

Miteinander reden – Kommunikation ist mehr!

Neue und bewährte Wege
der Verständigung

Unter diesem Motto laden wir Sie herzlich zum 16. AKTIVOLI Fachtag für freiwillig und ehrenamtlich Engagierte ein. In sechs spannenden Workshops dreht sich alles darum, wie Kommunikation in der ehrenamtlichen Tätigkeit noch besser gelingen kann: In der Gruppe oder in der digitalen Welt, zwischen Menschen unterschiedlicher Herkunft, mit eindrucksvollen Geschichten oder mit schwierigen Themen. Oder ganz ohne Worte - nur mit Bildern. Lassen Sie sich inspirieren, tauschen Sie sich aus, probieren Sie aus. Wir zeigen Ihnen unterschiedliche Aspekte der Kommunikation.

Ihr Organisationsteam
vom AKTIVOLI-Landesnetzwerk

Weitere Fortbildungen für freiwillig Engagierte unter
www.aktivoli.de/fortbildung/freiwilligenakademie

FLYERDESIGN: SARAHJANINEFISCHER.DE



Mit freundlicher Unterstützung von



Behörde für Arbeit,
Soziales, Familie
und Integration



Senatskoordinatorin
für die Gleichstellung
behinderter Menschen

16. Fachtag

für freiwillig
und ehrenamtlich Engagierte

17. November 2018

Tagesablauf

10.00–10.30 Uhr

Begrüßung

Grußwort von Ingrid Körner,
Senatskordinatorin für die Gleichstellung
behinderter Menschen

10.30–12.30 Uhr

Workshops/Teil 1

12.30–13.30 Uhr

Mittagspause

13.30–15.45 Uhr

Workshops/Teil 2

16.00–17.00 Uhr

Plenum & kultureller Abschluss mit der
Schreibwerkstatt „Tolle Worte“, einem Pro-
jekt von Leben mit Behinderung Hamburg.
www.tolle-worte.de

Staffelstabübergabe im Rahmen der En-
gagement-Kampagne „Mit dir geht mehr“:
Ehrung freiwillig Engagierter durch die
Freie und Hansestadt Hamburg
www.mitdirgehtmehr.hamburg

Organisatorisches

Anmeldung

Sechs Workshops stehen zur Auswahl. Bitte ent-
scheiden Sie sich für einen und geben Sie auch
eine Alternative an.
Sobald die maximale Teilnehmerzahl pro Work-
shop erreicht ist, kann dieser nicht mehr gebucht
werden.

Anmeldebeginn: 10. September 2018

Anmeldeschluss: 2. November 2018

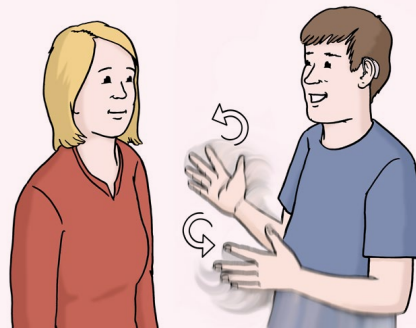
Anmeldeportal: [www.freiwilligen-zentrum-
hamburg.de/anmeldung/](http://www.freiwilligen-zentrum-hamburg.de/anmeldung/)

Kosten: 40 Euro

Barrierefreiheit

Begrüßung und Abschluss des Fachtages und
ausgewählte Workshops werden von Schrift- und
Gebärden (DSG)-Dolmetschern übersetzt. Der
Veranstaltungsort ist rollstuhlgerecht. Bitte teilen
Sie uns weiteren Unterstützungsbedarf bei der
Anmeldung mit.

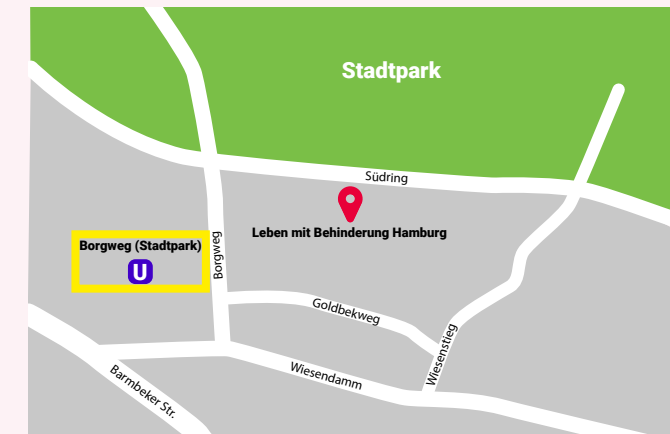
© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetschel, 2013



Veranstaltungsort

Adresse

Leben mit Behinderung Hamburg
Tagesstätte Ilse Wilms
Südring 36
22303 Hamburg



Verkehrsanbindung

Mit der U3 bis Borgweg/Stadtpark Bus Nr. 6
oder Nr. 179
Der Veranstaltungsort ist rollstuhlgerecht.



Workshops

1

Workshop 1 Digitale Kommunikation

Digitale Medien sind fester Bestandteil der Kommunikation geworden. Welche Möglichkeiten gibt es überhaupt und wie kann man sie nutzen. Was ist dabei zu beachten und welche Vor- und Nachteile haben diese Werkzeuge.

An einem Beispiel wollen wir eine Benutzergruppe erstellen und die Möglichkeiten der Kommunikation ausprobieren. Dazu wäre es gut, wenn möglichst einige Teilnehmer ihr Smartphone oder Tablet dabei haben.

Als eine besonders einfache Art viele Menschen in den sozialen Medien zu erreichen, wollen wir gemeinsam einen Trickfilm erstellen. Dies kann in vielen Bereichen eine Bereicherung darstellen.

Referenten: **Tomislav Perisic**, seniorTrainer, **Dagmar Hirche**, Vorsitzende Wege aus der Einsamkeit e.V. www.wegeausdereinsamkeit.de

2

Workshop 2 Storytelling für Projekte „Kino im Kopf statt harter Fakten“

In Kooperation mit



Landesverband
Hamburg e.V.



Eine Veranstaltung des AKTIVOLI-Landesnetzwerks e.V. (www.aktivoli.de) in Trägerschaft des Freiwilligen Zentrum Hamburg und mit Unterstützung vieler freiwillig Engagierter



Die eine hält einen Vortrag und starrt dabei auf ihr Manuskript. Die andere wiederum erzählt frei und schaut dabei ihre Zuhörer an. Wer erhält wohl mehr Aufmerksamkeit?

In diesem Schnupper-Workshop bekommen Sie Tipps, die Ihnen bei der Vermittlung Ihrer Botschaft helfen können. Übungen erleichtern den Einstieg ins freie Erzählen und vermitteln erste Eindrücke über den Aufbau einer Geschichte sowie die individuelle Ausdruckskraft anhand von Stimme, Mimik, Gestik und Körperhaltung.

Referentin: **Alexandra Kampmeier**, Erzählerin, www.das-leben-steckt-voller-geschichten.de

3

Workshop 3 Interkulturelle Kommunikation

Das Miteinander von Menschen verschiedener Generation, Kultur und Herkunft ist manchmal spannend und brisant. Unsere im Lauf des Lebens lieb gewonnenen Eigenarten, Werte und Normen sind für jeden von uns normal und selbstverständlich, für andere aber unsichtbar. Verhalten, das mir fremd ist, irritiert und birgt Konfliktstoff. Wodurch entstehen Irritation und Unwohlsein in der interkulturellen Begegnung? Wo liegen die Chancen? Der Workshop lädt dazu ein, sich der Bedeutung der eigenen Kultur und der eigenen Strategien in Bezug auf Umgang mit Fremdem bewusst zu werden.

Referentin: **Barbara Janocha**, Religionswissenschaftlerin und freiberufliche Trainerin

4

Workshop 4* „Wie sage ich es nur?“ – Schwierige Botschaften wertschätzend übermitteln

Abwarten und Tee trinken führt oft nicht weiter - Kritik, Abwertung oder Schuldzuweisung aber auch nicht.

Wie kann ich meinem Gegenüber Unangenehmes sagen, ohne gleich Aggressionen auszulösen? Wie kann ich meine Beobachtungen zum Ausdruck bringen, ohne dabei zu bewerten? Warum will ich das überhaupt? Kann ich nicht erst mal abwarten? Kann nicht alles bleiben wie es ist?

Wir werden versuchen, uns selbst auf die Spur zu kommen, warum wir uns gegebenenfalls dieser heiklen Situation stellen sollten und was

passiert, wenn unangenehme Nachrichten nicht zur Sprache gebracht werden. Im Perspektivwechsel werden wir uns auch befragen, wie wir uns verhalten, wenn wir Adressaten einer derartigen Mitteilung sind.

Methodischer Schwerpunkt des Workshops werden Übungen sein. Wir laden Sie ein, die Vorteile von Ich-Botschaften auszuprobieren.

Referentinnen: **Anneliese Kron**, seniorTrainerin, **Jenny Fabig**, AWO Hamburg, Bereichsleitung Engagementförderung

* Dieser Workshop wird in Deutsche Gebärdensprache (DGS) übersetzt.

6

Workshop 6** Umgang mit Frustration und Enttäuschung

Das Gefühl des Frustriertseins ist ein normales Gefühl. Wie wir damit umgehen, entscheidet jedoch über unseren Lebenserfolg, unsere Zufriedenheit und unser Glück. In diesem Workshop erfahren Sie mehr zu den Fragen: Was sind die Wurzeln der Frustration? Welche Verhaltensmuster begünstigen die Entstehung von Frust? Was kann ich aktiv tun, wenn ich immer über die gleichen Probleme „stolpere“? Warum bin ich häufig an den gleichen Themen im Konflikt mit anderen Menschen? Gibt es einen Unterschied, wenn ich von mir selber enttäuscht bin oder wenn andere von mir enttäuscht sind?

Es werden Methoden besprochen und ausprobiert, die die Resilienz, also die psychische Widerstandskraft, stärken. Sie werden mithilfe von unterschiedlichen Gruppen- und Einzelübungen, die eine hohe Frustrationstoleranz fördern, Ihre Selbstsicherheit stärken und Selbstvertrauen aufbauen.

Referentin: **Pamela Lorenz**, Systemischer Coach & Trainerin, www.pamela-lorenz-coaching.de

** Dieser Workshop wird in Schriftsprache übersetzt.

5

Workshop 5 Aktiv und lebendig mit Bildern kommunizieren

Wie können wir trockene Inhalte und komplizierte Sachverhalte verständlich und lebendig vermitteln? Ob für Präsentation, Vortrag oder Redebeiträge: 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