

(W8) „Burgstrasse“ LF: Farbverändernde Haarbehandlungen	Fach: Kommunikation	Datum:
	Klasse:	Name:
Kommunikation verbessern!		

„Die 10 goldenen Regeln“ zur Verbesserung der Kommunikation

1. mit vier Ohren hören
2. zuhören, nicht laufend unterbrechen, Geduld aufbringen
3. positive Einstellung gegenüber dem Gesprächspartner einnehmen und im Verhalten ihm gegenüber zeigen
4. nicht auf Aggressionen aggressiv reagieren, aggressiven Tonfall vermeiden
5. Sach-, Appell-, Selbstoffenbarungs- und Beziehungsebene in Äußerungen des Gesprächspartners wahrnehmen und darauf reagieren
6. bei Nichtverstehen nachfragen, wie eine Äußerung gemeint ist
7. dem Gesprächspartner zu verstehen geben, dass man ihn verstanden hat (aktives Zuhören)
8. in der Ich-Form reden, eigene Meinungen und Ideen offen einbringen
9. gesprächstörende Äußerungen (Killerphrasen) vermeiden
10. gesprächsfördernde Beiträge einbringen

Gesprächsfördernde Beiträge sind Formulierungen wie.....
