



Nummer 4720



» Zielgruppe

Der Kurs ist inklusiv.

Im Kurs lernen wir, wie man Sachen so sagt, dass die anderen Leute besser verstehen, was ich will.

» Weiterbildner

Mario Hilgers

Educateur diplômé.

» Termine

25. September 2020

Von 9:00 bis 17:00 Uhr

» Kosten

140 €

» Sprache

Lëtzebuergesch

» Ort

Domaine du Château
Bettange-sur-Mess

Warum ist dieser Kurs wichtig für Sie?

Wenn wir uns nicht richtig verstanden fühlen, werden wir unzufrieden.

Wir fühlen uns gut, wenn jemand uns zuhört.

Aber wo kommt das her?

Wieso geht es mir nicht gut, wenn man mir nicht zuhört?

Wieso werde ich unzufrieden, wenn der Andere nicht versteht, was ich sagen will?

In diesem Kurs reden wir über solche Situationen.

Wir versuchen zu verstehen was wir brauchen um gut mit anderen reden zu können.

Was lernen wir in diesem Kurs?

Wir lernen den Unterschied kennen:

- Wie fühlen wir uns, wenn wir gehört werden?
- Wie ist es für uns, wenn wir uns nicht gehört fühlen?
- Was muss ich machen, damit ich besser zuhöre?
Besser zuhören können heißt, ich lerne den Anderen besser zu verstehen.

Wie lernen wir im Kurs?

- Wir spielen gemeinsam Situationen nach, die wir erlebt haben. Danach erzählen wir, wie wir uns in den verschiedenen Situationen gefühlt haben.
In welcher Situation geht es mir gut?
Wie geht es mir, wenn ich mich nicht verstanden fühle?
- Gehört werden: der Andere versteht mich.
- Zuhören: ich verstehe den Anderen.
- Wie reagiere ich, wie wirke ich auf andere Leute?
- Rollenspiele.
- Rollen tauschen und danach erzählen, wie die Situation für mich war.

Info zum Saal:

Der Saal ist barrierefrei (gut für Rollstühle).

Sich anmelden:

Über die Internet-Seite der UFEP:
www.ufep.lu

oder über das Telefon der UFEP:
37 91 91 249