



Frivilligcenter Fredericia tilbyder kursus i

'Hvad siger kroppen, når du taler? Stemme, krop og kommunikation'

Tirsdag den 3. december 2019, kl. 15.30 – 20.30

i Sundhedshuset, Dronningensgade 97, lokale C1.10 på 1. sal.

Det er lige så naturligt at bruge stemmen og kroppen i samtale som at trække vejret. Vi gør det hele tiden, men de fleste kan blive bedre til det. På dette kursus undersøger vi sammenhængen mellem stemme, kropssprog, kropsholdning og udstråling.

Mange frivillige føler sig indimellem misforstået. De oplever fx, at andre misforstår det de siger, mistolker de signaler de sender, at de har svært ved at træde i karakter, eller at de måske virker overvældende på medfrivillige, brugere og andre i organisationen.

På dette kursus lærer deltagerne at bruge både stemme og krop som redskaber til at kommunikere mere hensigtsmæssigt med fx brugere, frivillige og ansatte i foreningen. Som deltager får man lejlighed til afprøve, hvordan man kan bruge stemmen til at påvirke både sig selv og sin modtager.

Hvem henvender kurset sig til?

Kurset er specifikt for frivillige og bestyrelsesmedlemmer, som arbejder med brugerne i en frivillig social forening, på et aktivitetscenter eller værested. Kurset kræver ingen særlige forudsætninger, men det er vigtigt, at deltagerne har lyst til at afprøve de teknikker og øvelser, som præsenteres på kurset.

Kursusindhold:

Kurset sætter fokus på, hvordan man som frivillig virker og påvirker de mennesker man møder i sit frivillige arbejde.

Emnerne for kurset er:

- Indsigt i egen kommunikation samt kropslige vaner og uvaner
- Viden om, hvad stemme og kropssprog betyder for ens kontakt til andre mennesker
- Øvelse i, hvordan man bruger stemmen til at påvirke sig selv og sin modtager
- Træning i at tilpasse sin kommunikation til de situationer og mennesker man møder i sit frivillige arbejde

Underviser:

Inge Dinesen er coach/psykoterapeut, uddannet skuespiller og Master of Arts in Voice Studies (mag. art. i stemmebrug). Inge har spillet og instrueret teater, undervist i og formidlet om personligt udtryk, kommunikation og stemmebrug i godt 30 år.

Tilmelding:

Send en e-mail til post@fc-fa.dk eller ring til 7210 6770 senest: tirsdag den 26. november 2019.

Der er plads til max 50 deltagere. Det er gratis at deltage.

Kurset tilbydes i samarbejde med Center for Frivilligt Socialt Arbejde's Kompetenceforum.