



**Workshop 6**  
**Aktives Zuhören – für ein besseres Verstehen**

Gut miteinander zu reden, ist ganz schön kompliziert. Alles genau zu verstehen, ganz besonders. Was kann ich tun, um in Zukunft „einfach“ bessere Gespräche zu führen?

In diesem Workshop wollen wir das „Aktive Zuhören“ nach Carl R. Rogers kennenlernen. Wir wollen die Grundhaltung für gute Gespräche und seine hilfreichen Regeln für eine gelungene Kommunikation erproben. Es geht um Wertschätzung, Beziehung, die eigenen Gefühle und Empathie.

Referentin: **Annette Schröder**  
Dipl. Sozialpädagogin, Kommunikationstrainerin

**Workshop 7**  
**Man will ja auch nichts falsch machen...  
Begegnung und Kommunikation mit trauernden Menschen**

Treffen Tod und Trauer Menschen in unserem Umfeld, reagieren wir spontan mit Mitgefühl. Doch schnell stellt sich Unsicherheit ein: „Was soll ich jetzt bloß sagen?“ Die Angst, etwas falsch zu machen, lässt uns oft verstummen.

In diesem Workshop bekommen Sie die Möglichkeit, Trauer in ihren vielfältigen Gesichtern besser zu verstehen, sowie Anregungen und Ermutigung auf trauernde Menschen zuzugehen. Mitzubringen sind Interesse am Thema Trauer und Bereitschaft, sich mit eigenen Erfahrungen und Gefühlen auseinander zu setzen.

Referentin: **Anja Dose**, Trauerbegleiterin  
Beratungsstelle CHARON – Hilfen im Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

**Veranstalter:**

Freiwilligen Zentrum Hamburg  
040/24877-360  
info@fz-hamburg.de  
www.freiwilligen-zentrum-hamburg.de



**In Kooperation mit:**



Der Q-AKTIVOLI Fachtag ist eine Veranstaltung des AKTIVOLI-Landesnetzwerkes Hamburg e.V., einem Verein zur Engagementförderung in Hamburg.  
www.aktivoli.de

Mit freundlicher Unterstützung von



**Verbindliche Anmeldung ab 11.09.2017**

Bitte melden Sie sich **online** an unter:  
<http://www.freiwilligen-zentrum-hamburg.de/anmeldung>

**Sieben Workshops** stehen für Sie zur Auswahl. Bitte entscheiden Sie sich für **einen** plus eine Alternative.

**Teilnehmerbeitrag:**  
**35,00 €** (inkl. Getränke und Mittagessen)

**Anmeldeschluss:**  
Sobald die maximale Teilnehmerzahl pro Workshop erreicht ist, ist dieser Workshop nicht mehr buchbar. Eine Bestätigung / Rechnung wird zugeschickt.

**Veranstaltungsort:**  
**Evangelische Hochschule für Soziale Arbeit & Diakonie des Rauhen Hauses**  
Horner Weg 170, 22111 Hamburg  
(Nähe U-Bahnhof Rauhes Haus)



Der Veranstaltungsort ist nur bedingt barrierefrei. Bitte teilen Sie uns Unterstützungsbedarf bei der Anmeldung mit.

**Verkehrsanbindung:**



**Q – AKTIVOLI: qualifiziert engagiert**

**Gelungene Kommunikation  
– dann läuft's!  
Mit Qualifizierung geht mehr**



**15. Fachtag für freiwillig und ehrenamtlich Engagierte**

**Samstag, 18. November 2017  
von 10.00 - 17.00 Uhr**

**in der Evangelischen Hochschule  
für Soziale Arbeit & Diakonie  
des Rauhen Hauses**



## Gelungene Kommunikation – dann läuft's! Mit Qualifizierung geht mehr

Unter diesem Motto laden wir Sie zum 15. Q-AKTIVOLI Fachtag am 18. November 2017 herzlich ein.

Freiwilliges Engagement findet in vielfältigen Arbeitsbereichen statt, die ein besonderes Gespür für die Gesprächspartner/innen und deren Bedürfnisse erfordern. Der Erfolg der Gespräche und die Zusammenarbeit hängen von der Art und Weise ab, wie wir kommunizieren.

Gelungenes Miteinander-Reden, Gespräche auf Augenhöhe, zuhören und verstehen, was gemeint ist und sich verständlich machen: Dies ist eine Herausforderung, die Freiwillige und Hauptamtliche ein Leben lang begleitet.

Den „Small Talk“ als Anstoß für bessere Gespräche nutzen, aktiv zuzuhören, um einander besser zu verstehen, in leichter Sprache, kulturübergreifend oder mit Bildern kommunizieren, auf trauernde Menschen zuzugehen oder schwierige Botschaften wertschätzend übermitteln ... Das sind die Themen, die wir Ihnen beim 15. Q-AKTIVOLI Fachtag präsentieren.

Lassen Sie sich inspirieren, tauschen Sie sich aus, probieren Sie aus und lernen Sie unterschiedliche Aspekte der Kommunikation kennen.

**Q-AKTIVOLI qualifiziert für freiwilliges Engagement mit praxisorientierten Fachtagen.**

Weitere Fortbildungsangebote finden Sie auch bei der **Freiwilligenakademie Hamburg** des AKTIVOLI-Landesnetzwerkes Hamburg e.V.  
[www.freiwilligenakademie-hamburg.de](http://www.freiwilligenakademie-hamburg.de)

### Tagesablauf:

Ankommen	ab 09.30 Uhr
Begrüßung und Einführung	10.00 - 10.30 Uhr
Workshops / Teil 1	10.30 - 12.30 Uhr
Mittagspause	12.30 - 13.30 Uhr
Workshops / Teil 2	13.30 - 15.45 Uhr
Plenum & Abschluss	16.00 - 17.00 Uhr

**Sieben Workshops stehen für Sie zur Auswahl. Bitte entscheiden Sie sich für **einen** plus eine Alternative.**

### Workshop 1 Interkulturelle Kommunikation

Viele alltägliche Konflikte haben ihren Ursprung in interkulturellen Missverständnissen. Der Workshop zeigt Wege zu einem angemessenen Verhalten in interkulturellen Situationen auf. Wir befassen uns mit der Frage, wie eigentlich Kultur definiert wird. Wir setzen uns sowohl mit unserem eigenen Verhalten und unserer Art zu kommunizieren als auch mit Kulturunterschieden, Vorurteilen, Stereotypen, Normen, Kommunikationsformen und -mustern auseinander.

In diesem Workshop wollen wir anhand von konkreten Beispielen aus der Praxis üben, kulturübergreifend erfolgreich zu kommunizieren.

Referent: **Prof. Dr. Tim Goydke**  
Zentrum für Interkulturelles Management,  
Hochschule Bremen

### Workshop 2 Wie sage ich es nur ... Schwierige Botschaften wertschätzend übermitteln

Abwarten und Tee trinken führt oft nicht weiter. Wie kann ich meinem Gegenüber Unangenehmes sagen, ohne gleich Aggressionen auszulösen? Oder meine Beobachtungen zum Ausdruck bringen, ohne dabei zu bewerten? Warum will ich das überhaupt? Kann ich nicht erstmal abwarten? Kann nicht alles bleiben, wie es ist?

In diesem Workshop wollen wir uns selbst auf die Spur kommen. Warum sollten wir uns dieser heiklen Situation stellen? Was passiert, wenn unangenehme Nachrichten nicht zur Sprache gebracht werden? Im Perspektivwechsel erleben wir, wie wir uns verhalten, wenn wir Adressaten einer derartigen Mitteilung sind.

Referentinnen: **Anneliese Kron**, seniorTrainerin und **Jenny Fabig**, AWO Aktiv in Hamburg gGmbH  
Bereichsleitung Engagementförderung

### Workshop 3 Small Talk: Der Türöffner für das gelungene Gespräch

So wie man eine Schaukel langsam in Schwung bringt, so dient Small Talk als „Anstoßer“ für den gelösten Gesprächsverlauf. Thema und Worte sind entscheidend – aber stärker beeinflussen Körpersprache und Sprechweise die Atmosphäre und die beidseitige Bereitschaft zum Austausch.

In diesem Workshop erfahren Sie die Wirkung von bewusst eingesetzter Körpersprache. Sie üben verschiedene Möglichkeiten zu Themen und Sie erhalten Tipps für den eleganten Ausstieg.

Referentin: **Helga Sanne**  
Inhaberin vom Sprechforum Sanne,  
Kommunikationstrainerin

### Workshop 4 Aktiv und lebendig mit Bildern kommunizieren

Wie können wir trockene Inhalte und komplizierte Sachverhalte verständlich und lebendig vermitteln?

Ob für Präsentation, Vortrag oder Redebeitrag: Mit Visualisierungen, Bildern und Farben zu kommunizieren, erhöht die Aufnahmebereitschaft und weckt die Kreativität. Sobald wir trockene Informationen in anschauliche Bilder umwandeln, freut sich unser Gehirn und arbeitet erfolgreich mit.

In diesem Workshop lernen Sie mit einfachen Kniffen, wirksame Visualisierungen zu erstellen. Sie lernen verschiedene Materialien und Hilfsmittel kennen, die Sie einfach und zielführend einsetzen können. Für diesen Workshop ist zeichnerische Begabung nicht nötig.

Referentin: **Ellen Bruns-Hernandez**  
Coach, Trainerin, Grafikerin

### Workshop 5 Einführung in die mündliche Kommunikation in leichter Sprache

Sie wollen verstanden werden? Das Schreiben und Sprechen in leicht verständlicher Sprache ist hier eine Lösung: Gerade wenn es stressig ist, Menschen unterschiedlich gut deutsch sprechen oder eine Information punktgenau ankommen soll.

In diesem Workshop erhalten Sie einen Einstieg in das Thema der barrierefreien Kommunikation, lernen Informationshürden kennen und wie Sie mit den Kriterien für leicht verständliche Sprache einfach sprechen können. In einer praktischen Übung probieren Sie das Gelernte selbst aus.

Referentin: **Kendra Eckhorst**, capito Hamburg