sache kann ich mir keine Zeit einteilen!
Die so bezeichnete Zeitknappheit lässt sich nur mit klugem Zeitplan und dessen konsequente Umsetzung meistern. Wie das anzugehen ist und welche Hürden genommen werden müssen lässt sich lernen.



Inhalt:	Sinnvoller Umgang mit der Zeiteinteilung und viele Tipps
Zeitumfang:	Grundlagen 2 UE, Praktisches Beispiel 2 UE
Voraussetzungen:	Permanente, persönliche Zeitnot
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de



Umgang mit Chefs

Beim Vorgesetzten will man nichts verpatzen,
die Worte liegen wie auf der Goldwaage,
das Herz rutscht in die Hose ...

Ist das so? Muss das so sein? Geht das auch anders?

JEIN! NEIN! JA!

Es liegen sehr verschiedene Rollen vor: der ‚Chef‘ als Planer und
Leiterpersönlichkeit, der Azubi als Einsteiger.

Beide haben die gleiche Zielrichtung nur jeweils andere Positionen.



Inhalt:	Beziehungen und eigenen Stand klären
Zeitumfang:	Einführung 2 UE, Praktische Beispiele 2 UE
Voraussetzungen:	Wertschätzung anderer Personen
Teilnehmerzahl:	12
Hinweise:	Für Übungen sind eigene Beispiele willkommen

www.frauke-berbig.de

