

- Strukturierung des Gespräches (Gesprachphasen, Zeitgestaltung, Konzentration auf zentrale Fragen)
- Vertiefung des Gesprachsinhaltes
- Umgang mit schwierigen Gesprächs- und Beziehungssituationen
- *Lernschritte* sind z.B. Inhalte wiedergeben, emotionale Bedeutung aufgreifen und in bildhafter Sprache wiedergeben, Nonverbale Gefühle wahrnehmen und wiedergeben, Echtheit, Wertschätzung.

Themen Glaube und Spiritualität

- (Kritische) Auseinandersetzung mit dem eigenen Glauben (Gottesbild; Gebetspraxis; Fragen von Schuld, Trauer, Tod)
- Klärung, ob und ggf. wie Glaube verantwortlich/angemessen ins Gespräch gebracht werden kann

Wissen um konkrete Hilfsmöglichkeiten

Anschriften, Telefonnummern und konkrete Hilfe stützender, vertiefender, professioneller Begleitung in besonderen Krisensituationen (z.B. Krankenhausseelsorge, Ehe-, Familien-, Lebensberatung, Gesprachsladen, Trauergruppen, Selbsthilfegruppen, Telefonseelsorge)

Robert Bundschuh
Gesprachsladen

Weitere Informationen erhalten Sie bei Robert Bundschuh, Gesprachsladen zwischen Roßmarkt und Zeughaus, Manggasse 22, 97421 Schweinfurt, Öffnungszeiten: Mo, Di, Mi 10.00 – 14.00 Uhr und Do, Fr 14.00 – 18.00 Uhr, Telefon 09721/207955. E-Mail: info@gespraechsladen-schweinfurt.de. Home: www.gespraechsladen-schweinfurt.de

Die richtigen Worte finden

Einführungskurs in das helfende Gesprächsführung

- Konzeptbeschreibung -



*„Schläft ein Lied in allen Dingen,
die da träumen fort und fort,
und die Welt hebt an zu singen,
triffst du nur das Zauberwort.“*

J.v. Eichendorff

1. Allgemeine Kursinformationen

"Ich weiß nicht, was ich oder wie ich es sagen soll. Mir fehlen die richtigen Worte." - Im Umgang mit Menschen stoßen wir nicht selten an Grenzen unserer Gesprachsfahigkeit: Der Nachbar ist plötzlich schwer erkrankt; die Kollegin wirkt seit einiger Zeit sehr bedrückt; in der Straße ist eine Familie neu zugezogen; beim Krankenbesuch fühle ich mich manchmal hilflos und überfordert; das eigene Kind oder der/die PartnerIn gerät in eine Krise und will von seinem Kummer erzählen... Alltagssituationen, die erfordern, ein Gespräch so zu führen und zu gestalten, dass es gelingen kann und hilfreich ist. Der "Einführungskurs in das helfende Gespräch", den der *Gesprachsladen* in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung seit einigen Jahren anbietet, will dafür Voraussetzungen schaffen. Das Angebot richtet sich an alle, die bereits einen Dienst an notleidenden, alten oder kranken Menschen tun - sei es im privaten oder beruflichen Umfeld oder innerhalb eines ehrenamtlichen Besuchsdienstes. Angesprochen ist weiter wer grundsätzlich an einer spirituell motivierten, sozialen Tätigkeit interessiert ist (z.B. an ehrenamtlicher Mitarbeit in einem Besuchsdienst oder – bei entsprechender Voraussetzung – im Gesprachsladen zwischen

Roßmarkt und Zeughaus). Darüber hinaus sind all diejenigen eingeladen, die lernen wollen, besser auf ihr Gegenüber einzugehen.

TeilnehmerInnenzahl liegt zwischen 8 und 15 Personen. Der *zeitliche Rahmen* umfasst drei Samstage (je 6 Stunden) und mehrere Abende (je 2,5 Stunden; insgesamt 28 Stunden). Ein *Einführungsabend* dient der Information und Entscheidungsfindung. *Zulassungsvoraussetzungen* sind die unten beschriebenen Fähigkeiten und Grundhaltungen sowie ggf. ein Vor- bzw. Auswahlgespräch mit der Kursleitung. Die reinen *Kursgebühren* betragen derzeit 85.- €. *Veranstaltungsort* ist das Katholische Dekanatszentrum, Schultesstraße 21. Am Ende erhalten die TeilnehmerInnen eine schriftliche *Teilnahmebestätigung* mit den entsprechenden Lerninhalten.

2. Fähigkeiten und Grundhaltungen, die KursteilnehmerInnen mitbringen sollten

- Wertschätzende Grundhaltung anderen Menschen gegenüber
- „Wachheit“ und Aufmerksamkeit in der Begegnung mit anderen (zuhören – mitfühlen – nahe sein)
- Bereitschaft zum Engagement, Menschen in besonderen Notsituationen geduldig und verschwiegen begleiten zu wollen und diesen Dienst in privates, ehren- bzw. hauptamtliches Engagement zu integrieren
- Bereitschaft, eigene (Leidens-) Erfahrungen zu reflektieren/aufzuarbeiten und sich menschlich und fachlich weiterzuentwickeln
- Ressourcen, um mit Belastungen umgehen zu können (Gutes Maß an Zeit, Belastbarkeit, Verantwortungsbewusstsein, spirituelle Kompetenz)

3. Ziele des Kurses

- Sich selbst und den anderen im Gesprächsprozess wahrnehmen
- Hilfreiche und störende Gesprächsbedingungen unterscheiden können!
- Psychologische und theologische Grundlagen einer helfenden Beziehung kennen lernen
- Helfende Gespräche unter Einbeziehung der gewonnenen Erkenntnisse und Erfahrungen gestalten können.
- Gespräche so vertiefen können, dass Probleme angegangen, Ängste

abgebaut, Widerstände aufgearbeitet werden und Ichstärkung erfolgen kann.

- Als HelferIn kommunikative und spirituelle Vertiefung erfahren.

4. Inhalte der Ausbildung

Blick auf die eigene Person

- Klärung von Motivation, eigenen Erwartungen und Voraussetzungen (z.B. Verantwortungsgefühl, Verschwiegenheit)
- Reflexion eigener Grundhaltungen (Echtheit und Selbstkongruenz – Wertschätzung, emotionale Wärme und Respekt – Einführendes Verstehen und die Bereitschaft, eigenes Erleben zurückzustellen)
- Themen wie Abgrenzung, Verhältnis Nähe und Distanz, persönliche Lebensthemen

Die Beziehung zum Gegenüber

- Erwartungen der GesprächspartnerInnen (Ist ein Gespräch erwünscht oder eine Information? Wie lange dauert der Kontakt? Welche Rollenerwartungen an den/die HelferIn gibt es?)
- Fragen von Offenheit, Akzeptanz, Ängsten, gegenseitigen Erwartungen, Abhängigkeit, Mißbrauch der Beziehung (z.B. emotional)
- Mögliche Themen beim Gegenüber wie z.B. Einsamkeit, Ängste, Trauer, religiöse Themen.

Wissen über Gesprächsführung und Einübung von „helfendem Gespräch“ unter Berücksichtigung von non-verbaler Kommunikation

- Gestaltung der äußeren Situation
- Gesprächsanfang und –ende