

FRAUENSEMINAR für taube Frauen

Seminarbeschreibung zur Antragstellung beim Integrationsamt Resilienz, Selbstsicheres Auftreten und Handlungssicherheit im Arbeitsleben

Termin:	26.-29.November 2026 (Anmeldeschluss: 29.Okt. 2026)
Zielgruppe:	taube berufstätige Frauen
Unterrichtssprachen:	Deutsche Gebärdensprache (DGS)
Anzahl der Teilnehmenden:	4-8

1.Begründung des Seminars

Selbstsicheres Auftreten, die Fähigkeit zur klaren Positionierung sowie ein konstruktiver Umgang mit herausfordernden Situationen sind zentrale Anforderungen im modernen Arbeitsleben. Für taube Frauen entstehen dabei spezifische Herausforderungen, die sich aus der Kombination von kommunikativen Barrieren, geschlechtsspezifischen Erwartungen sowie strukturellen Rahmenbedingungen ergeben.

Insbesondere in überwiegend hörenden Arbeitsumfeldern sind taube Frauen häufig mit komplexen Kommunikationssituationen konfrontiert, in denen sie sich behaupten, ihre Perspektiven einbringen und ihre Rolle aktiv gestalten müssen. Diese Situationen erfordern nicht nur kommunikative Kompetenzen, sondern auch ein hohes Maß an innerer Stabilität, Selbstbewusstsein und Resilienz.

Resilienz beschreibt in diesem Zusammenhang die Fähigkeit, mit Belastungen, Unsicherheiten und wiederkehrenden Herausforderungen konstruktiv umzugehen und handlungsfähig zu bleiben. Für taube Frauen ist diese Fähigkeit insbesondere vor dem Hintergrund wiederkehrender Missverständnisse, eingeschränkter Zugänge zu informeller Kommunikation sowie erhöhter Anforderungen an Sichtbarkeit und Selbstvertretung von besonderer Bedeutung.

Das Seminar richtet sich ausschließlich an taube Frauen und hat einen unmittelbaren beruflichen Bezug. Anhand typischer Situationen aus dem Arbeitsalltag, etwa Teamkommunikation, Besprechungen, Präsentationssituationen oder informelle Gespräche, werden arbeitsplatzbezogene Kompetenzen vermittelt, die unmittelbar in die Praxis übertragbar sind und die individuelle Handlungssicherheit nachhaltig stärken.

Im Mittelpunkt steht die Entwicklung einer klaren, selbstbewussten und reflektierten beruflichen Rolle sowie die Fähigkeit, auch in herausfordernden Kommunikationssituationen souverän zu agieren. Ziel ist es, die eigene Wirkung bewusst zu gestalten, Grenzen zu setzen, Positionen zu vertreten und dabei die eigene Stabilität zu bewahren.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Verbindung von Resilienz, Kommunikation und Identität. Die Teilnehmenden reflektieren ihre Rolle als taube Frauen im beruflichen Kontext und entwickeln Strategien, um mit externen Erwartungen, Drucksituationen und strukturellen Herausforderungen konstruktiv umzugehen.

Darüber hinaus wird die Gehörlosenkultur als Ressource in den Seminarprozess integriert. Sie dient als Grundlage für Identitätsstärkung, Selbstbewusstsein und die Entwicklung einer positiven Perspektive auf die eigene Kommunikationsform und Lebensrealität.

2. Ziele und Inhalte

Ziel des Seminars ist es, taube Frauen in ihrem selbstsicheren Auftreten zu stärken, ihre Resilienz im beruflichen Kontext zu fördern und ihre Handlungssicherheit in unterschiedlichen Kommunikations- und Entscheidungssituationen systematisch zu erweitern.

Die Teilnehmenden lernen, ihre eigene Rolle im beruflichen Kontext bewusst zu reflektieren, ihre Stärken gezielt einzusetzen und ihre kommunikative Wirkung aktiv zu gestalten. Sie entwickeln Strategien zur klaren und strukturierten Kommunikation sowie zur souveränen Positionierung in unterschiedlichen beruflichen Situationen.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Entwicklung individueller Resilienzstrategien. Die Teilnehmenden setzen sich mit eigenen Belastungssituationen auseinander und erarbeiten konkrete Handlungsansätze für den Umgang mit Stress, Unsicherheit und Druck im Arbeitsalltag.

Darüber hinaus werden dialogische Kommunikationssituationen gezielt trainiert. Die Teilnehmenden üben, ihre Bedürfnisse klar zu formulieren, Grenzen zu setzen und auch in herausfordernden Gesprächssituationen handlungsfähig zu bleiben.

Ein weiterer Fokus liegt auf der Reflexion der eigenen Wirkung sowie der bewussten Gestaltung von Präsenz und Auftreten. Die Teilnehmenden erhalten Feedback zu ihrem Kommunikationsverhalten und entwickeln Strategien zur Weiterentwicklung ihrer persönlichen Wirkung.

Durch praktische Übungen, Rollenspiele, Simulationen realer Situationen sowie strukturierte Reflexionsphasen werden Strategien entwickelt, die unmittelbar auf den individuellen Berufsalltag übertragbar sind.

3. Seminarleitung

Rona Meyendorf, Hörgeschädigtenpädagogin und staatlich geprüfte taube Gebärdensprachdolmetscherin

Bei Anmeldung werden die Zimmer für die Teilnehmer im Tagungshotel Duhnen automatisch reserviert. Übernachtungskosten sind nicht in der Teilnehmergebühr inbegriffen. Sonderpreis für die Teilnehmer 158,00 € je Nacht im Tagungshotel Duhnen.

Dieses Seminar wurde vom Integrationsamt Hildesheim als förderungsfähig im Sinne von § 24 SchwbAV anerkannt.

Anmeldung Online: www.institut4c.de