



Eine PPT-Präsentation und weitere Übungen zum Kapitel findest du in der TRAUNER-DigiBox.

## Miteinander kommunizieren



Miteinander zu reden und zu kommunizieren ist das Selbstverständlichste der Welt. Leider machen wir im Alltag immer wieder die Erfahrung, dass wir missverstanden werden oder aneinander vorbeireden.

Wie du erfolgreiche Gespräche führst und was du dabei beachten musst, lernst du in diesem Kapitel.

KOMPETENZ-  
ERWERB



### Meine Ziele

Nach Bearbeitung dieses Kapitels kann ich

- die Begriffe „Sprache“ und „Körpersprache“ näher beschreiben;
- das Vier-Ohren-Modell von FRIEDEMANN SCHULZ VON THUN erklären;
- grundlegende Regeln, die zu einer erfolgreichen und guten Kommunikation führen, einhalten;
- die Körpersprache meines Gegenübers reflektieren.

## Was ist Kommunikation?

Sebastian sitzt im Bus und ist auf dem Weg in die Schule. Er beobachtet Folgendes:

- Zwei Männer unterhalten sich angeregt und laut miteinander. Dabei fuchtelt einer der beiden wild mit seinen Armen umher.
- Eine Frau sitzt ihm gegenüber und schaut immer wieder auf die Uhr. (Hat sie es eilig, muss sie in die Arbeit oder hat sie einen wichtigen Termin?)



Auch wenn wir keine Worte verwenden, senden wir immer Signale aus, die vom Gegenüber empfangen werden. Man kommuniziert immer, egal was man tut – oder eben nicht tut.

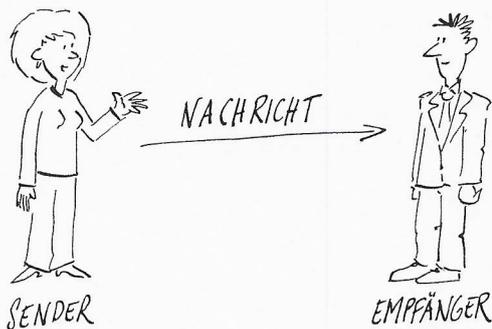


### DAS SOLLTEST DU SPEICHERN

Unter **Kommunikation** versteht man den **Austausch von Informationen** und Botschaften zwischen zwei oder mehreren Menschen.

Soll Kommunikation zustande kommen, sind mindestens zwei Partner notwendig, nämlich der Sender und der Empfänger.

- Der **Sender** ist derjenige, der eine Nachricht oder eine Information sendet.
- Der **Empfänger** ist derjenige, der die Nachricht, also die Information, erhält.



### Beispiel

Du (Sender) erzählst deiner Mutter (Empfängerin): „Wir haben heute die Grundlagen des Kaufvertrages gelernt.“ (Nachricht)



### TrainingsBox – „Was ist Kommunikation?“

- Du hast sicher schon folgende Situationen erlebt:
  - a) Du kommst in deine Klasse und wirst von deinen Mitschülerinnen und Mitschülern nicht begrüßt.
  - b) Deine Eltern nörgeln ständig an dir herum.

Wie ist es dir dabei ergangen?



Wie nimmst du die hier geschilderten Situationen wahr? Hast du dich schon einmal in einer ähnlichen Situation befunden, vielleicht im Wartezimmer eines Arztes oder in der Straßenbahn?



Unter den Begriff „Kommunikation“ fallen u. a. folgende Bereiche:

- eine Rede halten
- miteinander reden
- schweigen
- flirten
- zuhören
- diskutieren
- streiten



## 2 Wie kommunizieren wir?

 Was kommuniziert Medina, indem sie nichts sagt und aus dem Fenster sieht?



Sebastian trifft Medina Montag in der Früh im Klassenzimmer. Er erzählt ihr, dass er am Wochenende mit Freunden Volleyball gespielt hat. Sein Team hat das Spiel gewonnen. Medina hört Sebastian zu, schaut dabei aber aus dem Fenster und lässt ihn erzählen. Auch wenn sie nichts sagt, fällt dieses einseitige Gespräch bereits unter den Begriff „Kommunikation“.

Der Austausch von Informationen zwischen Menschen beschränkt sich nicht nur auf gesprochene Worte. Kommunikation erfolgt sowohl über die **Sprache** (verbal), als auch über die **Körpersprache** (nonverbal).

 Mehr über Sprache und Körpersprache lernst du in diesem Buch in den Abschnitten „Die Sprache“ und „Die Körpersprache“. Das Thema „Kommunikation“ wird auch im Gegenstand „Deutsch und Kommunikation“ behandelt.



Wichtig ist, dass Gesprochenes und Körpersprache zueinanderpassen. Nur dann wirkt eine Person glaubwürdig .



### Beispiel

Ich freue mich sehr, dass du morgen zu meiner Party kommst.

Ben, freust du dich wirklich, dass ich komme?



Hier passt das, was Ben sagt, nicht zu seiner Körpersprache. Mit seiner abwesenden und abweisenden Körpersprache verunsichert er seinen Freund.

## TrainingsBox – „Wie kommunizieren wir?“

3 Entscheide, ob das, was gesagt wird, mit der Körpersprache übereinstimmt. Würdest du der Person ihre Aussage glauben? Warum oder warum nicht?

Ich bin schockiert, dass dein Handy bereits nach zwei Tagen kaputt geworden ist.



Wir haben gestern das Fußballmatch 3:1 gewonnen.



Handwritten notes on lined paper:

Left side (under the girl's image):  
 Ich bin schockiert, dass dein Handy bereits nach zwei Tagen kaputt geworden ist.  
 Ich glaube nicht, weil sie schockiert aussieht.

Right side (under the man's image):  
 Wir haben gestern das Fußballmatch 3:1 gewonnen.  
 Ich glaube nicht, weil er ernst aussieht.

## Die Sprache

Mithilfe unserer Sprache können wir mit unseren Mitmenschen kommunizieren. So kann Sebastian seine Gefühle oder Absichten mittels Sprache ausdrücken bzw. steuern.



Denke darüber nach, warum immer mehr Menschen vereinsamen. Bildet Kleingruppen (maximal fünf Personen) und spricht über dieses Thema.

Mithilfe von Sprache übermitteln wir die Gedanken aus unserem Kopf in die Köpfe anderer Menschen. Wir äußern uns dazu in Form von Wörtern und Sätzen.

### 3.1 Vier-Ohren-Modell

Das **Vier-Ohren-Modell** von FRIEDMANN SCHULZ VON THUN geht davon aus, dass dieselbe Nachricht auf vier verschiedene Arten verstanden werden kann.

Die vier verschiedenen Arten von Informationen, die ein Hörer verstehen kann, werden den folgenden Ebenen zugeordnet:

- **Sachinhalt:** Reiner Informationsgehalt der Nachricht
- **Selbstoffenbarung:** Gefühle oder Bedürfnisse des Sprechers
- **Beziehung:** Beziehung zwischen Sprecher und Hörer
- **Appell:** Gewünschte Wirkung



Das Vier-Ohren-Modell lernst du auch im Gegenstand „Deutsch und Kommunikation“. Das Modell wird hier noch einmal kurz wiederholt.

**der Appell** = Aufforderung, Aufruf



**der Konflikt** = Auseinandersetzung, Streit.



Ein Video mit einem Beispiel zum Vier-Ohren-Modell findest du in der TRAUNER-DigiBox.



## SACHINHALT

Welche Informationen erhält der Hörer?

## APPELL

Was soll passieren?

## NACHRICHT



Was geht im Sprecher vor?

## SELBSTOFFENBARUNG

Wie stehen Sprecher und Hörer zueinander?

## BEZIEHUNG



### DAS SOLLTEST DU SPEICHERN

Da die Nachricht auf vier Arten aufgenommen werden kann, kann es zu Missverständnissen oder sogar Konflikten kommen.



### Beispiel

Stell dir folgende Situation vor: Die Mutter von Sebastian setzt sich zu ihm auf die Couch und sagt: „Es ist schon 23 Uhr.“

Diese Aussage kann mithilfe des Vier-Ohren-Modells folgendermaßen verstanden werden:

## SACHINHALT

„Es ist 23 Uhr.“

## APPELL

„Geh endlich ins Bett.“



„Es ist schon 23 Uhr.“

Seine Mutter ist müde.

## SELBSTOFFENBARUNG

Seine Mutter ärgert sich, dass Sebastian noch nicht im Bett ist.

## BEZIEHUNG

## TrainingsBox – „Vier-Ohren-Modell“

Welche Botschaften sind in der folgenden Aussage enthalten? Beschreibe die einzelnen Ebenen.  
Der Lehrer betritt das Klassenzimmer und sagt: „Es stinkt in der Klasse!“

### WACHHALT

Welche Informationen erhält die Klasse?

### APPELL

Was soll passieren?

„Es stinkt in der Klasse.“



Was geht in den Schülerinnen und Schülern vor?  
Welche Gefühle bzw. Bedürfnisse haben sie?

Wie steht die Klasse zum Lehrer?

### SELBSTOFFENBARUNG

### BEZIEHUNG

Lies folgende Antworten. Versuche dabei herauszufinden, welche Botschaft der Empfänger gehört hat. Sebastian sagt zu seiner Freundin Jana: „Du bist zu spät.“

Antwort	Ebene
„Geh nächstes Mal früher weg.“	
„Jana ist nicht zum vereinbarten Zeitpunkt gekommen.“	
„Sebastian hat es eilig.“	
„Jana kommt oft zu spät, was immer wieder zu Problemen zwischen Sebastian und Jana führt.“	



## 3.2 Gut und erfolgreich kommunizieren

Folgende Regeln musst du einhalten, um gut und erfolgreich zu kommunizieren:

### Angenehme Gesprächsatmosphäre schaffen

- Sei **höflich** und **respektvoll** den anderen gegenüber.
- Achte bei Kritik darauf, dass du **niemanden persönlich beleidigst**.
- Bei persönlichen Problemen mit einer Person sprich direkt mit dieser Person und **nicht über** diese Person.
- **Niemand wird** beim Reden **unterbrochen**, sondern jeder darf ausreden. Zwischenrufe sind tabu.



Manchmal ist es klüger, **nachzugeben** und so einem möglicherweise heftigen Streit aus dem Weg zu gehen.

**Tabu** = nicht erlaubt, untersagt.



Die hier aufgelisteten Punkte gelten für jedes Gespräch – unabhängig davon, ob du z. B. mit einem Freund, einer Lehrerin, deinen Eltern oder später mit einer Kundin redest.



### Verständlich sprechen

Bemühe dich, deine **Informationen verständlich zu senden**. Folgende Punkte helfen dir dabei:

- Verwende kurze und einfache Sätze.
- Bringe Beispiele, Bilder und Vergleiche.



#### Beispiel

Die Fläche hat 50 m<sup>2</sup>. Das ist ungefähr so groß wie unser Klassenzimmer.

- Setze Pausen und wiederhole Wichtiges.
- Vermeide Wörter wie „hätte, müsste, würde, und könnte“.
- Erkläre unbekannte und schwere Fachbegriffe.



#### Beispiel: Bluetooth verständlich erklären

Bluetooth ersetzt das Kabel. Per Funk sendet Bluetooth Daten von einem Gerät zum nächsten.



### Aktiv zuhören

Wer wirklich gut kommunizieren möchte, sollte auch gut zuhören können. Beachte dabei folgende Punkte:

- Zeige deinem Gegenüber, dass du zuhörst. Dies kannst du mit einem **Kopfnicken**, **Lächeln** oder durch häufigen **Blickkontakt** tun.
- Lass dein Gegenüber ausreden. Versuche dein Gegenüber nicht zu unterbrechen.
- Konzentriere dich auf das, was dein Gegenüber dir sagt.



### Fragen stellen

Wenn du etwas nicht verstehst, dann stelle **offene** und **sinnvolle Fragen**.



### DAS SOLLTEST DU SPEICHERN

Gute Kommunikation ist nur dann erfolgreich, wenn du anderen Menschen mit **Respekt**, **Höflichkeit** und **Toleranz** begegnest. Dazu ist es wichtig, sich in andere Personen hineinzufühlen und dieser Person aktiv zu zuhören.



### TrainingsBox – „Die Sprache“

1. Gibt es Fachbegriffe in deinem Wunschberuf, die nur schwer zu verstehen sind? Versuche solche Begriffe zu finden. Erkläre sie anschließend deinen Mitschülerinnen und Mitschülern.

3. Kreuze an, welche der angegebenen Eigenschaften eines Gesprächspartners du gut (positiv) und welche du schlecht (negativ) findest.

Er bricht den Blickkontakt ab und sieht weg.

- Positiv  
 Negativ

- Positiv   
Negativ

Er lässt sich unbekannte Fachbegriffe erklären.

Er stellt keine Fragen, obwohl er nicht verstanden hat, was du gesagt hast.

- Positiv  
 Negativ

- Positiv   
Negativ

Er fasst das, was du gesagt hast, zusammen und stellt Fragen.

Er lächelt dich an und nickt mit dem Kopf.

- Positiv  
 Negativ



## 4 Die Körpersprache

Als Simon diesen Morgen in die Klasse kommt, merkt Sebastian sofort, dass irgendetwas mit ihm nicht stimmt. Er lässt die Schultern und Mundwinkel hängen und wirkt müde. „Geht es dir nicht gut?“, fragt Sebastian. „Doch, doch, alles gut“, antwortet ihm Simon und lächelt gequält. In der Mittagspause erfährt Sebastian von Daniel, dass Simons Hund vorgestern gestorben ist und Simon deshalb am Boden zerstört ist. „Hab ich es mir doch gedacht“, fühlt sich Sebastian bestätigt, „die Körpersprache lügt nicht.“



Was meint Sebastian wohl mit der Aussage „Die Körpersprache lügt nicht“? Stimmt du seiner Aussage zu?

Neben der Sprache ist auch die **Körpersprache** ein wichtiger Bestandteil von Kommunikation.



### DAS SOLLTEST DU SPEICHERN

Achte darauf, dass deine Körpersprache **eindeutig** und **einfach** zu verstehen ist.

Die Körpersprache gliedert sich u. a. in folgende Bereiche:



## 4.1 Mimik

Mit der Mimik bringen wir – oft auch unbewusst – Gefühle und Empfindungen zum Ausdruck.



### DAS SOLLTEST DU SPEICHERN

Als **Mimik** bezeichnen wir den Gesichtsausdruck.



### TrainingsBox – „Mimik“

1. Versuche folgende Gefühle mittels Gesichtsausdruck darzustellen. Die Gefühle sollen dann von einer Mitschülerin/einem Mitschüler erraten werden.

Wut

Freude

Liebe

Beleidigung

Schmerz

2. Sieh dir die folgenden Gesichter genau an. Sie bringen bestimmte Gefühle zum Ausdruck.

a) Ordne die Gefühlsausdrücke im nachstehenden Kasten den einzelnen Gesichtern zu.

Ernst ■ Freude ■ Verrückt ■ Nachdenken ■ Überraschung ■ Verzweiflung





14 Besprich deine Zuordnung mit einer Mitschülerin/einem Mitschüler. Habt ihr die Gefühlsausdrücke gleich zugeordnet oder gibt es Abweichungen? Wenn ja, warum hast du dich für das eine Gefühl, deine Mitschülerin/dein Mitschüler sich für ein anderes entschieden?

### 1.3 Gestik

Gestik ist ebenfalls ein Teil der Körpersprache.

#### DAS SOLLTEST DU SPEICHERN

**Gesten** sind Handzeichen, die uns helfen, bestimmte Aussagen zu unterstreichen.

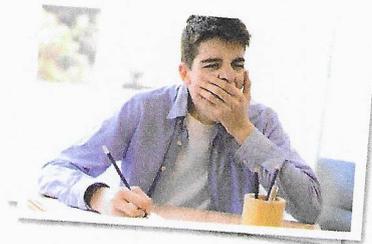


Bevorzuge **offene Gesten** und verschränke deine Arme z. B. nicht vor der Brust. Verstecke deine Hände nicht in den Hosentaschen oder hinter deinem Rücken. Gestik soll nicht übertrieben eingesetzt werden. Vermeide Herumfucheln mit deinen Armen.

Gestik kann viele Empfindungen ausdrücken.

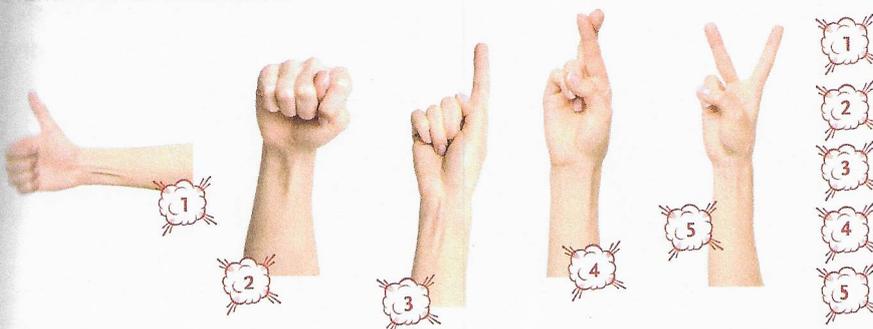
#### Beispiele

- Gähnen kann Müdigkeit oder auch Langeweile bedeuten.
- Eine offene Hand kann z. B. ein Zeichen für Offenheit oder Ehrlichkeit sein.
- Auf den Tisch trommelnde Finger können Ungeduld anzeigen.



#### TrainingsBox – „Gestik“

- Die einfachste Möglichkeit, ohne viele Worte etwas zu sagen, sind Handzeichen. Versuche, die folgenden Handzeichen zu deuten.



1	_____
2	_____
3	_____
4	_____
5	_____

### 4.3 Körperhaltung

Wir lassen uns durch die Körperhaltung eines Menschen beeinflussen. Wie sich jemand bewegt, wie jemand steht oder sitzt, hinterlässt Eindruck.



Du kannst die richtige Körperhaltung auch zu Hause vor dem Spiegel üben.

#### Die richtige Körperhaltung im Stehen

Halte Kopf und Schultern gerade und lasse sie nicht hängen, ...



... das lässt dich aufmerksam und gut gelaunt wirken.

Achte auf eine gerade, aber lockere Körperhaltung, ...



... damit wirkst du offen und sicher.

Stehe auf beiden Beinen mit den Füßen hüftbreit auseinander, ...



... dadurch hast du einen sicheren Stand, der auch dir ein sicheres Gefühl gibt.



#### Die richtige Körperhaltung im Sitzen

Achte auch hier auf eine gerade, aber lockere Körperhaltung, ...

... die dich offen erscheinen lässt.

Drehe deinen Oberkörper in Richtung deines Gesprächspartners, ...

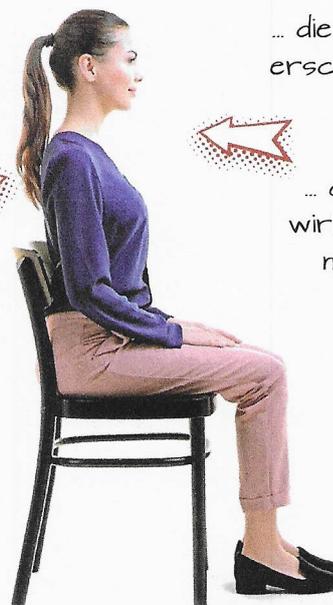


... denn damit wirkst du aufmerksam.

Stelle deine Füße gerade auf den Boden, ...



... diese "Verankerung" im Boden gibt dir Halt und vermittelt ein Gefühl von Sicherheit.



## TrainingsBox – „Körperhaltung“

- Mit den folgenden zwei Übungen kannst du deine Körperhaltung trainieren. Probiere die Übungen aus.

### Übung 1

Stell dich schulterbreit hin. Die Zehenspitzen zeigen gerade nach vorne. Dein Becken und deine Schultern sind in einer Linie über den Fersen. Strecke nun den rechten Arm nach oben und mach eine greifende Bewegung (z. B. als willst du einen Apfel pflücken, der weit oben am Baum hängt).

Nimm den Arm wieder runter und wiederhole die Übung abwechselnd mit dem linken und dem rechten Arm, etwa 10 bis 20 Mal.

### Übung 2

Setze dich gerade auf deinen Sessel. Führe deinen linken Ellbogen diagonal zum rechten Knie. Dann führe deinen rechten Ellbogen zum linken Knie. Wiederhole diese Übung abwechselnd 15 Mal.

- Videos zu den Übungen findest du in der TRAUNER-DigiBox.

## 4.4 Blickkontakt

Fehlt der Augenkontakt, kann es zu unnötigen Missverständnissen oder Unzufriedenheit kommen. Dein Gegenüber wird glauben, dass du nicht an ihr/ihm interessiert bist oder unsicher bist.



Zum Blickkontakt gehören auch die Augenbrauen und die Augenlider.



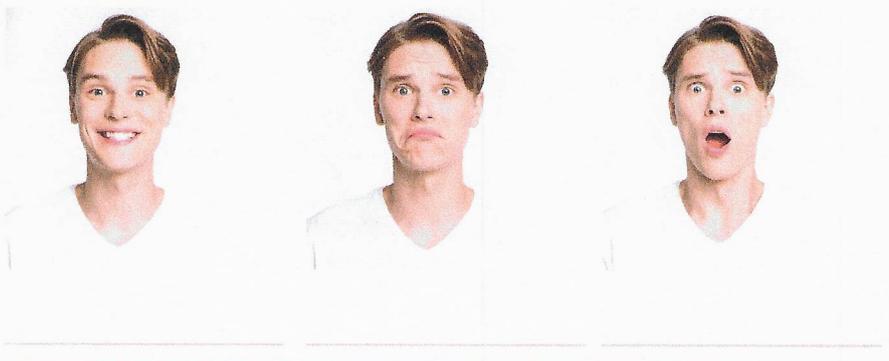
### DAS SOLLTEST DU SPEICHERN

Vermeide es, dein Gegenüber anzustarren. Dies kann als aufdringlich oder aggressiv empfunden werden.

## TrainingsBox – „Blickkontakt“

- Versuche, die unten angeführten Empfindungen den richtigen Gesichtern zuzuordnen. Überlege vorher genau, welche Rolle dabei die Augen spielen, um den gewünschten Effekt zu erzielen.

erschrocken ■ traurig ■ glücklich



## BONUS LEVEL

### 4.5 Sonstiges

Der Händedruck und die Sprechdynamik sind ebenfalls Teil der Körpersprache.



Ein zu langer Händedruck kann als Unsicherheit interpretiert werden. Ein zu kurzer kann ein Hinweis auf Desinteresse sein.



#### Händedruck

Die Begrüßung erfolgt per Handschlag.

- Achte beim Händedruck besonders auf deinen **Blickkontakt**. Schau deinem Gegenüber direkt in die Augen.
- Reiche deinem Gegenüber mit leicht abgewinkeltem Arm deine Hand.
- Dein Händedruck sollte angenehm, aber nicht zu schwach sein.



**Kleidung, Gerüche und Düfte** gehören ebenfalls zur Körpersprache. Darüber hast du schon im Kapitel „III Mein Arbeitsalltag“ gelernt.



#### Sprechdynamik

Die **Art und Weise des Sprechens** ist wichtig.

- **Sprechtempo:** Sprich langsamer beim Erklären von schwierigen Wörtern und Themen. Bist du von irgendetwas begeistert, sprichst du schneller.
- **Lautstärke:** Eine angemessene Lautstärke verbessert die Deutlichkeit dessen, was du sagst.
- **Betonung:** Die Betonung in einem Satz kann die an der Bedeutung des Gesagten verändern. Erst die richtige Betonung schafft, dass das, was man wirklich sagen will, auch verstanden wird. Betone besonders wichtige Fragen, Satzteile oder Wörter.



#### TrainingsBox – „Sonstiges“

1. Lies den untenstehenden Text schnell, ohne Pausen, leise und ohne Betonung deiner Mitschülerin/deinem Mitschüler vor.

##### Eine kleine Geschichte ...

Ich habe einen Freund, der ist lang und dünn wie eine Bohnenstange.

In seiner Freizeit baut mein Freund Modellflugzeuge, kleine, mittlere, große.

Am Wochenende nimmt er seine Modellflugzeuge unter den Arm und verlässt die Stadt.

Dort lässt er seine Flugzeuge steigen.

Die kleinen machen nur einen Hupfer und setzen dann wieder auf.

Die mittleren steigen schräg nach oben, wenden ein paar Mal und landen wieder elegant auf dem Boden.

Die großen und schweren steigen steil nach oben, kreisen ein paar Mal und stürzen oft im Sturzflug zurück auf den Boden. Dort zerschellen sie und sind kaputt.

Doch das macht meinem Freund nichts aus. Er sammelt die Trümmer auf und geht nach Hause.

Dort baut er noch viele andere schöne Flugzeuge.

Helmut Felder, GLT Trainingshandbuch, Verlag Felder – leicht veränderter Text.



Das Werkzeug „Für Schritt-Lesemethode“ finde du in der TRAUNER-DigiBo.

- a) Wie wirkt die Geschichte auf sie/ihn? Hat deine Mitschülerin/dein Mitschüler den Text verstanden?
- b) Lies dir den Text ein zweites Mal alleine durch und bearbeite ihn:
- Unterstreiche die Teile, die wichtig sind. Welche Wörter sollen beim Vorlesen stärker betont werden?
  - Überlege, wo du Pausen setzt, damit deine Mitschülerin/dein Mitschüler, Zeit hat, die Informationen zu verarbeiten.
  - Entscheide, welche Teile der Geschichte du schneller lesen kannst und welche Teile langsam vorgetragen werden sollen.
  - Kann die Lautstärke Spannung in den Text bringen? Probiere es aus.
- c) Lies deiner Mitschülerin/deinem Mitschüler den Text in der überarbeiteten Fassung vor. Besprecht gemeinsam die unterschiedliche Wirkung.
- d) Welchen Händedruck hast du? Testet euch gegenseitig und gebt euch Rückmeldung, wie ihr den Händedruck empfunden habt.

☆☆☆  
BONUS LEVEL ENDE

### WortschatzBox – „Miteinander kommunizieren“

- Im folgenden Rätsel findest du sechs Wörter, die du im Kapitel „Miteinander kommunizieren“ gelernt hast. Diese können waagrecht, senkrecht oder schräg angeordnet sein. Finde sie und kreise sie ein.

- ➔ Körpersprache   ➔ Körperhaltung   ➔ Mimik   ➔ Gestik  
➔ Blickkontakt   ➔ Sprache

K	Ö	R	P	E	R	H	A	L	T	U	N	G	T	I
M	F	O	L	G	E	N	D	E	N	R	Ä	T	K	S
E	L	F	I	N	D	E	M	S	K	T	D	U	A	A
C	H	T	W	Ö	R	T	I	E	Ö	R	D	I	T	E
R	E	G	N	Ä	F	P	M	E	R	D	U	I	N	N
S	R	E	D	N	E	S	I	D	P	I	E	S	O	E
M	P	K	A	P	I	T	K	E	E	L	G	E	K	L
E	R	R	N	T	H	A	S	T	R	D	I	E	K	S
E	K	Ö	A	N	N	E	N	W	S	A	A	G	C	R
E	C	H	T	C	U	N	D	S	P	E	N	K	I	R
E	C	H	T	A	H	N	G	E	R	O	R	D	L	N
E	T	S	E	I	N	E	F	I	A	N	D	E	B	D
I	E	W	Ö	R	T	E	R	U	C	N	D	R	I	N
G	E	S	T	I	K	G	E	L	H	S	I	E	E	I
N	J	K	O	J	P	R	A	I	E	T	G	I	Q	R



### WissensCheck – „Miteinander kommunizieren“

1. Erkläre den Begriff Kommunikation.
2. Beschreibe das Vier-Ohren-Modell nach FRIEDEMANN SCHULZ VON THUN.
3. Erkläre, welche Regeln eingehalten werden müssen, um gut und erfolgreich zu kommunizieren.
4. Zähle die Bestandteile der Körpersprache auf.
5. Fasse zusammen, worauf beim Händedruck besonders zu achten ist.
6. Zähle auf, welche Kriterien unter dem Begriff Sprechdynamik zusammengefasst sind.

BONUS LEVEL

BONUS LEVEL



### Ziele erreicht? – „Miteinander kommunizieren“

KOMPETENZ-  
ERWERB

1. Eine Freundin spricht dich auf deine neue Jacke an: „Du hättest die Jacke eine Nummer größer kaufen sollen.“
  - a) Wie heißen die Ebenen des Vier-Ohren-Modells von FRIEDMANN SCHULZ VON THUN?



Blank writing area with a central graphic:

6) Was bedeutet der Satz „Du hättest die Jacke eine Nummer größer kaufen sollen.“ auf den einzelnen Ebenen?



**SACHINHALT**

**APPELL**

„Du hättest die Jacke eine Nummer größer kaufen sollen.“

**SELBSTSTOFFENBARUNG**

**BEZIEHUNG**

7. Alexander arbeitet ehrenamtlich bei der Jugendfeuerwehr. Gestern hatte er ein Seminar zum Thema „Kommunikation“ besucht. Nadine interessiert sich besonders für die Sprache. Sie bittet Alexander, ihr ein paar Tipps zu geben, wie sie gut und erfolgreich kommunizieren kann. Was kann ihr Alexander raten?

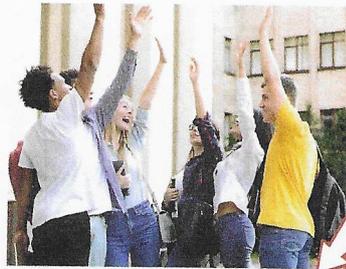


8. Entscheide, welche Aussagen richtig und welche falsch sind.



Aussage	Richtig	Falsch
Die Beziehung zwischen Sender und Empfänger hat keine Auswirkung auf ihre Kommunikation.		
Der Sender richtet mit seiner Nachricht einen Appell an den Empfänger.		
Die Sprache drückt ehrlicher aus, was in einer Person vorgeht, als die Körpersprache.		
Wer Augenkontakt hält, zeigt Interesse am Gespräch.		
Mit den Fingern auf dem Tisch trommeln kann Ungeduld bedeuten.		

4. Sieh dir die folgenden Personen genau an. Beurteile ihre Körpersprache.



---

---

---

5. Welche Aussagen zum Händedruck stimmen? Kreuze die richtigen an.



BONUS LEVEL

- Beim Händedruck soll man die Hand, die man schüttelt, nicht aus den Augen lassen.
- Dem Gegegenüber soll mit leicht angewinkeltem Arm die Hand hingestreckt werden.
- Ein zu langer Händedruck kann als Unsicherheit interpretiert werden.
- Ein entsprechender Blickkontakt, bei dem du deinem Gegegenüber fest in die Augen siehst, gehört beim Händedruck dazu.

6. Überlege, wie du deine Stimme in folgenden Situationen einsetzen musst.



BONUS LEVEL

a) Ein Mitschüler hat sich von dir schon vor Wochen ein Buch aus-geborgt. Er hat versprochen, es dir am nächsten Tag wieder zurückzu-geben. Am nächsten Tag hast du das Buch immer noch nicht bekom-men. Was sagst du zu deinem Mitschüler?



---

---

---

b) Dein Vater ärgert sich lautstark, weil du den Rasen immer noch nicht gemäht hast, obwohl du es ihm versprochen hast. Was bzw. wie wirst du deinem Vater antworten?

---

---

---



Einen interaktiven **Safety-Check** findest du in der TRAUNER-DigiBox.