

## SEMINAREINLADUNG

**Thema: Kommunikationstraining – Umgang mit Stress und Konflikten**

**Referentin: Kerstin Zeise**

**Termin: Samstag, 6. Juni 2026, 10:00 Uhr**

**Ort: Kommunalunternehmen, Dorfplatz 1, 94559 Niederwinkling**

### Seminarbeschreibung:

Trotz Misserfolg den Kopf nicht in den Sand stecken, das ist lernbar. Menschen mit diesen Fähigkeiten erholen sich leichter von Rückschlägen und gehen daraus souverän hervor. Die sinnvolle Nutzung verbaler und nonverbaler Gesprächsführung gilt als wichtige berufsrelevante Kompetenz im Umgang mit Stress und Konflikten.

In diesem Praxisseminar analysieren die Teilnehmenden ihr bisheriges Kommunikationsverhalten und trainieren anschließend in Rollenspielen, wie sie ihr Verhalten für die politische Arbeit künftig situationsbezogen besser gestalten können.

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir laden Sie herzlich zu diesem Seminar ein. Bitte geben Sie diese Einladung an die Mitglieder Ihres Orts- bzw. Kreisverbandes, Bürgermeisterinnen und Bürgermeister, Gemeinde-, Stadt- und Kreisrätinnen und -räte, sowie an interessierte Bürgerinnen und Bürger weiter.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldungen bitte bis spätestens eine Woche vor dem Veranstaltungstag.

Bitte richten Sie Ihre Anmeldung direkt an die für Sie zuständige Bildungsbeauftragte für Niederbayern:

**Karina Luginger**

E-Mail: [luginger@bkb-bayern.de](mailto:luginger@bkb-bayern.de)

Anmeldungen und Seminarinformationen auch über die BKB-Website:

[www.bkb-bayern.de/region/niederbayern](http://www.bkb-bayern.de/region/niederbayern)

Sobald uns Ihre Anmeldung erreicht, erhalten Sie eine Bestätigung. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Mit freundlichen Grüßen  
Ihre BKB-Geschäftsstelle  
– Seminarverwaltung –

Gefördert durch:  
Bayerisches Staatsministerium für  
Unterricht und Kultus

