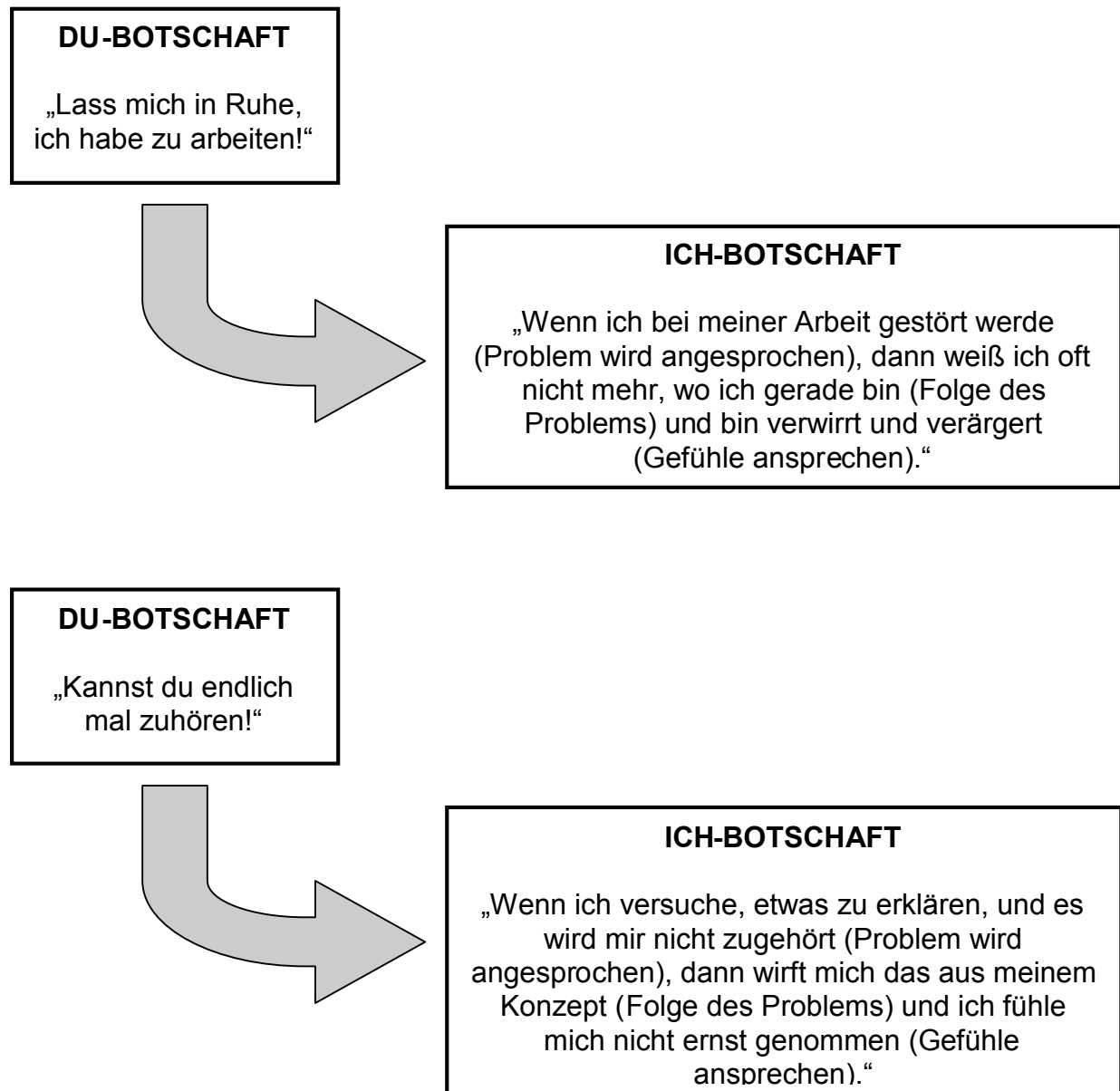


## 1.1.1 Ich-Botschaften bei Konflikten

Ein wesentlicher Teil effektiver Kommunikation ist die Form, in der ich über mich selbst spreche. Wenn mir etwas nicht passt, wenn ich mich ärgere, wenn ich ein Problem mit dem Verhalten anderer habe, dann spreche ich über mich selbst in einer Ich-Botschaft.

Somit vermeide ich es, irgendjemanden persönlich anzugreifen. Das soll aber nicht heißen, dass ich meine Meinung nicht zum Ausdruck bringen kann. Ziel ist es aber, diese „Kritik“ in einer Ich-Botschaft zu verpacken.

Wie diese Umwandlung von Du-Botschaften in Ich-Botschaft funktionieren kann, sollen dir die nächsten Beispiele verdeutlichen.



## 4.2 Definition der verbalen und nonverbalen Kommunikation

**Level 1** – Selbstständiges Erarbeiten von Formen der verbalen und nonverbalen

**Kommunikation**

Mittlerweile hast du schon einiges über Kommunikation und ihre Formen, ihre Ebenen, gehört. Im ersten Kapitel haben wir versucht zu klären, welche Formen der Kommunikation es gibt, wo Kommunikation im täglichen Leben stattfindet, wie sich Kommunikation im Lauf der Zeit verändert hat usw.

Nun wollen wir definieren, was nun genau unter verbaler bzw. nonverbaler Kommunikation zu verstehen ist. Nonverbale Kommunikation zu definieren, sollte euch jetzt nicht mehr so schwer fallen. Denkt einfach an die beiden großen Bereiche.



**Versuche, Beispiele dafür zu finden, auf welche Weise wir unsere Stimme in Kommunikationssituationen einsetzen. In der Einleitung wurden ja bereits ein paar Möglichkeiten erwähnt. Denk einfach darüber nach wie ein Satz, ein Text, variiert werden kann**

**Erarbeite dann Beispiele für die Möglichkeiten der Körpersprache. Vergleiche anschließend eure Ergebnisse.**

Beispiele für verbale Kommunikation	nonverbale Kommunikation

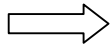
**Level 2** – Regelgerüst der verbalen und nonverbalen Kommunikation

Bevor du Formen der verbalen und nonverbalen Kommunikation nun selbst übst, geht es darum, die selbst gefundenen verbalen und nonverbalen Kommunikationsformen gemeinsam zu vergleichen und zu besprechen.



**Schau dir das Regelgerüst der verbalen und nonverbalen Kommunikation an. Es soll dir in Zukunft als Leitfaden dienen, mit dem du dich z. B. für eine Diskussion vorbereiten kannst. Erkläre, worauf du bei der verbalen bzw. nonverbalen Kommunikation achten solltest. Begriffe, die du (noch) nicht kennst, kannst du sicher mit deinem Lehrer klären.**

# B TEAMENTWICKLUNG



## ARBEITSKLIMA:

Sich in der Gruppe wohl zu fühlen und sich mit den erbrachten Ergebnissen identifizieren zu können, ist für die Motivation bei der folgenden Gruppenarbeit von großer Bedeutung.







Bei dieser Art der Evaluation sollst du dein Empfinden nicht nur einschätzen, sondern auch begründen, warum du zufrieden bzw. unzufrieden bist. Entscheidend ist dabei deine Offenheit; es hat ebenso wenig Sinn, bestehende Probleme „schönzureden“ oder Freude über den Erfolg zu verheimlichen.

### Level 1 – Persönliche Befindlichkeit

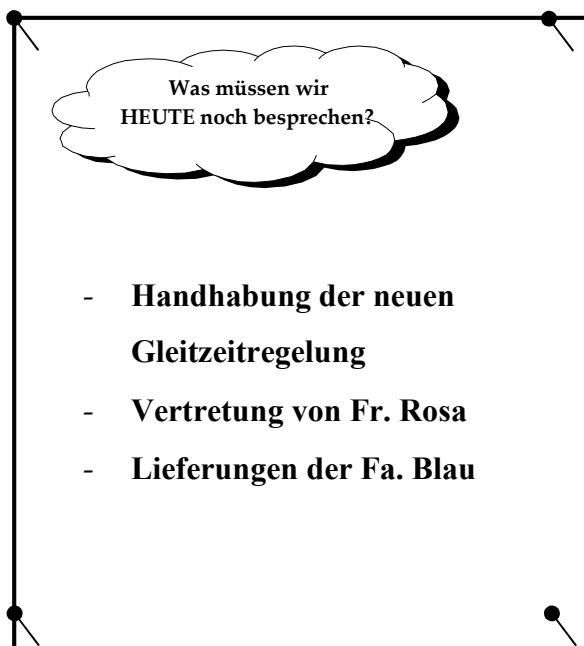
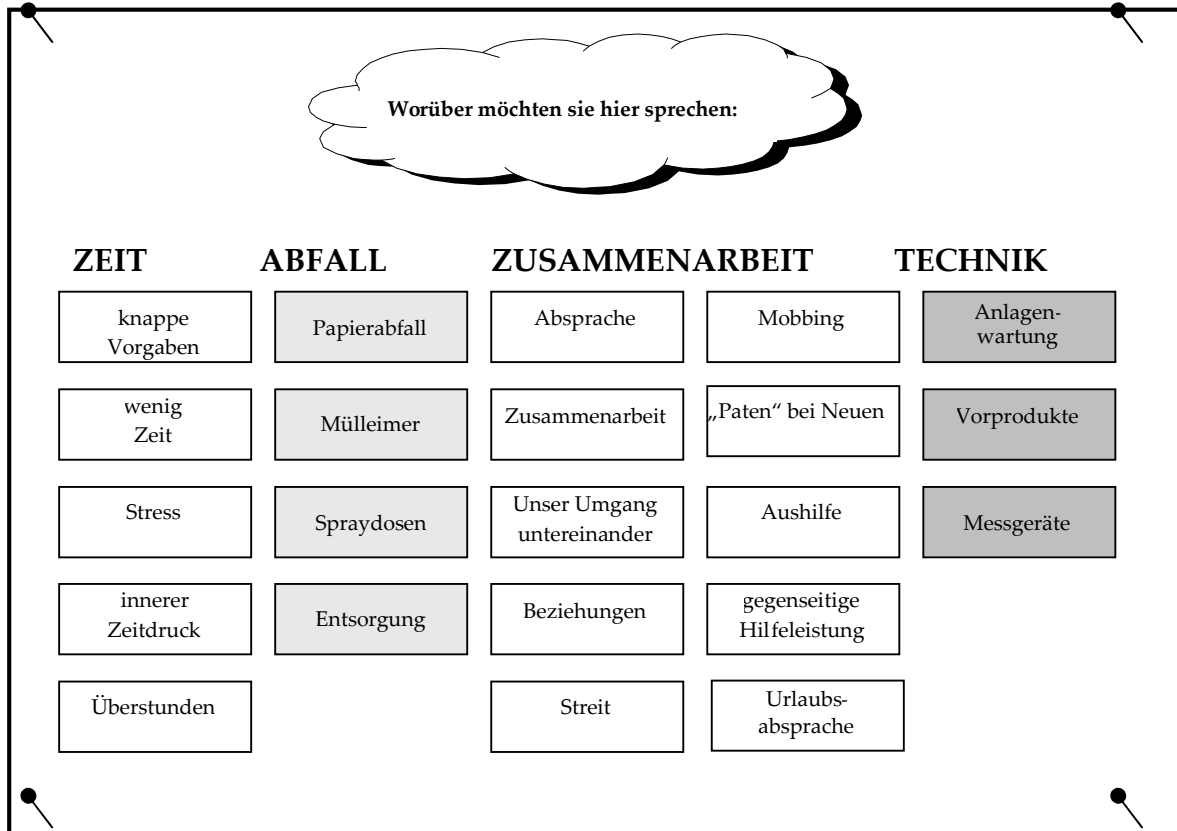
Jedes Gruppenmitglied soll in den vorgegebenen Spalten der anschließenden Darstellung seine persönliche Befindlichkeit definieren und seine Beurteilung als dann begründen.

### Level 2 – Gruppenbesprechung

Vergleichen der Ergebnisse und Erarbeiten von Verbesserungsvorschlägen (Gruppenarbeit!)

ARBEITSKLIMA	
Mit der letzten Gruppenarbeit bin ich im Großen und Ganzen ...	
 sehr zufrieden mit / weil:	
 zufrieden mit / weil:	
 eher unzufrieden mit / weil:	
 sehr unzufrieden mit / weil:	

## 3.2 Themen Sammeln



### ➡ Abfrage auf Zeit

**WOZU:** zur Sammlung von Themen, Fragen, Ideen, Lösungsansätzen ...

**VORTEIL:** Alle Teilnehmer werden mit einbezogen, geringer Zeitaufwand durch Brainstorming-Effekt.

**NACHTEIL:** Die Nennungen können oft nur schwer zugeordnet werden, Gleichbehandlung der Teilnehmer ist schwierig.

**WIE:** Der Moderator empfängt die Meldungen, checkt diese auf Wiederholungen und notiert die neuen.