

**Kurs für (neue) Freiwillige und Freiwilligenkoordinatorinnen und -koordinatoren****Kompaktkurs: Wertschätzende Kommunikation**

**Dienstag, 7. Mai 2024, 13.30 – ca. 17.00 Uhr, Dachraum Bibliothek Zug**

«Man kann nicht, nicht kommunizieren». Dieser berühmte Satz stammt von Paul Watzlawick und prägt die Kommunikationstheorie in vielerlei Hinsicht.

Denn: Überall, wo Menschen miteinander interagieren, ist eine wertschätzende Kommunikation für gelingende Beziehungen wichtig.

**Kursinhalt und Zielgruppe**

Unser Kurs richtet sich an potenzielle, neue oder bestehende Freiwillige aus dem Kanton Zug oder solche, die im Kanton freiwillig tätig sind. Er vermittelt Wissen wie man eine vertrauensvolle Kommunikation aufbauen, gestalten und pflegen kann. Im halbtägigen Kompaktkurs lernen die Teilnehmenden Grundlagen einer wertschätzenden Kommunikation kennen und erhalten zudem die Chance, das eigene Kommunikationsverhalten zu erkennen und zu verbessern. Der Kurs bietet auch die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und das Netzwerk zu erweitern.

**Kursthemen**

- Grundlagen Kommunikationstheorie
- Die Kunst des Zuhörens
- Stärken und Schwächen der eigenen Kommunikation erkennen
- Gesunde Balance zwischen Nähe und Distanz
- Tipps in herausfordernden Situationen

**Referentin**

- Regula Tobler, MAS Gesundheitsförderung und Prävention

**Kursort**

- Dachraum Bibliothek Zug (St.-Oswalds-Gasse 21, 6301 Zug, 5. Stock)
- Kostenlos für (interessierte) Freiwillige, wohnhaft und/oder tätig im Kanton Zug

**Anmeldung und Teilnehmerzahl**

- Online-Anmeldung unter: <https://benevolzug.ch/aktivitaeten/kursanmeldung-wertschaetzende-kommunikation/>
- Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen limitiert. Die Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.
- **Anmeldeschluss: DI, 30. April 2024**