

Training 2: Bestätigungen

Definition

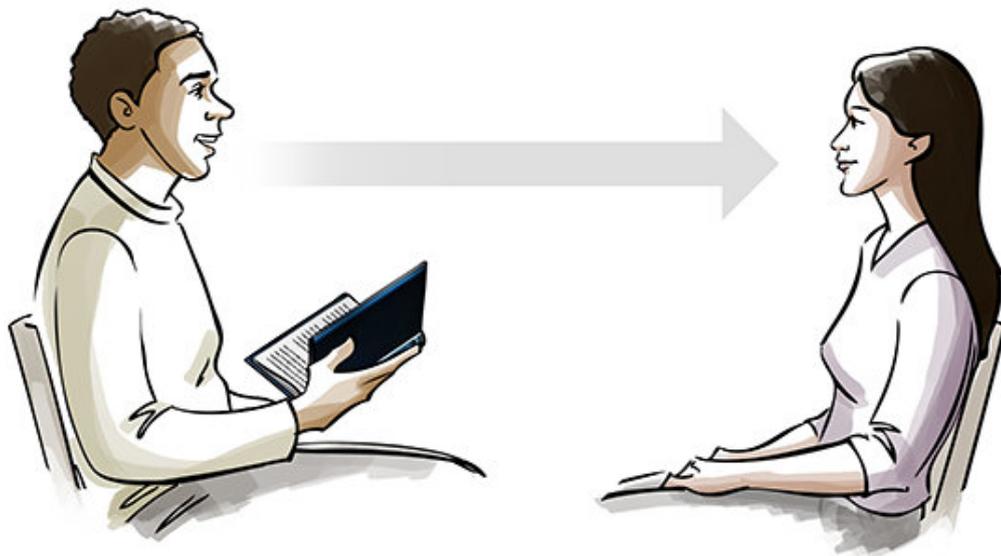
Eine *Bestätigung* bedeutet, etwas zu sagen oder zu tun, um einer anderen Person zu zeigen, dass Sie ihre Kommunikation gehört und verstanden haben. Zum Beispiel könnte eine Bestätigung wie folgt lauten: „Sehr gut“, „Okay“, „In Ordnung“ oder „Danke“.

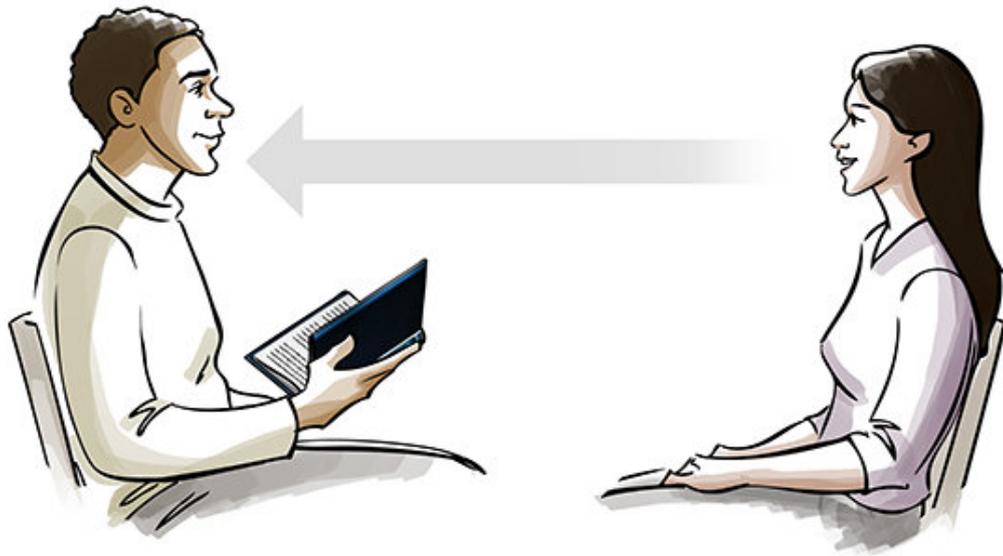
Zweck

Diese Übung bringt Ihnen bei, zu verstehen und zu bestätigen, was eine andere Person sagt. Sie bringt Ihnen außerdem bei, dass eine Bestätigung ein Stopp ist, eine Beendigung dieser Kommunikation, kein Anfang oder Weiterführen einer Kommunikation.

Position

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





Instruktionen

Diese Übung wird folgendermaßen gemacht:

Coach: Wählen Sie einen Satz aus einem einfachen Märchenbuch aus, wie zum Beispiel *Alice im Wunderland*. Lesen Sie dem Lernenden den Satz vor, lassen Sie jedoch das *er sagte* oder *sie sagte* weg.

Sie: Bestätigen Sie, was die Person gesagt hat.

Coach: Wenn Sie zufrieden sind, dass der Lernende bestätigt hat, was Sie gesagt haben, sagen Sie: „Gut.“

Wiederholen Sie jeden Satz, der nicht wirklich bestätigt wurde, bis Sie zufrieden sind, dass der Lernende gehört und verstanden hat, was Sie gesagt haben, und die Bestätigung so gesagt wurde, dass sie die Kommunikation beendet. Sagen Sie dann: „Gut.“ Wählen Sie einen weiteren Satz aus dem Märchenbuch aus und fahren Sie mit der Übung fort, indem Sie diese Schritte wiederholen.

Redeablauf

Der Coach sagt: „Start“, und liest eine Zeile. Er sagt jedes Mal: „Das wär’s“, wenn er das Gefühl hat, dass es eine unangebrachte Bestätigung war. Er gibt dann einen neuen „Start“ und wiederholt die gleiche Zeile. „Das wär’s“ kann auch verwendet werden, um die Übungssitzung für eine Besprechung zu unterbrechen oder sie 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. Ihre Bestätigungen erreichen eine andere Person so, dass sie die Kommunikation beenden.
2. Ihre Bestätigungen zeigen, dass eine Kommunikation gehört und verstanden wurde.
3. Ihr Coach ist damit zufrieden, dass Sie das tun können.