

Tag 1: Gelingende Kommunikation mit der Kita & Schule

Aufgaben:

1) Formuliere dein berechtigtes Anaphylaxie-Anliegen für die Kita/Schule mit Hilfe der „Gewaltfreien Kommunikation“ (GFK) in vier Schritten!

1. **Beobachtung:** neutrale Beschreibung der Situation, ohne Bewertung etc.
2. **Gefühl:** Wie fühle ich mich dabei? (Nicht: Was macht das mit mir?)
3. **Bedürfnis:** Welches Bedürfnis habe ich jetzt? (z.B. Sicherheit, Zugehörigkeit, Verständnis etc.)
4. **Bitte:** Worum bitte ich dich jetzt?

Sinngemäß: „Wenn ich a sehe (Beobachtung), dann fühle ich b (Gefühl), weil ich c brauche (Bedürfnis). Deshalb möchte ich jetzt gern d (Bitte).“

GFK-Schritte	Deine Formulierungen:
1. Beobachtung	
2. Gefühl	
3. Bedürfnis	
4. Bitte	

Schreibe deinen GFK-Satz unter den Tages-Beitrag in der Facebookgruppe!

2) Hinterfrage deine Anaphylaxie-Wortwahl und finde ggf. andere Wörter zur Versachlichung!

negativ/dramatisierend	positiver/sachlicher
„Spritze reinhauen“	
„Dann stirbt er/sie!“	
„Sie sind schuld, wenn...“	
...	

TIPP: gesprächsvorbereitende Checkliste m. geplanter Vorgehensweise, möglichen Fragestellungen, Formulierungen + sachlich fundierte Infos und professionell erstellte Materialien verwenden!

Klare innere Haltung + fundiertes Wissen = gelingende Kommunikation!