

Training 1: Eine Kommunikation übermitteln

Zweck

Diese Übung bringt Ihnen bei, einer anderen Person eine Kommunikation zu übermitteln, sodass sie aufnimmt und versteht, worum Sie sie bitten oder was Sie sie zu tun anweisen. Nur weil Sie etwas zu einer anderen Person sagen, heißt das nicht, dass sie es hören oder verstehen wird. Ihre Kommunikation muss klar und laut genug sein, um verstanden zu werden.

Position

Sie und eine andere Person sitzen sich in einem Abstand von etwa einem Meter gegenüber.



Instruktionen

Diese Übung wird folgendermaßen gemacht:

Finden Sie ein sehr einfaches Märchenbuch, wie zum Beispiel *Alice im Wunderland*, welches das beste ist, das man verwenden kann, wenn Sie es finden können. Es sollte viele Stellen in der Geschichte geben, wo Kommunikation verwendet wird. Mit anderen Worten, im Text des Buches steht „Er sagte ...“ und „Sie sagte ...“.

Sie: Suchen Sie sich einen Satz aus dem Buch aus. Lesen Sie der Person Ihnen gegenüber den Satz laut vor, lassen Sie jedoch das *er sagte* oder *sie sagte* weg.

Zum Beispiel lautet ein Satz im Buch *Alice im Wunderland*:

„Nein, ich werde erst schauen“, sagte sie.

Wenn Sie der Person Ihnen gegenüber diesen Satz vorlesen, würden Sie sagen:
„Nein, ich werde erst schauen.“

Sie lesen den Satz erst für sich. Dann denken Sie den Satz und machen ihn zu Ihrem eigenen Gedanken. Sagen Sie dann den Satz zu der anderen Person, als wäre er Ihre eigene Idee. Wenn Sie ihn zu der anderen Person sagen, muss er natürlich klingen, nicht wie etwas, das Sie einfach laut vorlesen. Es muss auch laut genug sein, damit die andere Person Sie hört, und klar genug, damit sie Sie versteht.

Coach: Wenn Sie damit zufrieden sind, dass das, was der Lernende gesagt hat, bei Ihnen angekommen ist und Sie es verstehen, sagen Sie: „Gut.“

Veranlassen Sie den Lernenden, jeden Satz zu wiederholen, der nicht bei Ihnen angekommen ist, bis Sie damit zufrieden sind, dass er angekommen ist. Bestätigen Sie ihn dann und sagen Sie: „Gut.“

Sie: Sobald der Coach „Gut“ sagt, wählen Sie einen weiteren Satz aus dem Buch aus und fahren mit der Übung fort, indem Sie diese Schritte wiederholen.

Redeablauf

Der Coach sagt „Start“, um mit der Übung zu beginnen, „Gut“, wenn die Kommunikation angekommen ist, oder „Das wär's“, wenn die Kommunikation nicht angekommen ist. „Das wär's“ wird auch verwendet, um die Übung für eine Besprechung zu unterbrechen oder um die Aktivität zu beenden. Wenn die Übungssitzung für eine Besprechung beendet wird, muss der Coach wieder „Start“ sagen, bevor sie wieder aufgenommen wird.

Endergebnis

Die Übung wird gemacht, bis alle folgenden Punkte eintreffen:

1. Sie meinen, eine Kommunikation bequem übermitteln zu können, als wäre sie Ihr eigener Gedanke.
2. Ihre Kommunikation wird von einer anderen Person empfangen und verstanden.
3. Ihr Coach ist damit zufrieden, dass Sie das tun können.