

## HANDOUT

### **„Schüler beraten Schüler“ Training zur konstruktiven Gesprächsführung –Fortsetzungstag**

#### **Inhalte:**

- 1. FEEDBACK – Rückmeldungen geben und empfangen – für SchülerInnen und LehrerInnen**
- 2. Umgang mit aggressivem Verhalten**
- 3. Schüler beraten Schüler – ein Leitfaden**

# 1. FEEDBACK – Rückmeldung geben und empfangen

## Feedbackregeln für den Sender

Feedback soll sich auf konkretes beobachtbares Verhalten beziehen (nicht auf Person oder Charakter).

Feedback soll wertschätzend formuliert werden und so, dass es dem Empfänger nützt.

Feedback soll ehrlich sein.

Du-Botschaften und Verallgemeinerungen vermeiden „Immer machst du“..., „Andauernd... tust du“. Stattdessen Ich-Botschaften „Ich fühle mich gestört“, „Mich ärgert...“

## W-W-W

**Wahrnehmung:** *das nehme ich wahr, ich habe bemerkt, dass:... (du zappelst, der Tisch wackelt, ihr macht Euch lustig... da hast du dir viel Arbeit gegeben*

**Wirkung:** *das wirkt auf mich so, das hat mich gestört, das, lenkt mich ab, ärgert mich, kränkt mich... hat mir gut gefallen*

**Wunsch:** *ich wünsche ich mir... (ich möchte in Ruhe arbeiten, lass mich erst meine Aufgaben beenden, ich finde, ...)*

## Feedbackregeln für den Empfänger:

Zuhören. In Ruhe darüber nachdenken.

Nicht sofort Verteidigen oder Angreifen.

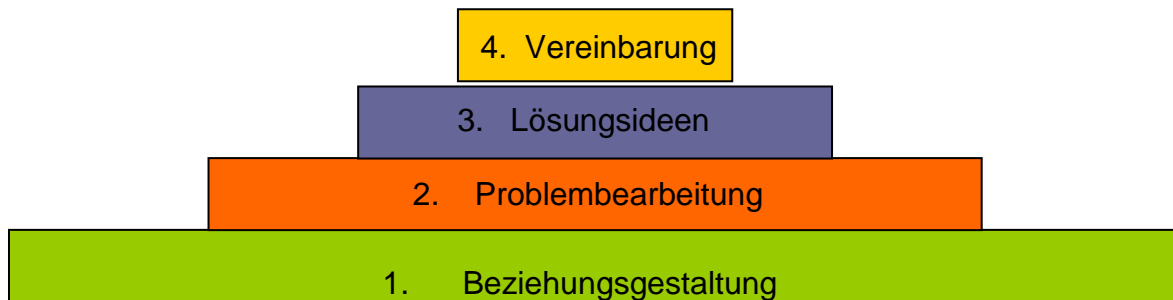
Wirken lassen und selbst entscheiden, was Du Dir „zu Herzen nehmen“ möchtest

## 2. Umgang mit aggressivem Verhalten

Intension  Eskalationsgrad	Abreagieren von Spannungen	Angreifen einer Person
Ärgerlich	Feedback Aktives Zuhören Alternativen ermöglichen, Spannung abzubauen	Feedback Eigene Interessen vertreten Zurückweisen/ Abgrenzen
Gefährlich	Selbst- und Fremdschutz Alternativen Raum für Spannungsabbau Unterstützung organisieren	Selbstschutz Situation verlassen Hilfe holen Dritte einbeziehen

### 3. Schüler beraten Schüler

Phasen im Gespräch



Leitfaden für ein Beratungsgespräch:

#### 1. Beziehungsgestaltung

*Wie geht es dir? Möchtest du etwas trinken? Bist du gut hier her gekommen?  
Wie kann ich dir weiterhelfen?*

#### 2. Problembearbeitung

*Was macht dir Sorgen? Was stört dich? Erzähl mir ein bisschen darüber?  
Was hast du schon versucht, um das Problem zu lösen?  
Wer könnte dir noch helfen?  
Woran würdest du merken, dass das Problem gelöst wäre?  
Was würde passieren, wenn das Problem weiterhin bestehen würde?*

#### 3. Lösungsideen

*Welche Ideen hast du, was passieren müsste?  
Was glaubst du könntest du tun, um für dich etwas zum Positiven hin zu verändern?  
Das sind meine Ideen:...*

#### 4. Vereinbarung

*Was ist für dich eine gute Lösungsidee?  
Was glaubst du, wäre für dich jetzt richtig?  
Wie gehen wir es jetzt an?  
Wann sprechen wir wieder miteinander, um zu prüfen, ob es jetzt gut ist für dich?*