

Merkbox

Regeln für eine gute Kommunikation

- Ich höre meinem Gesprächspartner zu.
- Ich halte Blickkontakt.
- Ich respektiere alle (wirklich alle!) Fragen und Argumente und gehe auf sie ein.
- Ich bleibe stets freundlich und wertschätzend.
- Ich lasse meinen Gesprächspartner zu Wort kommen.
- Ich vermeide Missverständnisse.
- Ich drücke mich klar aus.
- Kritik drücke ich wertschätzend aus.
- Ich halte mich an die Kommunikationsregeln.

Karten für Gesprächsanweisungen

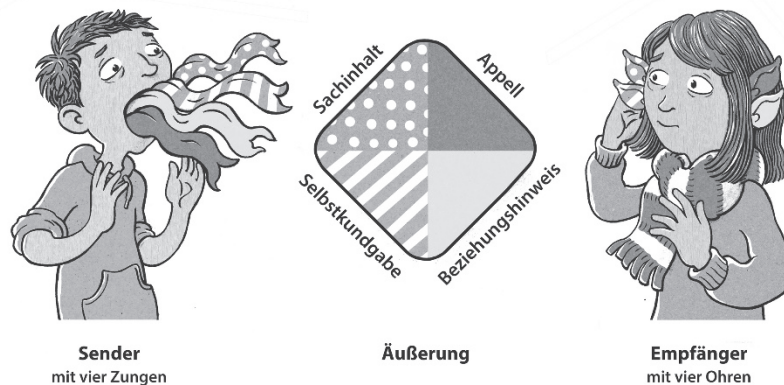
Spielen Sie einen *Deutsch-Lerner*, der nicht wertschätzend reagiert.

Spielen Sie einen *Deutsch-Lerner*, der keinen Blickkontakt hält und unfreundlich ist.

Spielen Sie einen *Deutsch-Lerner*, der seinen *Deutsch-Checker* nicht zu Wort kommen lässt.

Provozierende Äußerungen

Äußerungen enthalten neben dem sachlichen Inhalt der Nachricht (*Sachinhalt*) stets auch Informationen über die Beziehung zwischen den Gesprächspartnern (*Beziehungshinweis*), eine Aufforderung an den Gesprächspartner (*Appell*) und eine *Selbstkundgabe* des Sprechers. Das Kommunikationsmodell von Schulz von Thun geht daher davon aus, dass die Empfänger eine Nachricht mit den vier Ohren *Sachinhalt*, *Beziehungshinweis*, *Appell* und *Selbstkundgabe* hören. Wenn ein Sprecher beim Eintritt in die Wohnung des Hörers beispielsweise sagt „Es ist warm hier“, dann kann das auf der Ebene des Sachinhalts die tatsächlich von ihm empfundene Wärme ausdrücken, auf der Ebene des Appells will er damit vielleicht sagen „Tue etwas dagegen“, auf der Ebene der Selbstkundgabe könnte er dadurch seine Wärmeempfindlichkeit zum Ausdruck bringen und auf der Beziehungsebene andeuten, dass seine Beziehung zum Hörer nicht so gut ist, dass er das direkt ansprechen könnte.



Der Hörer könnte sich von der Äußerung „Es ist warm hier“ angegriffen fühlen, weil er für die Wärme im Raum verantwortlich gemacht wird. Eine Äußerung wie „Mir ist ganz schön warm und ich vertrage Wärme leider nicht so gut. Könnten wir vielleicht ein Fenster aufmachen?“ ist weitaus weniger provozierend: Sie stellt ziemlich unmissverständlich den Appell dar, indem die Selbstkundgabe, der Sachinhalt und der Beziehungshinweis formuliert werden.

Wie lassen sich die folgenden Äußerungen provokativ entschärfen?

„Es zieht!“

„Rede mal langsamer!“

„Stell dich nicht so doof an!“

„Du hast mir gar nichts vorzuschreiben!“

„Nur wer pünktlich ist, kommt ins Paradies.“

Welche weiteren Beispiele fallen Ihnen ein?

Gesprächsleiter bei Treffen sein

Themenwahl

- Ich erlaube und ermögliche Small Talk an bestimmten Stellen (z.B. zu Beginn oder am Ende der Treffen, Typ: *Wie geht es dir?*).
- Ich achte darauf, dass nur relevante Themen besprochen werden.

Rederecht

- Ich verteile, wenn notwendig, die Gesprächsrollen (wer redet? wer fragt?).
- Ich fülle gegebenenfalls peinliche Gesprächspausen.

Gesprächsregeln

- Ich schaffe Situationen, in denen der *Deutsch-Lerner* selbst die Lösungen seiner Arbeitsaufgaben erarbeiten kann. Daher kann ich nur unterstützen und darf nicht zu viel vorgeben.
- Ich lese keine Nachrichten auf meinem Telefon.
- Ich konzentriere mich kommunikativ voll und ganz auf die Gesprächsbeiträge.
- Bei Verstößen gegen wichtige Kommunikationsregeln rüge ich freundlich und erinnere an die vereinbarten Kommunikationsregeln.

Verbindliche Vereinbarungen

- Ich verteile, wenn es notwendig wird, Aufgaben (z.B. frag noch mal bei deinem Lehrer nach) und Sorge beim nächsten Treffen dafür, dass sie besprochen werden.
- Ich erinnere immer wieder an folgende Fragen: *Was ist unsere Aufgabe? Was haben wir erreicht?*
- Ich fasse unsere Vereinbarungen am Ende eines Treffens zusammen.

Zeitmanagement

- Ich achte auf die Zeit und lenke die Treffen ggf. sanft in Richtung Ende.

Sprachliches Vorbild

1. Stellen Sie eines der folgenden Themen in einem fünfminütigen Vortrag so genau und sprachlich so gut wie möglich dar!

- Was ich nach der Schule machen möchte (Ausbildung, Studium ...) und warum.
- Mein politisches/geschichtliches/kulturelles/... Lieblingsthema.
- Warum ich mein Lieblingsbuch so liebe.
- Was ich an meinem Lieblingsfach so schätze.
- Warum es sich lohnt, sich gesellschaftlich/politisch/ehrenamtlich/... zu engagieren.

Oder denken Sie sich selbst ein Thema aus!

2. Bewerten Sie beim Zuhören die folgenden Aspekte (1 = sehr gut). Notieren Sie zu jedem Punkt zwei Beispiele.

	1	2	3	4	5	Beispiele
Genauigkeit						
Wortwahl						
Sprachliche Fehler						
Stil						

Sprechtempo

Wählen Sie ein Thema! Bereiten Sie hierzu einen ca. dreiminütigen Vortrag vor. Tragen Sie Ihren Vortrag ein erstes Mal sehr schnell vor. Reflektieren Sie anschließend Ihren Vortrag mit den anderen Teilnehmenden, die den unten stehenden Bewertungsbogen ausgefüllt haben. Tragen Sie dann ein zweites Mal vor und sprechen Sie dabei deutlich langsamer. Ihre Zuhörer füllen noch einmal die Tabelle aus. Was fällt Ihnen auf?

Bewerten Sie beim Zuhören die folgenden Aspekte (1 = sehr gut). Notieren Sie zu jedem Punkt zwei Beispiele.

	1	2	3	4	5	Beispiele
Überzeugungs- kraft						
Sicherheit						
Verständlichkeit						
Klarheit						

Bewerten Sie beim Zuhören die folgenden Aspekte (1 = sehr gut). Notieren Sie zu jedem Punkt zwei Beispiele.

	1	2	3	4	5	Beispiele
Überzeugungs- kraft						
Sicherheit						
Verständlichkeit						
Klarheit						

Karten für *Nicht (negativ) über Dritte sprechen*

Sprich negativ über jemanden, den auch dein Gegenüber kennt, z.B. die Projektleitung, eine Lehrkraft ...
Versuche, dein Gegenüber zu negativen Äußerungen zu bewegen!

Sprich nicht negativ über abwesende Dritte. Versuche, auf etwas anderes zu lenken oder zumindest positiv umzudeuten!