

Grundlagen der Kommunikation am Samstag, den 11.06.2022, 10-16.30 Uhr

Am Anfang war das Wort ... und das Wort kann tagtäglich für Missverständnisse sorgen. Vielleicht kennen Sie die Situation, wenn Diskussionen in der Gruppe sich im Kreise drehen, keine/r mehr dem/der anderen zuhört, Spannung die gemeinsame Selbsterfahrung belastet und die Stimmung am Boden ist? In dem Seminar „Grundlagen der Kommunikation“ werden wir Kommunikationsstrukturen analysieren und unsere Wahrnehmung sensibilisieren, um mehr Sicherheit in der eigenen Kommunikation zu erlangen. Wir werden Antworten finden auf die Fragen: Was macht gute Kommunikation aus? Wie kann ich noch besser Kontakt zu anderen aufbauen? Wie kann ich Kritik so formulieren, dass sie annehmbar ist? Wie kann ich Dinge so ausdrücken, dass sie auch ankommen, wie ich sie meine?

Inhalte:

Einstieg in die Grundlagen der Kommunikation
Die vier Seiten einer Nachricht
aktives Zuhören mit offenen „Öhrchen“
Selbstbild und Fremdwahrnehmung
Unterschiedliche Gesprächstypen
verbale/nonverbale Kommunikation
gewaltfreie Kommunikation

Methoden:

Wissensvermittlung
Seminararbeitsunterlagen
interaktive Übung
Fallbeispiele
praxisbezogene Kleingruppenarbeit
Großgruppenspiel

Ort: BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg, Raum 3 (1. Stock)

Leitung: Daniela Hirt • Diplom-Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin • Systemische Familientherapeutin • Yogalehrerin • Pädagogische Rollenspielleiterin • Traumapädagogin

Teilnahmegebühr: 10 Euro für Verpflegung (nach Bestätigung der Anmeldung werden Kontonummer und Verwendungszweck mitgeteilt)

Anmeldung bis zum 01.06.22: BeKoS, Lindenstraße 12a, 26123 Oldenburg, 0441 884848, info@bekos-oldenburg.de

✂-----

Anmeldung: **Grundlagen der Kommunikation, Samstag, den 11.06.22; 10.00 – 16.30 Uhr**

Leitung: Daniela Hirt • Diplom-Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin • Systemische Familien-therapeutin • Yogalehrerin • Pädagogische Rollenspielleiterin • Traumapädagogin

Selbsthilfegruppe

Name

Straße

PLZ / Ort

Telefon

E-Mail

Bedarf/
Bemerkung

Auf Anfrage (bis 01.06.2022) organisieren wir Gebärdensprachdolmetscher:innen!