

## Kommunikation

Die Aktivität ist für das Hauptthema Kommunikation relevant. Das Ziel dieser Themen ist es, das Bewusstsein für Kommunikation zu schärfen und zu verstehen, warum Missverständnisse entstehen. Die Teilnehmenden sollen lernen, dass eine klare und einfache Sprache die Kommunikation erleichtern kann.

### Modul 1 – Aktivität 1

**Dauer:** 30 - 40 min

**Art der Aktivität:** Theorie/Praktische Übung

**Arbeitsformat:** Gesamte Gruppe



### Lernziele

Die Theorie befasst sich mit dem Thema Kommunikation und verschiedene Kommunikationsformen.

- Einführung in das Thema Kommunikation und Inklusion.
- Sensibilisierung für die Komplexität der menschlichen Kommunikation.



### Benötigte Materialien & Ressourcen

Stifte / Flipchart / Post-its / Ausgedruckte Dokumente

Laptop / Beamer

Canva



### Erfolgsindikatoren

Die Teilnehmenden lernen die vier Ebenen der Kommunikation sowie das Sender-Empfänger-Modell kennen und erfahren, welche typischen Ursachen es für Missverständnisse gibt.

Anschließend reflektieren sie ihre eigenen Erfahrungen und identifizieren konkrete Möglichkeiten, um im Alltag klarer zu kommunizieren.



### ○→○→○ Schritt-für-Schritt

#### **Schritt 1 – Einführung (5 - 7 min)**

Die Trainerin / der Trainer:

- Begrüßt die Gruppe und erläutert das Ziel der Aktivität.  
Beispielsatz: Heute schauen wir uns an, wie Kommunikation funktioniert – und warum es so leicht zu Missverständnissen kommt.
- Betont die Relevanz: Beispielsatz: Es geht um den Alltag: Nachrichten, WhatsApp, Tonfall, Körpersprache.
- Erklärt den Ablauf: Beispielsatz: Wir werden Schritt für Schritt mit einem Arbeitsblatt arbeiten. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten.

Die Teilnehmenden

- hören zu,
- stellen bei Bedarf Fragen.

#### **Schritt 2 – Hauptaktivität (20 Min.) Arbeiten mit dem Arbeitsblatt**

Die Hauptaktivität ist in vier Teile unterteilt, A bis D.

##### **Teil A: Die vier Ebenen der Kommunikation**

Anleitung:

Die Trainerin / der Trainer

- bittet die Teilnehmenden, sich das Arbeitsblatt– Teil A anzusehen.
- erklärt jede Stufe kurz und in einfacher Sprache, bevor die Teilnehmenden schreiben.

Erklärung der Vorschläge:

- Verbal: Was wir sagen oder schreiben
- Nonverbal: Körpersprache, Mimik
- Paraverbal: Wie wir etwas sagen (Tonfall, Lautstärke, Geschwindigkeit)
- Visuell: Bilder, Symbole, Emojis, Zeichen

Die Teilnehmenden

- füllen die Tabelle mit kurzen Beispielen aus
- arbeiten alleine oder tauschen sich leise mit den eine/r Kolleg:in aus.



## Teil B: Sender-Empfänger-Modell

Anleitung:

Die Trainerin / der Trainer

- bittet die Teilnehmenden, sich den Teil B am Arbeitsblatt anzusehen.
- erklärt das Sender-Empfänger-Modell Schritt für Schritt

Erklärung der Vorschläge:

1. Jemand schreibt eine Nachricht
2. Die Nachricht wird über einen Kanal übertragen.
3. Eine andere Person empfängt sie
4. Der Empfänger antwortet (Feedback).

Die Teilnehmenden

- schreiben ein Beispiel aus dem Alltag zum Beispiel aus der Schule, der Arbeit, Familie oder Freunden auf.
- werden angeregt einfache Situationen anzugeben.

## Part C: Wo entstehen Missverständnisse?

Anleitung:

Die Trainerin / der Trainer

- bittet die Teilnehmenden den Teil C auf dem Arbeitsblatt zu lesen
- weist darauf hin, dass man mehrere Kästchen ankreuzen kann.
- normalisiert Missverständnisse.
- macht den Teilnehmenden bewusst, dass Kommunikation komplex ist.

Die Teilnehmenden

- kreuzen die Situation an, die sie bereits erlebt haben.

## Teil D: Reflexionsfragen

Anleitung:

Die Trainerin / der Trainer

- bittet die Teilnehmenden, den Teil D auf dem Arbeitsblatt zu beantworten.



## Schritt 3 – Fazit/Gruppendiskussion (5-10 min)

Leitfragen für die Diskussion

Die Trainerin / der Trainer stellt folgende Fragen:

- Was führt am häufigsten zu Missverständnissen
- Was trägt zu einer besseren Kommunikation bei?
- Was kannst du beim nächsten Mal anders machen?

Die Trainerin / der Trainer

- bittet freiwillige Teilnehmenden, ihre Antworten in der Gruppe mitzuteilen.
- fasst die wichtigsten Punkte auf einem Flipchart/Poster zusammen.

## Verbindung zur Theorie / inklusive Praxis

Missverständnisse sind ein natürlicher Bestandteil der Kommunikation. Klare Kommunikation bedeutet, aktiv zuzuhören, das eigene Verständnis zu überprüfen und sich bewusst zu machen, wie Botschaften gesendet und empfangen werden.

Die gewonnenen Erkenntnisse werden auf den Alltag übertragen und fördern die Selbstreflexion und das Gefühl der gemeinsamen Verantwortung. Die Aktivität endet mit einer klaren und konkreten Erkenntnis.



### Arbeitsblatt

#### A. Die vier Ebenen der Kommunikation

| Level/Ebene | Was umfasst sie? | Beispiel: |
|-------------|------------------|-----------|
| Verbal      |                  |           |
| Nonverbal   |                  |           |
| Paraverbal  |                  |           |
| Visuell     |                  |           |

#### B. Sender-Empfänger-Modell

Aufgabe: Schreibe für jeden Schritt ein Beispiel aus deinem Alltag auf.

1. Der Sender sendet eine Nachricht:

Beispiel: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

2. Übertragung (Kanal):

Beispiel: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

3. Der Empfänger empfängt die Nachricht:

Beispiel: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

4. Rückmeldung/Feedback:

Beispiel: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

#### C. Wo entstehen Missverständnisse?

Kreuze die Kästchen für das an, was du bereits erlebt hast:

- ☐ Ich habe Wörter anders verstanden, als sie von der anderen Person gemeint waren.
- ☐ Der Tonfall der Stimme hat mich verunsichert.
- ☐ Die Körpersprache passte nicht zu den Worten.
- ☐ Ich war gestresst und habe nicht richtig zugehört.
- ☐ Eine Nachricht (z.B. SMS) war unklar oder mehrdeutig.

#### D Reflexionsfrage (bitte kurz beantworten):

Wie kannst du in Zukunft Missverständnisse vermeiden?



### Handout:

#### Arbeitsblatt Kommunikation

#### 1. Kommunikation – Einfache Sprache (leicht verständlich)

##### Was ist Kommunikation?

Kommunikation bedeutet:

Menschen tauschen Informationen aus.

Das kann mit Worten geschehen – aber auch ohne Worte.

##### Die 4 Arten der Kommunikation

###### 1. Verbale

Das sind Wörter und Sätze, die wir sprechen oder schreiben.

Beispiel: „Können Sie mir helfen?“

###### 2. Nonverbale

Das ist Kommunikation mit dem Körper.

Beispiel: Lächeln, Nicken, Arme verschränken.

###### 3. Paraverbal

Das ist die Art und Weise, wie wir sprechen.

Beispiel: Tonfall, laut oder leise, schnell oder langsam.

###### 4. Visuell

Das sind Bilder, Symbole, Zeichnungen.

Beispiel: ein Stoppschild oder ein Piktogramm.

##### Sender-Empfänger-Modell (kurze Erklärung)

- Eine Person sendet eine Nachricht.
- Eine andere Person empfängt die Nachricht.
- Beide Personen müssen die Nachricht auf die gleiche Weise verstehen, sonst kommt es zu Missverständnissen.
- Fragen zu stellen hilft, sicherzustellen, dass die Nachricht verstanden wird.

##### Typische Probleme

- Wörter werden unterschiedlich verstanden.
- Lärm oder Stress erschweren das Zuhören.
- Der Tonfall verändert die Bedeutung.
- Gefühle beeinflussen das Verständnis.
- Bilder oder Gesten können missverstanden werden.



## Kommunikation ohne Worte

**Diese Aktivität führt in das Thema Kommunikation ein und zeigt, wie vielfältig Kommunikationsmittel und -formen sein können. Nonverbale Kommunikation spielt besonders in inklusiven Gruppen eine zentrale Rolle: Viele junge Menschen haben Sprachbarrieren, unterschiedliche Erstsprachen oder unterschiedliche Lese- und Schreibkompetenzen. Körpersprache, Mimik, Gestik und einfache Visualisierungen wirken hier als wichtige Brücken, schaffen Verständnis und ermöglichen Teilhabe.**

### Modul 1 – Aktivität 2

**Dauer:** 60 min

**Art der Aktivität:** Praktische Übung

**Arbeitsformat:** Gesamte Gruppe



#### Lernziele

Die Aktivität sensibilisiert dafür, wie wirkungsvoll nonverbale Signale sind und wie sie – neben klarer, einfacher Sprache – zu respektvoller und inklusiver Interaktion beitragen. Durch die bewusste Fokussierung auf Körpersprache, Mimik und unterstützende Visualisierungen erleben die Teilnehmenden, wie Barrieren abgebaut und Zugänge erleichtert werden können. Die Aktivität eignet sich besonders gut als Einstieg in Workshops zu Kommunikation, Gruppendynamik und inklusiver Interaktion.

- Sensibilisierung für nonverbale Kommunikation
- Teambuilding



#### Benötigte Materialien & Ressourcen

Raum (mit Bewegungsmöglichkeiten)

Aufgabenkarten (Pantomime, Alltagssituationen, Symbole)

Aufgabenbeispiele

Stifte / Flipchart / Post-its / Ausdrücke ...



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



## Erfolgsindikatoren

Die Teilnehmenden werden befähigt, Kommunikationsbarrieren zu erkennen, zu verstehen und frühzeitig abzubauen. Im Fokus steht die Entwicklung inklusiver Kommunikationspraktiken, die insbesondere marginalisierte junge Menschen erreichen – z. B. junge Menschen mit geringer Literalität, Sprachbarrieren, unterschiedlichen kulturellen Hintergründen oder Behinderungen.



## ○→○→○ Schritt-für-Schritt

### **Schritt 1 – Einführung (15 min)**

Die Trainerin / der Trainer begrüßt die Teilnehmenden und erklärt kurz die Aktivität.

- Zunächst wird erläutert, warum nonverbale Kommunikation wichtig ist.

#### **Beispielsatz:**

„Heute werden wir mit Kommunikation experimentieren – ohne Worte zu benutzen. Wir erkunden, wie wir mit Gesten, Mimik und einfachen Bildern kommunizieren können. Viele junge Menschen – besonders jene mit Sprachbarrieren, intellektuellen Beeinträchtigungen, Lernschwierigkeiten oder geringer Literalität – sind auf nonverbale Signale angewiesen. Deshalb ist es wichtig, dass wir uns bewusst machen, wie wir ohne Worte kommunizieren.“

- Danach werden die Regeln erklärt:

Keine Worte, kein Schreiben, nur Mimik, Gestik und Zeichnungen.

Hinweis: Jede Form nonverbaler Kommunikation ist erlaubt und soll bewusst wahrgenommen werden.

### **Schritt 2 – Hauptaktivität (30 min)**

1. Die Trainerin / der Trainer teilt die Teilnehmenden in Kleingruppen ein (mindestens 2, maximal 6 Personen pro Gruppe)
2. Jede Gruppe erhält eine Aufgabe - entweder wird sie zugeteilt oder gezogen. Beispiele befinden sich im Anhang.
3. Die Präsentationsmethoden werden vorgestellt: wie die Aufgaben präsentiert werden.
  - Aufgabenkarte – Symbolik für Pantomime
  - Aufgabenkarte – Emotionen durch Mimik zeigen
  - Aufgabenkarte – Symbolisches Bild zum Zeichnen
  - Aufgabenkarte – Symbolik für Spiele/Konzept, eine kurze Szene.

Hinweis: Die Präsentationsmethode kann per Zufallsprinzip ausgewählt werden, um eine faire Verteilung der Aufgaben zu gewährleisten.

#### **4. Kleingruppenarbeit**

Die Gruppen bereiten ihre Szenen nonverbal vor.



## 5. Präsentation

- Jede Gruppe präsentiert ihre Szene - weiterhin ohne Worte.
- Die übrigen Teilnehmenden versuchen zu erraten, was dargestellt wird.

### Schritt 3 – Abschluss / Gruppendiskussion (15 min)

1. Kurze Reflexion im Plenum: Nach der Gruppenarbeit und der Präsentation der Aufgaben wird die Übung im Plenum besprochen.

2. Reflexionsfragen:

Die Trainerin / der Trainer stellt folgende Fragen:

- Wie hat sich Kommunikation ohne Sprache angefühlt?
- Was war leicht, was war schwierig?
- Gab es Unsicherheiten oder Missverständnisse?
- Welche Gesten oder Zeichen haben besonders gut funktioniert?
- Was kann man für die Arbeit mit der Zielgruppe mitnehmen?

### Abschlusssatz (Vorschlag)

„Nonverbale Kommunikation ist ein kraftvolles Werkzeug – besonders in vielfältigen Gruppen. Wenn wir stärker auf Gesten, Mimik und einfache Visualisierungen achten, können wir jungen Menschen die Teilhabe erleichtern und Barrieren abbauen.“



### Anhang:

#### Beispiele für die Zuweisung von Aufgaben: zum Ausdrucken

Beschreibe eine alltägliche Situation (wähle eine Situation aus und zeige sie ohne Worte):

- Den Bus verpassen
- In einer langen Schlange warten
- Den Schlüssel suchen
- Jemanden um Hilfe bitten
- Etwas nicht verstehen
- Sehr müde sein
- In Eile sein
- Einer anderen Person helfen
- Etwas verlieren und wiederfinden
- Als Team zusammenarbeiten
- Eine Party planen
- Gemeinsam eine Pause machen
- Ein Problem in der Gruppe lösen

### Methodenbeschreibung:

- **Pantomime:**  
Stelle eine kurze Szene mit Körper und Gesicht dar – ohne zu sprechen oder zu schreiben.
- **Emotionen zeigen:**  
Zeige ein Gefühl nur mit deinem Gesicht – keine Geräusche, keine Worte (z. B. Freude, Verwirrung, Überraschung, Ärger).
- **Symbol zeichnen:**  
Zeichne ein einfaches Symbol, das eine Idee darstellt (z. B. Teamarbeit, Freundschaft, Hilfe, Vertrauen).
- **Kurze Szene spielen:**  
Stellt gemeinsam ein einfaches Konzept dar.





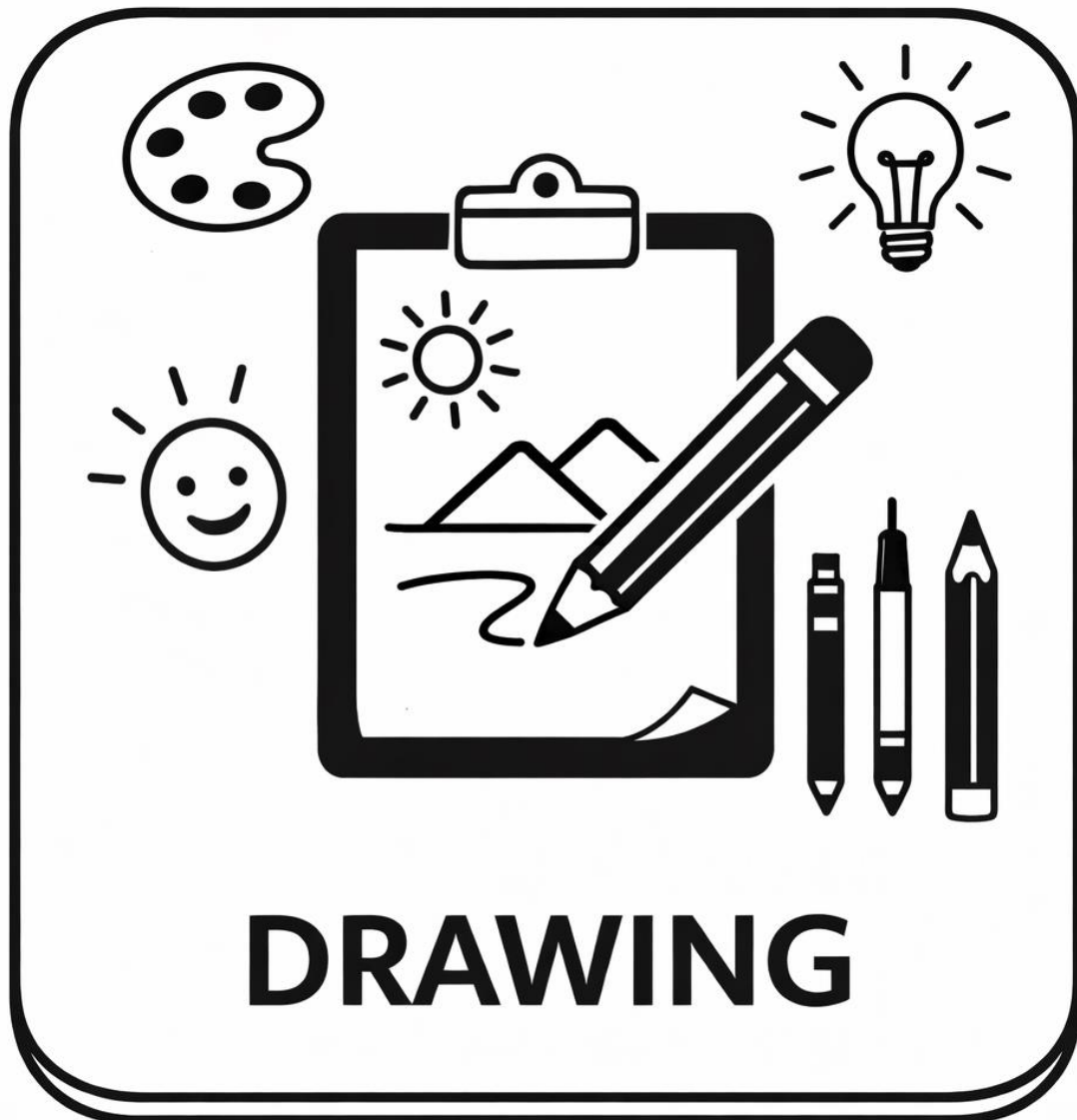


## SHOW EMOTIONS



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.





### Handout

#### 1. Checkliste - Kommunikation ohne Worte

##### Vorbereitung

- Raum so vorbereiten, dass Bewegung möglich ist
- Gruppen einteilen
- Aufgabenkarten vorbereiten
- Stifte und Papier bereitstellen

##### Durchführung

- Bedeutung nonverbaler Kommunikation erklären
- Regeln erklären: keine Worte, kein Schreiben - nur Mimik, Gestik oder Zeichnungen
  - 🗣️ Pantomime – ohne Worte darstellen
  - 😊 Emotionen zeigen - nur Mimik
  - ✍️ Zeichnen - symbolisches Bild erstellen
  - 🗣️👥 Szene spielen - Situation/gemeinsames Konzept darstellen
- Jede Gruppe erhält eine Aufgabe
- Gruppen bereiten sich vor und präsentieren nonverbal
- Die anderen raten.

##### Reflexion

Wie hat sich Kommunikation ohne Sprache angefühlt?

Was war leicht, was schwierig?

Gab es Missverständnisse?

Was nehmt ihr für die Arbeit mit jungen Menschen mit?

##### Tipps:

- Jede Form nonverbaler Kommunikation ist erlaubt.
- Beobachtet euch bewusst - Mimik, Tempo, Gestik.
- Habt keine Angst vor Fehlern - es geht ums Ausprobieren.

