



Prävention an Schulen

## **Workshop: MitSprechen**

Im Workshop „MitSprechen“ übt / vertieft die Klasse Gesprächsregeln und gewaltfreie Kommunikation. In diesem Zusammenhang sprechen wir über die Giraffen- und Wolfssprache, Ich-Botschaften und darüber, wie man Wünsche angemessen äußern kann. Wir besprechen auch, was eine Kommunikation schwierig macht und welche Rolle Gefühle dabei spielen. Abschließend überlegt sich jede\*r Schüler\*in eine eigene Handlungsstrategie für schwierige Kommunikationen.

### **Ablauf Projekt:**

- Projekt wird durchgeführt von IN VIA Prävention an Schulen
- Wir kommen zu Ihnen an die Schule
- Eine Doppelstunde
- Mit anderen Projekten kombinierbar
- Gut mit Projekt „MitGefühl“ kombinierbar

### **Inhalte:**

- Gesprächsregeln
- Wolf- und Giraffensprache
- Ich-Botschaft
- Sperren der Kommunikation
- Handlungsstrategien

### **Methoden:**

- Plenum
- Übungen und Spiele

### **Ziele:**

- Gewaltfreie Kommunikation einüben
- Wünsche angemessen äußern können