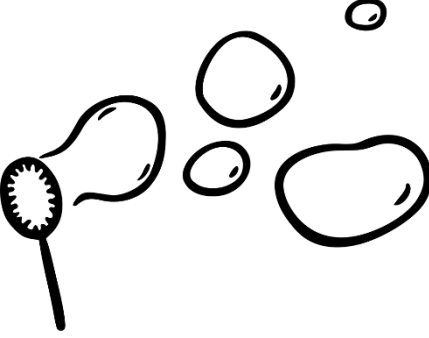


Kommunikation in Kreisen

Kurzbeschreibung	Eine interaktive Kommunikationsübung, bei der die Teilnehmenden in zwei Kreisen (innerem und äußerem) rotieren und wiederholt mit einem neuen Partner sprechen. Jede Runde hat eine andere Kommunikationsaufgabe (z. B. aktives Zuhören, Unterbrechen, zwischen den Zeilen lesen). Die Aktivität hilft den Teilnehmenden zu erfahren, wie verbale und nonverbale Kommunikation Gespräche beeinflussen, und gibt dem:der Moderator:in Gelegenheit, die Gruppendynamik zu beobachten und zu lenken.
Ziele	• Bewusstsein für verbale und nonverbale Kommunikation schärfen • Verschiedene Zuhörstile erleben (aktiv, passiv, manipulativ, interpretativ) • Reflexion darüber, wie Gespräche bewusst oder unbewusst gelenkt werden können • Empathie und Perspektivübernahme stärken • Das Geben und Empfangen von Feedback üben • Die Beobachtungsfähigkeiten der Moderation bei der Gruppeninteraktion fördern
Dauer	Insgesamt ca. 20 Minuten, 25–30 Minuten einschließlich der optionalen dritten Runde und der Nachbesprechung
Soziale Form	Gruppenarbeit
Materialien und Organisation	Material • Timer oder Stoppuhr • Glocke oder Signalton (optional) • Flipchart oder Whiteboard (optional für die Nachbesprechung) Organisation • Ordnen Sie die Teilnehmenden in zwei Kreisen an: ◦ Der innere Kreis blickt nach außen ◦ Der äußere Kreis ist nach innen gerichtet • für genügend Platz sorgen, damit die Rotation reibungslos verläuft
Vorbereitung	1. Richten Sie den Raum so ein, dass die Teilnehmenden in zwei Kreisen stehen (oder sitzen) können. 2. Entscheiden Sie, ob Sie die optionale dritte Runde einbeziehen möchten. 3. Weisen Sie die Teilnehmenden ein: a. Das Ziel ist nicht die Leistung, sondern die Beobachtung und das Erleben. b. Manche Aufgaben mögen unangenehm sein – das ist beabsichtigt. 4. Bitten Sie die Teilnehmenden, ihre Aufgabenanweisungen während der Runde nicht preiszugeben.

Die Unterstützung der Europäischen Kommission bei der Erstellung dieser Veröffentlichung bedeutet keine Billigung ihres Inhalts, der ausschließlich die Ansichten der Autoren widerspiegelt; die Kommission übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Schritt-für-Schritt-Beschreibung

	Runde 1 – Aktives Zuhören Aufgabe für den inneren Kreis: Beschreiben Sie 2 Minuten lang Ihren idealen Urlaub (wo, mit wem, was Sie tun, Atmosphäre usw.). Aufgabe für den äußeren Kreis: Hören Sie aufmerksam zu. Stellen Sie nur Fragen, wenn das Gespräch ins Stocken gerät. Nach 2 Minuten: 1. Der Trainer unterbricht das Gespräch. 2. Der äußere Kreis teilt Beobachtungen zur nonverbalen Kommunikation mit (Körperhaltung, Augenkontakt, Tonfall, Begeisterung). 3. Nach etwa 1,5 Minuten das Feedback beenden. 4. Der innere Kreis wechselt im Uhrzeigersinn um eine Position. Runde 2 – Ein Gespräch lenken Aufgabe für den äußeren Kreis: Sprechen Sie 2 Minuten lang darüber, was Sie als Kind sonntags gemacht haben. Gehen Sie dabei ausführlich ins Detail. Aufgabe für den inneren Kreis: Versuchen Sie auf subtile Weise, die Kontrolle über das Gespräch zu übernehmen oder es vom Thema abzulenken. Nach 2 Minuten: 1. Beenden Sie das Gespräch. 2. Die Paare besprechen gemeinsam ihre Erfahrungen: ○ War es einfach, das Thema zu wechseln? ○ War es nervig? ○ Wie hast du das Gespräch gelenkt? 3. Nach 2 Minuten das Feedback beenden. 4. Der innere Kreis wechselt im Uhrzeigersinn um eine Position. Runde 3 (optional) – Zwischen den Zeilen hören Aufgabe für den inneren Kreis: Wer ist dein Held oder jemand, den du bewunderst, und warum? Aufgabe für den äußeren Kreis: Achte darauf, was angedeutet wird, anstatt auf das Gesagte („zwischen den Zeilen“). Nach 2 Minuten: 1. Beenden Sie das Gespräch. 2. Der äußere Kreis teilt Interpretationen der zugrunde liegenden Werte, Emotionen oder Motivationen mit. 3. Nach 2 Minuten beenden.
---	--

Die Unterstützung der Europäischen Kommission bei der Erstellung dieser Veröffentlichung bedeutet keine Billigung ihres Inhalts, der ausschließlich die Ansichten der Autoren widerspiegelt; die Kommission übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Variationen und Differenzierung

- **Kurzfassung:** Machen Sie nur Runde 1 und 2.
- **Große Gruppen:** Führen Sie mehrere Kreise gleichzeitig durch.
- **Fortgeschrittene Gruppen:** Fügen Sie eine vierte Runde hinzu, in der beide Teilnehmenden sich gegenseitig absichtlich falsch interpretieren.
- **Introvertierte Teilnehmenden:** Erlaube das Mitschreiben während der Hörübungen.
- **Jugendgruppen:** Ersetzen Sie die Fragen durch leichtere Themen (Lieblingsspiel, Traum-Superkraft, Lieblingsessen).
- **Berufsausbildung:** Verknüpfen Sie jede Runde mit Situationen am Arbeitsplatz (Besprechungen, Kundengespräche, Feedbackgespräche).
- **Themenbezogen:** Sie können diese Methode nutzen, um Meinungen der Teilnehmenden zu einem bestimmten Thema einzuholen

Praktische Hinweise

Diese Aktivität kann Unbehagen auslösen, da die Teilnehmenden Gespräche bewusst manipulieren oder analysieren. Führen Sie im Anschluss immer eine kurze Gruppenreflexion durch, um die Gefühle zu normalisieren und die Erfahrungen mit realen Kommunikationsmustern zu verknüpfen. Betonen Sie, dass das Ziel die Bewusstwerdung ist und nicht die Bewertung von Kommunikationsfähigkeiten.

Referenzen | Quellen

Van den Ouden, L. (2016). *Werkvormenboek: 100 werkvormen om iedere bijeenkomst tot een succes te maken – Alles begint met een open mind* (1. Auflage). ICM Publishing.

Die Unterstützung der Europäischen Kommission bei der Erstellung dieser Veröffentlichung bedeutet keine Billigung ihres Inhalts, der ausschließlich die Ansichten der Autoren widerspiegelt; die Kommission übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.