

Workshop 10

© danièle sandoz
beraten.kommunizieren.bewegen



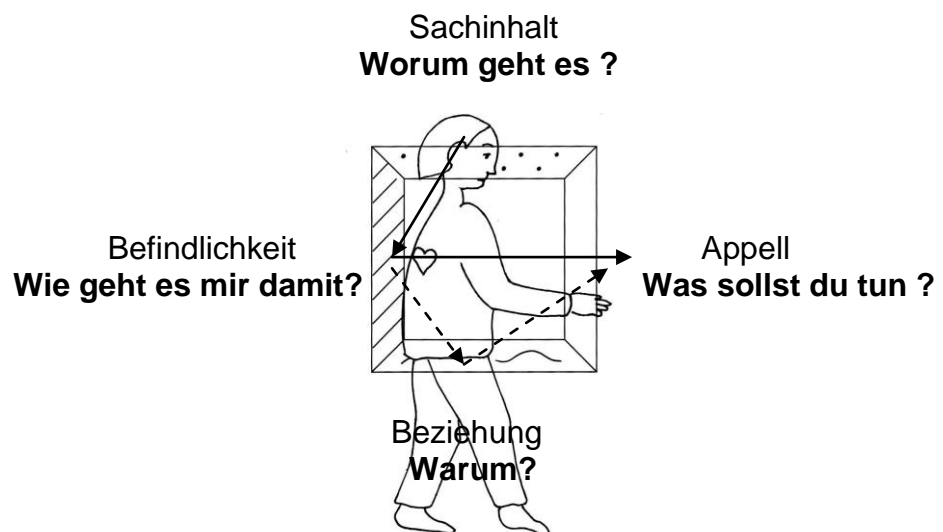
Von Kopf bis Fuss emotional kompetent interagieren

Was ein Kind und jugendlicher Mensch zum Erwachsenwerden braucht, ist ein starkes Gegenüber – Mutter und **Vater, Lehrer, Lehrerin-**, das sowohl auf ihn eingeht, wie ihm auch Grenzen setzt, an denen er eine Orientierung findet. In der Grenzenlosigkeit verliert er sich.

Achten Sie auf folgende körpersprachliche Signale

- sich zuwenden Konfrontation
- anschauen Blickkontakt
- Stand halten Festigkeit
- aufrecht (aufrichtig) bleiben Kopfhaltung
- ernst nehmen kein Lachen
- sich bewusst abgrenzen Überzeugung

Drücken Sie sich knapp, kurz, bündig und klar aus:



In Konfliktsituationen sprechen Sie die verschiedenen Ebenen an:

1. *Beschreiben Sie sachlich und ohne zu bewerten das Verhalten, das Sie nicht akzeptieren können.*
2. *Sagen Sie, was für Gefühle es in Ihnen auslöst.*
3. *Beschreiben Sie die konkrete Wirkung, die das Verhalten verursacht und die Konsequenzen, die es nach sich zieht.*
4. *Sagen Sie mit einer klaren Aufforderung direkt, was Sie vom Jugendlichen erwarten, dass er oder sie jetzt tun sollte.*

Workshop 10

© danièle sandoz
beraten.kommunizieren.bewegen



Literaturliste

SNGS

- Goleman Daniel:** Emotionale Intelligenz
C. Hanser Verlag, München, Wien 1996
- Schulz von Thun, F.:** Miteinander reden 1– Störungen und Klärungen
Reinbeck: Rowohlt Taschenbuch Verlag
- Schulz von Thun, F.:** Miteinander reden 2- Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung
Reinbeck: Rowohlt Taschenbuch Verlag, Hamburg
- Schulz von Thun, F.:** Miteinander reden 3 – Das innere Team
Reinbeck Rowohlt Taschenbuch Verlag, Hamburg
- Thomas A. Harris:** Ich bin o.k. Du bist o.k. – Einführung in die Transaktionsanalyse
Rowohlt Taschenbuch Verlag, Hamburg
- Allan Guggenbühl:** Die Vogelbande – ISBN: 3-7270-2002-40
- Allan Guggenbühl:** Aggression und Gewalt in der Schule – „Schulhauskultur als Antwort“-ISBN: 3-7270-2002-4