

### 1. Zum Seminar „Diktatur und Demokratie“ mit Frau Klier:

*„Da ich in der alten Schule nichts außer das Wesentliche über das Thema DDR erfahren habe, war so ein erlebnisnaher Bericht wie der von Frau Klier besonders aufschlussreich und wird mir so schnell nicht aus dem Kopf gehen.“*

Auf die Frage „Was hat Sie berührt?\": *„Der ganze Vormittag. Man kennt zwar viele Geschichten, aber es ist viel bewegender, diese Geschehen von einer Zeitzeugin zu hören, die in vollem Maße betroffen war und sich dann auch eingemischt hat.“*

*„Mich berührte der Wille der Referentin, uns möglichst ausgiebig zu informieren, damit hier im Westen nicht ein falsches Bild über die ehemaligen DDR-Verhältnisse entsteht.“*

*„Es war sehr interessant und lehrreich. Man hat auch das wahre Gesicht der falschen Demokratie kennengelernt und nach diesem Vortrag sollte man unser jetziges System umso mehr schätzen.“*

*„Der Vortrag hat einem klar gemacht, wie wichtig es ist, sich für Politik zu interessieren und seine Wahlstimme zu nutzen. Dies werde ich tun.“*

*„Der ganze Tag war sehr berührend und hat mich nachdenklich gemacht. ... Mir ist nochmal bewusst geworden, wie viele Diktaturen es immer noch auf der Welt gibt. Kurzfristig wird sich mein Verhalten insoweit ändern, dass ich einiges nachlesen werde.“*

*„Mein Verhalten wird sich insoweit ändern, dass ich mein neu erworbenes Wissen auch mit anderen teilen werde, um auch anderen in meinem Alter und jünger bewusst zu machen, wie schrecklich Diktaturen sind. Außerdem werde ich vor Wahlen mich genauer über die Parteien und ihre Ideologien informieren.“*

*„Der Vortrag hat einem klar gemacht, wie wichtig es ist eine Wahlstimme zu haben und zu nutzen und sich mehr für Politik zu interessieren.“*

*„Ich würdige Deutschland als Demokratie deutlich mehr.“*

*„Ich werde noch mehr an mich und meine Träume glauben und dafür kämpfen.“*

### 2. Zum Seminar „Alles eine Frage der Interpretation? – Politik in den Medien“ mit Herrn Schnee:

*„Interessant war das ganze Thema ..., denn ich habe vorher nie darüber nachgedacht, wer wen beeinflusst. In Erinnerung wird mir die Manipulation bleiben.“*

*„Eindrucksvoll und interessant fand ich, wie die Politik die Medien und die Medien die Politik manipulieren und somit die Mehrheit der Bevölkerung.“*

*„Ich werde mit offeneren Augen durchs Leben gehen und die Medien (Zeitung, Nachrichten, etc.) anders wahrnehmen.“*

*„Interessant war zu erfahren, wie viel die Medien einem vorgaukeln. Sehr spannend war auch zu erfahren, wie wir Medien deuten können.“*

*„Hat mich bewegt! Ich muss mehr lesen und mich informieren!“*

### 3. Zum Rhetorik-Seminar mit Herrn Dr. Stirnberg:

*„Es war beeindruckend, inwieweit Rhetorik in unserem Alltag behilflich sein kann, wie weit sie einen bringt und wie oft sie auftaucht.“*

*„Ich fand es gut, dass wir aufgenommen wurden und gute und negative Kritik erhalten haben. Diese wird mir in Erinnerung bleiben. Die Blätter, die wir erhalten haben, werde ich aufbewahren und mir bei Präsentationen oder Vorstellungsgesprächen noch einmal zu Gemüte führen.“*

*„Es war eine sehr konstruktive Kritik, die ich von Herrn Dr. Stirnberg erhalten habe. Daher werde ich an meiner Haltung während Präsentationen etwas ändern.“*

*„Interessant und eindrucksvoll am Seminar war, dass man wirklich auf kleinste Details achten sollte, um erfolgreich zu sein.“*

*„Ich werde meine nächsten Referate gründlicher vorbereiten und deutlicher auf Kleidung, Haltung, Gestik und Mimik achten.“*

*„Langweiliges spannend erzählt – viel Material zum Anschauen – interessante Themen – man hat viel gelernt“*

### 4. Zum Seminar „Die Marke ICH – Umgangsformen als Karrierefaktor“ mit Frau Vogelsang und Frau Bischof:

*„Gut fand ich, dass alle Teilnehmer eine persönliche Kritik und Verbesserungsvorschläge erhalten haben.“*

*„Meine Unsicherheit, vor fremden Menschen etwas vorzutragen, wird sich legen. Durch das Seminar habe ich schon viel Nervosität ablegen können.“*

*In Erinnerung bleiben wird mir „Das Essen!!! Vieles wusste ich zwar schon, aber anwenden konnte ich es noch nicht. Und die Tipps für Frauen im Vorstellungsgespräch.“*

*„Ich werde viel mehr auf mein Auftreten achten (→ Stand, Hände, Blick, Stimme) und werde versuchen dieses zu verbessern, z.B. durch Übungen vor dem Spiegel.“*

*„Ich werde selbstsicherer meinen Charakter vertreten, da ich gelernt habe, dass authentisch sein das Wichtigste ist.“*

*„Ich fand es super, dass Frau Bischof uns so gut analysieren konnte und uns helfen konnte zu uns zu finden. Es war richtig gut, uns auf der Kamera zu sehen.“*

*„Mir hat es sehr gut gefallen. Es war interessant zu sehen, welche bestimmten Tischmanieren es gibt und wie sie einzuhalten sind. Ebenfalls hat mir der Vortrag sehr gut gefallen und die ‚Stylingberatung‘ für ein Bewerbungsgespräch.“*

*„Was mir sehr gut gefallen hat, war der Auftritt vor der Kamera, um das eigene ‚Ich‘ vielleicht etwas zu stärken. Auch die ganzen Übungen, die wir gemacht haben, waren von Vorteil.“*

*„Gut und interessant war, wie Frau Bischof so nett und gefühlvoll mich analysiert hat.“*

*„Ich werde beim Essen gehen und vor allem bei Geschäftsessen bewusster auf die Etikette achten.“*

*„Am Seminarteil mit Frau Vogelsang fand ich gut, dass sie vieles sehr ausführlich erklärt hat. Interessant fand ich ebenfalls ihre Tipps für das richtige Verhalten bei Geschäftsessen. ... Ich nehme aus dem Seminar eine ganze Menge mit und an meinem Verhalten wird sich auch etwas ändern. Ich werde versuchen, die ganzen Ratschläge bei kommenden Vorstellungsgesprächen umzusetzen und so natürlich wie möglich zu sein...“*

### **5. Zum Seminar „Der erste Eindruck zählt – Kleidung bewusst einsetzen“ mit Frau Brablec:**

*„Ich fand es gut, dass Frau Brablec sich um jeden einzelnen gekümmert hat, die Präsentation sehr interessant war und auch überhaupt nicht monoton. Sie wusste wirklich, wovon sie spricht und hat Spaß an ihrer Arbeit.“*

*„Vorher wusste ich nicht, dass nicht alle Farben zu jeder Person passen. Gestern wurden uns die Unterschiede erklärt...“*

*„Man muss auch auf Kleinigkeiten achten, die uns vorher gar nicht bewusst waren.“*

*„Frau Brablec hat es wirklich toll und intensiv erklärt! Was ich auch toll fand, war, dass sie uns auch dazu jeweils Beispielgeschichten erzählt hat.“*

*„Ich denke, dass ich nicht nur in beruflichen Situationen auf die Farbzusammenstellung achten werde, sondern auch in der Freizeit, und dass man beim Einkaufen darauf achtet, was der Figur am meisten schmeichelt.“*

*„Eventuell bin ich jetzt bereit, auch mal andere Sachen anzuziehen. Aber dann in die sportliche Richtung, denn wie uns ja gesagt wurde, kann man Kompromisse eingehen.“*

### 6. Zum Seminar „Präsentieren und Visualisieren“ mit Frau Bischof:

*„Ich werde versuchen keine Angst mehr zu haben und ich werde meine Fähigkeiten zeigen.“*

*„Ich werde versuchen, mehr aus mir raus zu kommen und zeigen, was in mir steckt.“*

*„Ich werde auf jeden Fall versuchen, nicht so schüchtern zu sein.“*

*„Entspannt, gesammelt und gut organisiert zum Vorstellungsgespräch gehen oder zum Referat, sich die Zeit nehmen, vorher den Raum und das Publikum zu betrachten, nimmt einen Teil der Ängste und Scheu weg.“*

*„Ich werde die Atemübungen übernehmen und mich vor den Spiegel stellen und meine Rede laut üben.“*

*In Erinnerung bleiben wird mir, „dass man sich nicht so viele Gedanken darüber machen sollte, was die Menschen, die einem zuhören, von einem halten. Auch Mut zur Nervosität zu haben ist gut.“*

*„Alles in allem war das Seminar sehr nützlich und spannend. Dieser eine Tag brachte einem was fürs ganze Leben.“*

### 7. Zum Seminar „Gesichter des Extremismus“ mit Prof. Müller, Frau Eilhardt und „Max“ von der Aussteigerstelle Witten:

In Erinnerung bleiben wird mir,

*„dass es verschiedene Arten von Extremismus gibt, die man nicht ignorieren sollte. Und dass die meisten Mitglieder solcher Gruppen durch Einsamkeit oder Mobbing förmlich dorthin getrieben werden.“*

*„dass es viele Arten von Extremismus gibt, von denen man gar nichts mitbekommt.“*

*„Ich finde die Art dieser Gruppen oder Sekten immer noch genauso schlimm und würde niemals ihnen beitreten oder zustimmen. Jedoch weiß ich jetzt, dass man Leuten, die versuchen auszusteigen, eine Chance geben sollte.“*

*„Ich finde es besonders mutig von ‚Max‘, sich Leuten zu präsentieren und so offen von seiner Vergangenheit zu sprechen. Ich hoffe für ihn, dass er genau bei dieser Einstellung bleibt und keinen Weg zum Rechtsextremismus zurück findet.“*

*„Mir wird sehr viel von diesem Seminar in Erinnerung bleiben. Ich glaube, ich werde jetzt aufmerksam sein und verstärkt darauf achten, wer vom Extremismus betroffen sein könnte. Würden meine Freunde oder Bekannte solche Anzeichen zeigen, würde ich mit ihnen reden und ich wüsste nun auch, wo ich Hilfe für sie finden könnte.“*

*„Ich finde, ‚Max‘ ist sehr stark. Er hat seine Meinung geändert und versucht jetzt, anderen Menschen zu helfen. Er ist sehr sympathisch und er soll weiter so machen. ... Ich habe großen Respekt vor ‚Max‘ und danke ihm nochmals für seine Anwesenheit!“*

Auszug aus dem Brief einer Schülerin an ‚Max‘:

*„Lieber Max,*

*ich fand es wirklich bewundernswert, wie du mit uns in dem Seminar über dich und deine Vergangenheit gesprochen hast. Die vielen Eindrücke und Situationen, die du beschrieben hast, waren ... fast überwältigend, da sie für einen Außenstehenden nahezu unbegreiflich erscheinen. Den direkten Einblick, den wir jetzt haben, werde ich sicherlich nie vergessen. Mir persönlich stelle ich so eine Situation schrecklich vor. ... Wenn du mit so einer positiven Ausstrahlung weiter durch dein Leben gehst, wird es dir ein Leichtes sein, neue und gute Freunde zu finden. ... Aber das, was du tust, ist sicherlich ein wunderbarer Anfang, uns Schülern die Augen zu öffnen und uns von deinen Erfahrungen mit dem Rechtsextremismus zu erzählen.“*