

1 K4Königstraße 93  Bahnhof**NLP-Netzwerk Bayern e.V.***P.R.O.S.T. – wohl bekomm's: mit Spaß lernen und kommunizieren*

P.R.O.S.T. steht für verschiedene Methoden und Kommunikationstechniken, die Sie unterstützen

- um effektiv zu lernen und Lernblockaden abzubauen
- um gut in Kontakt mit anderen zu kommen
- um Perspektiven aufzubauen und
- um eigene Ziele im privaten und beruflichen Bereich zu erreichen.

In Kurzvorträgen erhalten Sie einen Überblick zu den wichtigsten Methoden und dem psychologischen Ansatz des NLP (Neuro-Linguistisches Programmieren). In Mini-Workshops erleben Sie jeweils eine der Methoden und können so die Anwendung direkt für sich selbst testen.

18:15 Uhr und 19:30 Uhr: *Einführung in die Methoden und Techniken des NLP.* Kurzvortrag

18:45 Uhr: Ingrid Schwartz: Lernunterstützung für Schüler, die so genannte hoffnungslose Fälle sind. Workshop




20:00 Uhr: Ulrike Wikner: *P* steht für *Pacing*. Erleben Sie diese Methode am Thema „Witze richtig erzählt“. Workshop

21:00 Uhr: Henning Schwartz: *O* steht für *Orientierungsmuster und Ziele*. Gestalten Sie Ihre Zukunft – jetzt! Workshop

22:00 Uhr: Johann Garnitschnig: *S* steht für die *Sinneskanäle: sehen, hören, fühlen, riechen, schmecken*. Lernen Sie Ihre eigenen Präferenzen genauer kennen und erleben Sie, wie Sie Ihre Kommunikation effektiv „auf der gleichen Wellenlänge“ gestalten können. Workshop

23:00 Uhr: Werner Schmidt: *R* steht für *Rapport*. Wenn Sie einen guten und funktionierenden Kontakt mit anderen haben, haben Sie Rapport. Mit spielerischen Aufgaben aus dem Bereich der Improvisation werden Sie Erfahrungen machen, die Sie so schnell nicht wieder vergessen werden. Workshop

24:00 Uhr: Dr. Jutta Heller: *T* steht für *Timeline*. Wenn Sie sich Ihr Leben als einen zeitlichen Ablauf vorstellen, so zieht sich die Timeline wie ein roter Faden durch die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Am Thema „Stärken und Ressourcen nutzen“ erleben Sie, wie Sie Ihre Erfahrungen erfolgreich nutzen können. Workshop

**2 Institut für moderne Kunst Nürnberg**Luitpoldstraße 5  Bahnhof

Joseph Beuys, Gerhard Richter und Andy Warhol unter einem Dach!

Wussten Sie, dass es in Nürnberg eine „Wohn-gemeinschaft“ von rund 10.000 internationalen Künstlerinnen und Künstlern gibt?

Das Institut für moderne Kunst Nürnberg beherbergt in seiner einzigartigen Bibliothek und seinem Archiv auf ca. 1.200 Regalmetern zahllose Bücher und Drucksachen zur zeitgenössischen Kunst.

Als Spezialbibliothek zur Kunst nach 1945 werden hier seit 1967 neben Ausstellungskatalogen auch Einladungskarten, Presseauschnitte und Plakate zeitgenössischer Künstler gesammelt und in Künstlerdossiers eingearbeitet, um diese der kunstwissenschaftlichen Forschung und jedem Interessierten bereit stellen zu können.

Das Institut für moderne Kunst lädt Sie ein, bei einer Führung durch seine große Künstler-WG in ein Meer von Dokumenten und Informationen zur internationalen Gegenwartskunst einzutauchen - vom „Newcomer“ bis zum „Klassiker“.

Beginn: Führungen ab 18:00 Uhr zur vollen Stunde, maximal 10 Besucher

