



Kommunikation und Betreuung

1. Kursinhalte und Kursziele

«Man kann nicht nicht kommunizieren» – so eine Aussage von Paul Watzlawick. In der Betreuung und Begleitung von Menschen nimmt die Kommunikation einen zentralen Stellenwert ein. Sie ist in der Zusammenarbeit mit Angehörigen und den zu betreuenden Menschen sowohl für den Informations- und Wissensaustausch, die Beziehungsgestaltung wie auch für eine funktionierende Zusammenarbeit im Team wesentlich.

An jedem Kurstag werden die Aspekte „Kommunikation“ und „Betreuung“ thematisch und praktisch bearbeitet. Die Wahrnehmung und Entwicklung von Ressourcen, Potentialen und Grenzen wird dabei besonders berücksichtigt. Im Fokus steht eine Erweiterung des Bewusstseins der eigenen Persönlichkeit und Entwicklung von Strategien, die die Handlungsfähigkeit in der Kommunikation und Beziehungsgestaltung mit Menschen unterstützen. Die theoretischen Ansätze werden mit Hilfe von praktischen Übungen, Fallbeispielen und Reflexionen vertieft und auf die Praxisfelder transferiert.

Die Zivildienstleistenden:

- lernen die individuelle Konstruktion von Wirklichkeit verstehen und bearbeiten die daraus entstehenden Grundhaltungen, Menschenbilder und Rollenverständnisse;
- führen wertschätzende, kongruente und empathische Gespräche;
- nehmen die betreuten Menschen mit ihren Ressourcen und Grenzen wahr, gestalten Beziehungen zu ihnen sorgfältig und achtsam;
- nehmen Konflikte wahr, können sie einschätzen und erarbeiten konstruktive Strategien für die Bearbeitung innerer und äusserer Konflikten;
- übernehmen Verantwortung für sich und andere.

2. Kursleiterinnen und Kursleiter

Die Kursleitenden verfügen über eine fachliche Ausbildung im Bereich Betreuung, Sozialwesen oder Kommunikation sowie eine Ausbildung in der Erwachsenenbildung (mindestens SVEB 1). Sie kennen vielerlei hilfreiche Kommunikationskonzepte, -methoden und -instrumente, die sie praxisnah und anhand von zahlreichen Praxisbeispielen vermitteln können.

3. Zusätzliche Angebote

Die Zivildienstleistenden erhalten das Lehrmittel «Kommunikation und Betreuung» des SRK Kanton Bern.

4. Kursort und Kursdaten

Die Kurse auf Deutsch, Französisch und Italienisch finden jeweils von Montag bis Freitag im Ausbildungszentrum ZIVI in Schwarzsee (FR) statt. Die genauen Termine sind der Webseite des Zivildienstes zu entnehmen (www.zivi.admin.ch).

- Am Montagmorgen und Freitagnachmittag verkehren direkte Busse zwischen dem Campus Schwarzsee und dem Bahnhof Freiburg.
- Unterkunft im Ausbildungszentrum ZIVI in Schwarzsee. Zimmer wird beim Check-in zugeteilt.
- Sämtliche Informationen zum Kurs sowie weitere Informationen zum Ausbildungszentrum werden Sie am ersten Kurstag von der Kursleitung erhalten.



5. Mitnehmen

- Für die Kurse benötigen Sie Ihr eigenes Notizmaterial, insbesondere Schreibzeug.
- Die Sportanlagen des Ausbildungszentrums stehen in der Freizeit zur Verfügung. Es empfiehlt sich deshalb, Sportbekleidung mitzunehmen.
- Das Ausbildungszentrum befindet sich auf 1045 M.ü.M. Bitte entsprechende Kleidung mitnehmen.
- Im Wohnhaus benötigen Sie Hausschuhe.

Kursprogramm

Tag	Zeit	Inhalte
Montag	Anreise bis 11.30	Check-in
	13.00	Einführung ZIVI
	13.30 – 21.00	Wochenablauf Regeln für die Zusammenarbeit Wochenziele Menschenbilder Wahrnehmung Werte / Ethik Rollen Zivi Teamarbeit
Dienstag	08.00 – 12.30	Erwartungen an die Kommunikation von Zivis Kommunikation Grundlagen Nonverbale / verbale Kommunikation
	13.30 – 17.00	Kommunikationstechniken Aktives Zuhören Schwierige Gespräche führen Gesprächsstruktur
Mittwoch	08.00 – 12.30	Die Persönlichkeit Kommunikationsregeln Selbst-, Fremdeinschätzung
	13.30 – 17.00	Stress Macht / Ohnmacht Gewalt Aggression Grenzen
Donnerstag	08.00 – 12.30	Konflikttheorie Gewaltfreie Kommunikation
	13.30 – 17.00	Drama-Dreieck Fallbearbeitungen Ressourcen
Freitag	08.00 – 12.00	Sicherheit Datenschutz Hygiene Rechte und Pflichten Zivi
	13.30 – 14.00	Feedback zum Kurs / Kursabschluss / Überprüfung Wochenziel Check-out
	ab 14.15	Abfahrt der Busse