

Modul 4: Kommunikation & Konfliktlösung

Description

Modul 4 â Kommunikation & Konfliktlösung

Grundlagen der Kommunikation, aktives Zuhören, NVC, Deeskalationstechniken und einfache Mediationsschritte für den Schulalltag.

Lernziele & Kurzablauf

- Wesentliche Kommunikationsmodelle verstehen
- Aktives Zuhören und Feedback anwenden
- Praktische Deeskalation und NVC-Sätze üben

Kurzablauf (90 Min)

1. Begrüßung & Erwartungen (10 Min)
2. Input: Modelle & Techniken (20 Min)
3. Übungen: Paraphrasieren & NVC (30 Min)
4. Rollenspiele Deeskalation/Mediation (25 Min)
5. Transfer & Abschluss (5 Min)

Kernaussätze: Modelle & Tools

- **Vier-Ohren-Modell** â Sachinhalt, Selbstoffenbarung, Beziehung, Appell
- **Sender-Empfänger** â Störquellen reduzieren
- **NVC** â Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte
- **Aktives Zuhören** â Paraphrasieren, Gefühle benennen, klärende Fragen

Arbeitsblatt: Kommunikation & Konfliktlösung

Aufgaben

1. Wähle ein Beispiel aus dem Alltag und beschreibe kurz die Sachlage.

2. Formuliere dazu einen NVCâSatz (Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte).

3. Welche Paraphrase passt? Schreibe eine kurze Paraphrase als Antwort.

4. Liste 3 Deeskalationsschritte, die du anwenden wÃ¼rdest.

5. Reflexion: Was war schwierig beim Formulieren? Welche Alternative probierst du?

Kopieren (Alle Antworten)

Herunterladen (Alle Antworten)

Hinweis: Export erfolgt lokal im Browser; keine Daten werden an den Server Ã¼bertragen.

PraxisÃ¼bungen & Quicklinks

- ParaphraseâChallenge: 3erâGruppen, 5 Min
- NVCâSatzbau: konkrete Situationen sammeln
- Deeskalationsprobe: Rollenspiel mit Timeouts

Drucken: BrowserâDruck verwenden; Panels sind sichtbar und exportierbar.

Trainerin

Anja

Trainerin: Kommunikation, Konfliktmoderation, traumaâsensibel.

Mehr Ã¼ber Anja

Date Created

12. Oktober 2025

Author

anjajolk

default watermark