

Modul 4: Kommunikation & Konfliktlösung

Description

Modul 4: 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)

Kernauszüge: Modelle & Tools

- **Vier-Ohren-Modell** à Sachinhalt, Selbstoffenbarung, Beziehung, Appell
- **Sender-Empfänger** à Störquellen reduzieren
- **NVC** à Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte
- **Aktives Zuhören** à 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, GefÃ¼hl, BedÃ¼rfnis, 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