

## ***Wer sich selbst versteht, kommuniziert besser. Wie bleibe ich zufrieden im freiwilligen Engagement?***

Freiwillige, die sich in einer Fluchtpatenschaft engagieren, sind mit einer Vielzahl an Aufgaben und Erwartungen konfrontiert. An vielen Stellen ist Hilfe nötig. Zwischen spontaner Hilfsbereitschaft bis zur Selbstaufgabe und zögerlichem Abwarten, gehen Freiwillige recht unterschiedlich mit dem Unterstützungsbedarf der Geflüchteten um. Um klar und stimmig in der Patenschaft zu kommunizieren und mit den jeweiligen Hilfsanfragen gut umzugehen, ohne in eine Überforderung zu kommen, ist es wichtig, mit sich selbst im Reinen zu sein: Wo kann ich unterstützen? Wo möchte ich unterstützen? Wo liegen meine Grenzen? Was erwarte ich vom anderen? In manchen Situationen ist ein klares „Nein“ besser als ein „Ja“, das später bereut wird.

Über das Modell des Inneren Teams (Schulz von Thun) reflektieren freiwillige Ausbildungspat:innen die Stimmen und Rollen der Mitglieder des eigenen inneren Teams, die sich in Situationen in denen Unterstützung benötigt wird, zu Wort melden.

Dieser Workshop soll helfen, den eigenen Standpunkt klarer zu formulieren und den inneren Dialog bewusst zu machen. Grenzen und Möglichkeiten der eigenen Hilfsbereitschaft können klarer formuliert und mehr Zufriedenheit im Engagement erreicht werden.

Der Workshop ist auch für hauptamtliche Koordinator:innen geeignet, die hierüber Instrumente für die Begleitung von Freiwilligen kennenlernen und die Handhabung der Instrumente durch praktische Fallarbeit vertiefen können.

Zum ersten Termin am 4.11. wird das Modell des Inneren Teams vorgestellt und mit praktischen Übungen belebt. Zum zweiten Termin am 17.11. erfolgt die Vertiefung. Eigene Beispiele können vertiefend bearbeitet werden.

**Referent:** Paul Birsens, *Dozent für Arbeits- und Berufspädagogik, selbstständig tätig in Bildung und Weiterbildung im Bereich der Rehabilitation, u.a. Diplom Themenzentrierter Interaktion (TZI)*

### **Termin:**

Grundlagen: Freitag, 4.11., 9:30-13 Uhr über ZOOM, ab 9 Uhr wird der Raum für einen Techniktest geöffnet

Vertiefung: Donnerstag, 17.11., 9:30-12:30 über ZOOM

**Ort:** Digital

Anmeldungen bitte an: [eeb.ansiegundrhein@ekir.de](mailto:eeb.ansiegundrhein@ekir.de), Telefon: 02241 25 215 13

## **Mit finanzieller Unterstützung des Ministeriums für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen**

Ministerium für Kinder, Familie,  
Flüchtlinge und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen

