

Modul 2

Wirksam kommunizieren: Beziehungsgestaltung & mentale Gesundheit im Dialog

In vielen Teams entstehen früher oder später herausfordernde Situationen, die geklärt werden müssen. Oft spüren wir, dass etwas nicht stimmt, wissen aber nicht, wie wir das Thema respektvoll ansprechen können. Dieses Modul vermittelt praxisnahe Werkzeuge, um anspruchsvolle Gespräche sicher und wertschätzend zu führen. Die erlernten Methoden sind vielseitig anwendbar. Das Angebot kombiniert Kommunikationsmodelle, praxisorientierte Methoden und erlebbare Übungen. Teilnehmende lernen, Gespräche selbstbewusster zu führen, Unterstützung anzunehmen oder anzubieten und eine Teamkultur zu stärken, in der sich alle gesehen und ernst genommen fühlen.

Inhalte

1. Kommunikationstheorien & Modelle

- Sender-Empfänger-Modell
- Vier-Ohren-Modell (Schulz von Thun)
- Die fünf Axiome der Kommunikation (Watzlawick)

2. Konzepte & Methoden aus der Praxis

- Das Reflektierende Team (Tom Andersen): strukturiertes, dialogisches Verfahren
- Übungen zum Perspektivenwechsel
- Rollenspiele

3. Kommunikation & Beziehung im Arbeitskontext

- Schwierige Themen ansprechen: Gesprächsführung bei sensiblen oder belastenden Situationen
- Hilfe annehmen & anbieten können
- Teamkultur stärken: Umfeld schaffen, in dem sich alle ernst genommen fühlen
- Psychische Gesundheit enttabuisieren

Lernziele

Kommunikation & Modelle

- Zentrale Kommunikationsmodelle kennen und praxisnah anwenden
- Eigenes Kommunikationsverhalten reflektieren und Wirkung einschätzen

Teamkultur & Unterstützung

- Unterstützung im Team respektvoll anbieten und annehmen
- Offene, wertschätzende Kommunikations- und Unterstützungskultur aufbauen
- Konkrete Gesprächssituationen üben und Feedback zur Wirkung erhalten

Umgang mit mentaler Gesundheit

- anspruchsvolle oder sensible Themen sicher ansprechen
- Kommunikation als wirkungsvolles Instrument nutzen können nutzen
- (M)ein Beitrag zur Enttabuisierung psychischer Gesundheit

Praxis & Transfer

- Praxisnahe Methoden wie das Reflektierende Team erleben
- Gelerntes direkt in den beruflichen Alltag übertragen

Ihre Referenten



Judith Reichmuth

Recovery Beauftragte, Erlebnis- und Gestaltungspädagogin & Arbeitsagogin



Thomas Cazin

Bachelor Soziale Arbeit

Ihr Buchungskontakt



Steven Lowe

Abteilungsleiter Gastronomie

043 411 46 24

genusswerk@wisli.ch