

# KOMMUNIKATION UND GRUPPENKULTUR

## ... für ein gesundes Miteinander in der Selbsthilfe

Wenn sich Menschen in einer Selbsthilfegruppe zusammenfinden, sind meist die Gründe und Bestrebungen gleich – nicht zwingend jedoch die Erwartungen und Vorstellungen. Ist das nicht geklärt, kommt es häufig zu Störungen, Konflikten und Enttäuschungen. Zentrale Fragen hin zu einer guten Arbeitsfähigkeit innerhalb einer Gruppe lauten demnach: Wie gehen wir miteinander um? Wie wollen wir arbeiten? Wie gelingt es, einen offenen und vertrauensvollen Austausch zu führen? Welche Struktur benötigen wir dazu?

Fehlt es an Struktur, fehlt es auch an Orientierung und Sicherheit und somit an einem der wichtigsten Elemente in der Selbsthilfegruppenarbeit.

Gemeinsam entwickeln wir tragfähige Konzepte für eine effizientere Gruppenarbeit, die in diesem Seminar auch geübt werden können.

### **Zielgruppe**

Mitglieder und Verantwortliche von Selbsthilfegruppen; interessierte Personen, die in der Selbsthilfe aktiv sind oder Interesse an der Arbeit in der Selbsthilfe zeigen

### **Inhalte**

- Regelwerk, Struktur und „Wir-Gefühl“
- Entstehungsphasen einer Gruppenkultur
- Konflikte konstruktiv ansprechen
- Die Rolle von Moderator\*innen
- Besondere Gesprächsformen in der Selbsthilfegruppenarbeit
- Achtsamer Dialog und Feedback

### **Methoden**

Vortrag, Diskussion, Einzel- und Gruppenarbeit

### **Hinweise**

Dies ist ein kostenfreies Angebot der Selbsthilfeakademie Sachsen, gefördert durch die AOK Plus. Es richtet sich vorrangig an Aktive der Selbsthilfe. Um eine frühestmögliche Anmeldung wird gebeten.

### **Dozent\*in:**

[Matthias Myska](#)

(Kommunikationstrainer und Projektleiter für Medizinalfach-, Heil-, Pflege- und Sozialberufe; intac - international training and coaching)

**Kosten:**

Kostenlos

**Seminar-Nr:**

SHA 24-10-30

**Anmeldung bis:**

18.10.2024

---

<b>Datum/Uhrzeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Anmeldung</b>
30.10.2024 13:00 - 17:00 Uhr	Quartier 30 Bahnhofstraße 30 08523 Plauen	<a href="#">anmelden</a>