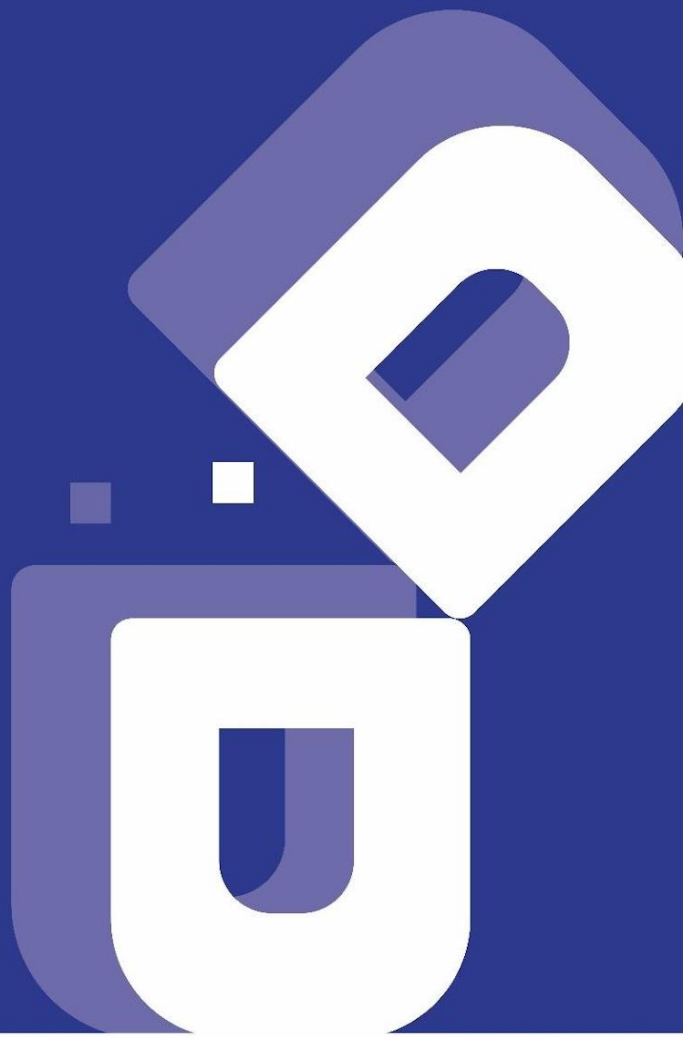
Up-Skilling Trainingsprogramm für Jugendbetreuer

Lektionsplan für Modul 2



CHILL PILL

WP3 - Weiterbildungsprogramm für Jugendbetreuer

Lektionsplan

M2 U1 Aktives Zuhören und wirksame Kommunikation

Titel des Moduls: Kommunikations- und Empathiefähigkeit	***Modul 2: Kommunikations- und Empathiefähigkeit*** ***Einheit 1: Aktives Zuhören und wirksame Kommunikation***
Ziel	Dieser Workshop zielt darauf ab, die Kommunikationsfähigkeiten der Teilnehmer durch gezieltes Üben von aktivem Zuhören und Einfühlungsvermögen zu verbessern. Die Teilnehmer werden lernen, Kommunikationsbarrieren zu erkennen und Strategien für eine effektive Interaktion zu entwickeln. Das Ziel ist es, stärkere Verbindungen zu fördern und die Kommunikationsfähigkeit in verschiedenen Kontexten zu verbessern.
Lernergebnisse	Nach Abschluss dieser Lektion sollten die Lernenden in der Lage sein ● Zwischen aktivem und passivem Zuhören zu unterscheiden. ● Hindernisse für eine effektive Kommunikation zu erkennen und zu formulieren. ● Aktive Zuhörtechniken in praktischen Szenarien zu demonstrieren. ● Einfühlsame Kommunikationsstrategien in Rollenspielen anzuwenden. ● Die Bedeutung von Empathie in der Kommunikation zu erkennen und zu erklären. ● Die wichtigsten Erkenntnisse zur Verbesserung ihrer eigenen Kommunikationsfähigkeiten zu formulieren.
Dauer	4 Stunden
Themen	● Effektive Kommunikationsgrundlagen ● Aktives vs. passives Zuhören ● Hindernisse für effektives Zuhören ● Kommunikationsscharaden (praktische Anwendung) ● Die Qualitäten guter Zuhörer ● Rollenspiele zu Kommunikationsszenarien

	• Die Rolle der Empathie in der Kommunikation • Praktische Anwendung von Einfühlungsvermögen • Offene Diskussion über Kommunikationsherausforderungen • Wichtige Erkenntnisse und praktische Anwendung • Häufig gestellte Fragen (FAQ)
Vorbereitung	• Lesen Sie alle Materialien durch: Machen Sie sich gründlich mit dem Inhalt der Videos, den theoretischen Konzepten und den Anleitungen für die Aktivitäten vertraut. • Bereiten Sie die Materialien für die Aktivitäten vor: Besorgen Sie alle notwendigen Requisiten, Handouts oder Schreibmaterialien für die Scharaden und Rollenspiele. • Testen Sie die Technik: Vergewissern Sie sich, dass die Video- und Audiogeräte richtig funktionieren und dass alle Online-Plattformen oder Software reibungslos funktionieren. • Üben Sie die Moderation: Üben Sie den Ablauf des Workshops, einschließlich der Übergänge zwischen den Aktivitäten und Diskussionen, um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. • Stellen Sie sich auf mögliche Herausforderungen ein: Überlegen Sie, welche Fragen oder Schwierigkeiten auf die Teilnehmer zukommen könnten, und bereiten Sie entsprechende Antworten vor. • Richten Sie die Umgebung ein: Richten Sie den Raum so ein, dass die Interaktion gefördert und eine angenehme Lernatmosphäre geschaffen wird.

Nein.	Aktivitäten	Dauer	Methoden	Ausrüstung und Materialien
1.	**Eisbrecher** Begrüßen Sie die Teilnehmer und führen Sie eine kurze, ansprechende Aktivität durch, um die Teilnehmer zu aktivieren und eine angenehme Atmosphäre zu schaffen.	20 Minuten	Fesselnde Aktivität zur Förderung der Teilnahme	Flipchart, PowerPoint, Stifte
2.	**Video 1: Wie man effektiv kommuniziert** Spielen Sie ein Video ab, das die wichtigsten Prinzipien effektiver Kommunikation demonstriert und eine visuelle und auditive Lernerfahrung bietet. Moderieren Sie nach dem Video eine kurze Diskussion, um die wichtigsten Erkenntnisse hervorzuheben und die Teilnehmer zum Nachdenken anzuregen.	10 Min.	Video-Präsentation Kurze Diskussion im Anschluss an das Video	Projektor oder Leinwand Computer oder Gerät für die Videowiedergabe Lautsprecher für Audio
3.	**Theorie: Einführung** Präsentieren Sie die grundlegenden Konzepte der Kommunikation und schaffen Sie die Voraussetzungen für das Verständnis des aktiven Zuhörens. Verwenden Sie eine klare und prägnante Sprache und veranschaulichen Sie die wichtigsten Punkte anhand von Beispielen.	20 Min.	Vortrag	Flipchart, PowerPoint, Stifte
4.	**Aktivität 1: Aktives und passives Zuhören** Leiten Sie eine Diskussion ein, indem Sie die TeilnehmerInnen bitten, aktives und passives Zuhören mit ihren eigenen Worten zu definieren, und ermutigen Sie sie, über die Definitionen aus dem	20 Minuten	Zuhören und Feedback-Sitzungen. Szenariobasierte Übung.	Flipchart, PowerPoint, Stifte

	Lehrbuch hinauszugehen und von persönlichen Erfahrungen auszugehen. Erleichtern Sie einen Vergleich der Definitionen.			
5.	**Theorie: Aktives Zuhören, Barrieren** Erklären Sie die Kernkomponenten des aktiven Zuhörens, einschließlich verbaler und nonverbaler Hinweise. Diskutieren Sie häufige Hindernisse, die einer effektiven Kommunikation im Wege stehen, und stellen Sie Strategien zu deren Überwindung vor.	20 Min.	Vortrag und Diskussion. Identifizieren und Analysieren von Barrieren.	Flipchart, PowerPoint, Stifte
6.	**Aktivität 2: Kommunikationsscharaden** Teilen Sie die TeilnehmerInnen in zwei Teams auf und leiten Sie ein Spiel, bei dem die Teammitglieder abwechselnd Wörter oder Sätze im Zusammenhang mit aktivem Zuhören und effektiver Kommunikation nachspielen und dabei ausschließlich nonverbale Hinweise verwenden. Sorgen Sie dafür, dass alle Teammitglieder die Möglichkeit haben, als Akteure mitzuwirken, und fördern Sie die Beobachtung und Diskussion über die Bedeutung der nonverbalen Kommunikation.	35 Minuten	Gruppenaktivität. Übung der nonverbalen Kommunikation. Raten und Interpretieren	Flipchart, PowerPoint, Stifte
7.	**Video 2: Vier Dinge, die alle guten Zuhörer wissen** Zeigen Sie ein Video, in dem spezifische Strategien vorgestellt werden, um ein besserer Zuhörer zu werden und die wichtigsten Techniken des aktiven Zuhörens zu verstärken.	10 Min.	Präsentation des Videos. Diskussion der wichtigsten Punkte.	Projektor oder Leinwand Computer oder Gerät für die Videowiedergabe Lautsprecher für Audio

	Ermutigen Sie die Teilnehmer, die im Video vorgestellten Strategien zu identifizieren und zu reflektieren.			
8.	Aktivität 3: Rollenspielszenarien	35 Minuten	Übungen für Rollenspiele. Nachspielen der Szenarien. Feedback und Diskussion.	Flipchart, PowerPoint, Stifte
9.	**Theorie: Einfühlungsvermögen und Praxis** Führen Sie das Konzept der Empathie und seine Verbindung zu effektiver Kommunikation ein. Bieten Sie den Teilnehmern die Möglichkeit, einfühlsame Reaktionen durch Übungen und Diskussionen zu üben.	20 Min.	Vortrag und Diskussion. Beispielszenarien. Erkundung der emotionalen Intelligenz.	Flipchart, PowerPoint, Stifte
10.	**Video 3: Die Bedeutung von Empathie** Verwenden Sie ein Video, um die Auswirkungen von Empathie in der Kommunikation zu veranschaulichen, und betonen Sie ihre Rolle beim Aufbau von Verständnis und Verbindung. Leiten Sie eine Diskussion darüber ein, wie Empathie die Kommunikation im persönlichen und beruflichen Umfeld verbessern kann.	10 Minuten	Video-Präsentation. Diskussion nach dem Video.	Projektor oder Leinwand Computer oder Gerät für die Videowiedergabe Lautsprecher für Audio
11.	**Aktivität 4: Diskussion** Stellen Sie während der Präsentation Fragen, um die Diskussion anzuregen. Ermutigen Sie die Teilnehmer, ihre Erfahrungen und Erkenntnisse mitzuteilen. Moderieren Sie eine respektvolle und integrative Diskussion.	30 Minuten	Austausch von Erfahrungen in der Gruppe. Problemlösung.	Flipchart, PowerPoint, Stifte

	Leiten Sie die Diskussion auf die praktische Anwendung der gelernten Konzepte.			
12.	**Wichtigste Erkenntnisse** Fassen Sie die wichtigsten Punkte des Workshops zusammen. Unterstreichen Sie die Bedeutung des aktiven Zuhörens in der Jugendarbeit. Geben Sie praktische Tipps und Ressourcen für das weitere Lernen.	10 Minuten	Zusammenfassende Präsentation. Wiederholung der Schlüsselkonzepte. Persönliche Reflexion.	Flipchart, PowerPoint, Stifte
13.	**FAQ Diskussion und Abschluss des Workshops** Eröffnen Sie das Wort für Fragen und geben Sie klare und prägnante Antworten. Danken Sie den Teilnehmern für ihr Engagement und ihre Teilnahme. Informieren Sie über zukünftige Workshops oder Ressourcen. Beenden Sie den Workshop mit einer positiven und ermutigenden Note.	10 Minuten	Offene Frage-Antwort-Runde. Schlussbemerkungen und Feedback. Abschluss des Workshops.	Flipchart, PowerPoint, Stifte
Dauer der Sitzung:		*4 Stunden*		

Lektionsplan

M2 U2 Förderung von Empathie und Aufbau von Beziehungen zu jungen Menschen

Titel des Moduls: **Kommunikation und Empathiefähigkeit**	***Modul 2: Kommunikations- und Empathiefähigkeit*** ***Einheit 2: Förderung von Empathie und Aufbau von Beziehungen zu jungen Menschen***
Ziel	Ziel dieses Workshops ist es, die Teilnehmer mit den Fähigkeiten auszustatten, Empathie zu fördern und eine Beziehung zu jungen Menschen aufzubauen, um ihre Effektivität in der Jugendarbeit zu verbessern. Durch theoretisches Verständnis, praktische Aktivitäten wie Empathie-Mapping und Interviews sowie Videoanalyse werden die Teilnehmer lernen, sichere und unterstützende Umgebungen zu schaffen. Ziel dieses Workshops ist es, die Teilnehmer zu befähigen, eine authentische Beziehung zu jungen Menschen aufzubauen und so Vertrauen und Verständnis zu fördern.
Lernergebnisse	Nach Abschluss dieser Lektion sollten die Lernenden in der Lage sein ● Empathie und Rapport im Kontext der Jugendarbeit zu definieren. ● Praktische Techniken zum Aufbau von Beziehungen zu jungen Menschen anzuwenden. ● Empathie-Mapping als Instrument zum Verständnis der Perspektiven junger Menschen anzuwenden. ● Wirksames aktives Zuhören und einfühlsame Reaktionen zu erkennen und zu demonstrieren. ● Erkennen, wie wichtig es ist, ein sicheres und unterstützendes Umfeld für junge Menschen zu schaffen. ● Analysieren und diskutieren Sie den Einfluss der nonverbalen Kommunikation auf den Aufbau von Beziehungen. ● die Vorteile der Förderung von Empathie in Beziehungen in der Jugendarbeit zu artikulieren. ● Entwicklung von Strategien zur Bewältigung allgemeiner Herausforderungen beim Aufbau von Beziehungen zu jungen Menschen.
Dauer	4 Stunden
Themen	● Definition und Verständnis von Empathie ● Praktische Techniken für den Aufbau von Rapport

	• Authentische Kommunikation • Die Kraft des aktiven Zuhörens • Gespräche über Einfühlungsvermögen • Einfühlungsvermögen-Mapping • Die Theorie des Rapports • Erleichterung sinnvoller Diskussionen • Identifizierung von Schlüsselergebnissen • Umgang mit häufigen Fragen und Herausforderungen • Häufig gestellte Fragen (FAQ)
Vorbereitung	• Lesen Sie alle Materialien durch: Machen Sie sich gründlich mit dem Inhalt der Videos, den theoretischen Konzepten und den Anleitungen für die Aktivitäten vertraut. • Bereiten Sie die Materialien für die Aktivitäten vor: Besorgen Sie alle notwendigen Requisiten, Handouts oder Schreibmaterialien für die Scharaden und Rollenspiele. • Testen Sie die Technik: Vergewissern Sie sich, dass die Video- und Audiogeräte richtig funktionieren und dass alle Online-Plattformen oder Software reibungslos funktionieren. • Üben Sie die Moderation: Üben Sie den Ablauf des Workshops, einschließlich der Übergänge zwischen den Aktivitäten und Diskussionen, um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. • Stellen Sie sich auf mögliche Herausforderungen ein: Überlegen Sie, welche Fragen oder Schwierigkeiten auf die Teilnehmer zukommen könnten, und bereiten Sie entsprechende Antworten vor.

	• Richten Sie die Umgebung ein: Richten Sie den Raum so ein, dass die Interaktion gefördert und eine angenehme Lernatmosphäre geschaffen wird.

Nein.	Aktivitäten	Dauer (in Minuten)	Methoden	Ausrüstung und Materialien
1.	**Einführung** Begrüßen Sie die Teilnehmer herzlich und schaffen Sie eine angenehme Atmosphäre. Führen Sie kurz in das Thema der Förderung von Empathie und des Aufbaus von Beziehungen zu jungen Menschen ein. Stellen Sie die Ziele des Workshops und die erwarteten Lernergebnisse klar heraus.	15 Minuten	Vortrag	Flipchart, PowerPoint, Stifte
2.	**Theorie: Einfühlungsvermögen** Stellen Sie die Definition und Bedeutung von Empathie in der Jugendarbeit vor. Verwenden Sie Beispiele und Anekdoten zur Veranschaulichung der Konzepte. Ermutigen Sie die Teilnehmer zu Fragen und Diskussionen.	30 Minuten	Vortrag	Flipchart, PowerPoint, Stifte
3.	**Video 1: Wie man auf authentische Weise ein gutes Verhältnis zu anderen Menschen aufbaut** Stellen Sie das Video vor und erklären Sie seine Bedeutung für den Workshop. Spielen Sie das Video ab und lassen Sie den Teilnehmern Zeit, die Informationen aufzunehmen.	10 Minuten	Präsentation des Videos Kurze Diskussion im Anschluss an das Video	Projektor oder Leinwand Computer oder Gerät für die Videowiedergabe Lautsprecher für Audio

	Leiten Sie eine kurze Diskussion über die wichtigsten Erkenntnisse aus dem Video ein.			
4.	**Aktion 1: Das Empathie-Interview** Teilen Sie die Teilnehmer in Paare ein. Erklären Sie die Rollen des Interviewers und des Interviewten. Geben Sie klare Anweisungen, wie man offene Fragen stellt und aktives Zuhören übt. Legen Sie ein Zeitlimit für jedes Rollenspiel fest und signalisieren Sie, wann die Rollen gewechselt werden sollen. Führen Sie eine kurze Nachbesprechung der Aktivität mit der gesamten Gruppe durch.	45 Minuten	Paararbeit, Rollenspiele, aktives Zuhören	Flipchart, Marker
5.	**Video 2: Warum müssen wir uns gehört fühlen?** Führen Sie das Video ein und erklären Sie den Zusammenhang mit dem Aufbau von Beziehungen. Spielen Sie das Video ab und lassen Sie Zeit zum Nachdenken. Leiten Sie eine Diskussion über die Botschaft des Videos und ihre Auswirkungen auf die Jugendarbeit ein.	10 Min.	Vorführung des Videos Kurze Diskussion im Anschluss an das Video	Projektor oder Leinwand Computer oder Gerät für die Videowiedergabe Lautsprecher für Audio
6.	**Aktion 2: Empathie-Mapping** Teilen Sie die Teilnehmer in kleine Gruppen ein. Verteilen Sie Szenariokarten und große Papierbögen. Erklären Sie deutlich die Abschnitte der Empathiekarte und wie man sie ausfüllt. Gehen Sie zwischen den Gruppen umher, um Unterstützung und Anleitung zu bieten.	45 Minuten	Szenariobasiertes Lernen, Kleingruppenarbeit, Perspektivenübernahme/Rollenspiele, Präsentation, moderierte Diskussion	Szenario-Karten Beispiel einer Empathiekarte (falls vorhanden) Großes Papier/Flipcharts Marker/Stifte

	Moderieren Sie die Gruppenpräsentationen und eine Nachbesprechung.			
7.	**Theorie: Aufbau einer Beziehung** Stellen Sie die wichtigsten Prinzipien und Strategien für den Aufbau von Beziehungen vor. Verwenden Sie Beispiele und Szenarien zur Veranschaulichung der Konzepte. Ermutigen Sie die Teilnehmer zu Fragen und Diskussionen.	25 Minuten	Vortrag	Flipchart, PowerPoint, Stifte
8.	**Aktivität 3: Diskussion** Stellen Sie während der Präsentation Fragen, um die Diskussion anzuregen. Ermutigen Sie die Teilnehmer, ihre Erfahrungen und Erkenntnisse mitzuteilen. Moderieren Sie eine respektvolle und integrative Diskussion. Leiten Sie die Diskussion auf die praktische Anwendung der gelernten Konzepte.	40 Minuten	Austausch von Erfahrungen in der Gruppe. Lösen von Problemen.	Flipchart, PowerPoint, Stifte
9.	**Wichtigste Erkenntnisse** Fassen Sie die wichtigsten Punkte des Workshops zusammen. Betonen Sie die Bedeutung von Empathie und Beziehung in der Jugendarbeit. Geben Sie praktische Tipps und Ressourcen für das weitere Lernen.	10 Minuten	Zusammenfassende Präsentation. Wiederholung der Schlüsselkonzepte. Persönliche Reflexion.	Flipchart, PowerPoint, Stifte
10.	**FAQ-Sitzung und Abschluss des Workshops** Eröffnen Sie das Wort für Fragen und geben Sie klare und prägnante Antworten. Danken Sie den Teilnehmern für ihr Engagement und ihre Teilnahme.	10 Minuten	Offene Frage-Antwort-Runde. Schlussbemerkungen und Feedback.	Flipchart, PowerPoint, Stifte

	Informieren Sie über zukünftige Workshops oder Ressourcen. Beenden Sie den Workshop mit einer positiven und ermutigenden Note.		Abschluss des Workshops.	
Dauer der Sitzung:		*4 Stunden*		

CHILL PILL

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind die der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Tschechischen Nationalen Agentur für internationale Bildung und Forschung wider. Weder die Europäische Union noch der Zuschussgeber können für sie verantwortlich gemacht werden. Projektnummer: 2023-1-CZ01-KA220-YOU-000152344