

Respektieren

Diese Woche konzentrieren wir uns im Unterricht auf den Aufbau von Fähigkeiten für eine respektvolle Kommunikation. Wir werden dies erreichen, indem wir I-Botschaften, Verhandlungsgeschick und Sprechfähigkeiten üben und die schriftliche Kommunikation auf respektvolle Botschaften und einen respektvollen Ton hin bewerten.

Beginnen Sie die Einheit mit der gesamten Unterrichtsstunde und versuchen Sie dann, im Laufe der Woche mindestens zwei der Mini-Lektionen mit Ihren Schülern zu absolvieren. Jede Minilektion ist darauf ausgelegt, Elemente der Hauptlektion auf neue und ansprechende Weise zu präsentieren.

Hauptlektion

**Ganze
Klassenstunde**
30 Minuten



Ich-Botschaften nutzen

Die Schüler lernen, I-Nachrichten zu nutzen, wenn sie respektvoll mit anderen kommunizieren. In dieser Lektion wird auch das Konzept der durchsetzungsfähigen Kommunikation und Selbstdisziplin vorgestellt. (Siehe Seite 3 für Unterrichtsdetails.)

Mini-Lektionen

Für kleine Gruppen
15 Minuten



Verhandlungs-Sketches

Ein Teil der effektiven Kommunikation besteht darin, zu lernen, wie man mit anderen verhandelt. Verhandlung ist eine Diskussion, die darauf abzielt, eine Entscheidung zu treffen, mit der alle einverstanden sind. Wie alles andere kann auch dies ein gewisses Maß an Geschick erfordern. Anwälte nutzen diese Fähigkeiten, wenn sie versuchen, eine Schlussfolgerung zu einer rechtlichen Angelegenheit zu ziehen. Aber diese Fähigkeiten können auch für uns wichtig sein. Wenn wir mit jemandem in eine Meinungsverschiedenheit geraten, kann es die Situation noch verschlimmern, wenn wir wütend oder aggressiv werden. Die Verwendung von Ich-Botschaften während einer Verhandlung ist eine gute Möglichkeit, durchsetzungsfähig und dennoch respektvoll zu sein. Wir werden unser Verhandlungsgeschick in Gruppen-Sketches trainieren!

(Befolgen Sie die Anweisungen auf dem Handout „Verhandlungsskizzen“, um diese Aktivität abzuschließen.)

Für Partner
15 Minuten



Sprach Fähigkeiten

Diese Woche sprechen wir über respektvolle Formen der Kommunikation. In unserer ersten Lektion haben wir gelernt, wie man I-Nachrichten nutzt, um mit jemandem zu kommunizieren. Wir haben auch begonnen, über Körpersprache und Tonfall zu sprechen und darüber, wie wir respektvoll und effektiv kommunizieren können, ohne auch nur ein Wort zu sagen! Hier sind einige zusätzliche Strategien, die Ihnen helfen, respektvoll und effektiv zu kommunizieren: Augenkontakt herstellen (sofern dies kulturell angemessen ist; manche Kulturen mögen keinen längeren Augenkontakt und das ist in

Ordnung), hören Sie zu, was andere sagen, fassen Sie Informationen zusammen, geben Sie weiter. Machen Sie prägnante Details, geben Sie Beispiele, um das zu untermauern, was Sie sagen (das hilft Ihren Zuhörern, zu verstehen, was Sie sagen), verwenden Sie bei Bedarf Humor, sprechen Sie deutlich und stellen Sie Ihrem Publikum Fragen, damit Sie sicher sein können, dass es Sie versteht. Dies wird als Überprüfung des Verständnisses bezeichnet. Wenn Sie zuhören und nicht verstehen, was Sie hören, sollten Sie dem Sprecher auch respektvoll Fragen stellen.

Einige dieser zusätzlichen Kommunikationsfähigkeiten werden wir jetzt üben.

Geben Sie den Partnerpaaren das Kommunikationsbeobachtungsblatt und lassen Sie sie den Anweisungen folgen.

Für Einzelpersonen
15 Minuten



Persönliches Kommunikationsinventar

Beschreiben Sie in einem kurzen Tagebucheintrag, wie Sie mit anderen und mit sich selbst sprechen. Wie können (oder könnten) Sie einige der Kommunikationsstrategien nutzen, die wir kennengelernt haben? Wenn Sie nicht sicher sind, wie Sie kommunizieren, sehen Sie sich die von Ihnen gesendeten Texte, Schnappschüsse oder anderen Nachrichten an. Wie sieht Ihre Kommunikation dort aus?

Technologieorientiert
15 Minuten



Kommunikation durch Text

Diskussion in großer Gruppe: Besprechen Sie, wie das Versenden von SMS die Kommunikation sowohl einfacher als auch herausfordernder machen kann. Wie könnten wir einen Text falsch interpretieren? Wie können wir sicherstellen, dass unsere Texte klar und respektvoll sind und dass die Botschaften so ankommen, wie wir sie beabsichtigt haben?

Lustiges Beispiel:



Ich-Botschaften nutzen

Die Schüler lernen, I-Nachrichten zu nutzen, wenn sie respektvoll mit anderen kommunizieren. In dieser Lektion wird auch das Konzept der durchsetzungsfähigen Kommunikation und Selbstdisziplin eingeführt.

Zeiträumen der Unterrichtsstunde

30 Minuten

Benötigtes Material

- ❑ Außer den oben aufgeführten Kommunikationsformeln (oder denen, die Sie selbst schreiben) sind keine Materialien erforderlich.
- ❑ Auf Wunsch kann ein Arbeitsblatt zur Hauserweiterung bereitgestellt werden

Standards-Karte

Diese Lektion richtet sich nach den CASEL-Kompetenzen, den National Health Education Standards, den Standards der International Society for Technology in Education (sofern zutreffend) und den Common Core State Standards. Bitte wende dich an die Standards-Karte für mehr Informationen.

Unterrichtsziel

Die Schüler werden:

- Üben Sie respektvolle Kommunikation

Lehrerverbindung/Selbstfürsorge

Willkommen in der Respekteinheit! Wenn Sie Ihre Schüler in dieser ersten Woche durch die Lektionen führen, denken Sie daran, dass die Fähigkeit Ihrer Schüler, zu lernen und Respekt zu zeigen, bei Ihnen beginnt. Wie respektieren Sie Ihre Schüler, Ihre Kollegen und vor allem sich selbst? Schüler in diesem Alter können der Macht des Respekts skeptisch gegenüberstehen, aber aktives Vorleben kann ihnen zeigen, wie Respekt Einstellungen, Beziehungen, Selbstwahrnehmung und sogar die Kultur völlig verändern kann. Konzentrieren Sie sich zu Beginn dieser Woche besonders darauf, wie Sie Respekt vor sich selbst zeigen. Glauben Sie, dass Sie ein guter Pädagoge sind? Sind Sie stolz auf Ihre Unterrichtskultur? Legen Sie Wert auf Ihre Gesundheit? Überfordern Sie sich zu sehr? Kommunizieren Sie Ihre Bedürfnisse? Können Sie inmitten eines Konflikts ruhig bleiben? Wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie Ihren Respekt vor sich selbst verbessern könnten, nehmen Sie sich diese Woche etwas Zeit, um alle Dinge aufzuschreiben, die Sie gerade gut machen. Welche Dinge an Ihrem Klassenzimmer lieben die Schüler? Was machen die Schüler diese Woche gut? Das ist ein Spiegelbild von dir. Brauchen Sie ein Nickerchen oder einen langen, flotten Spaziergang? Nehmen Sie eins, auch wenn Sie das Gefühl haben, keine Zeit zu haben! Arbeiten Sie diese Woche daran, die Art und Weise zu verbessern, wie Sie sich selbst sehen, für Sie sorgen und respektieren.



Aktie

5-7 Minuten

In dieser Einheit werden wir über Respekt sprechen. Die Definition von Respekt, die wir verwenden werden, ist „Menschen, Orte und Dinge mit Freundlichkeit behandeln“. Dazu gehört ein freundlicher Umgang mit uns selbst, was auch Selbstachtung genannt wird.

Kann jemand einige Möglichkeiten nennen, wie wir uns selbst Respekt entgegenbringen? (Bitten Sie die Schüler um Antworten.)

Heute konzentrieren wir uns darauf, wie wir Respekt zeigen, wenn wir auf eine Art und Weise mit anderen kommunizieren, durchsetzungsfähige Art. Bevor wir das tun, sprechen wir über das Wort durchsetzungsfähig. Weiß jemand, was durchsetzungsfähig bedeutet? (Bitten Sie die Schüler um Antworten.)



Inspirieren

15 Minuten

Gut! Durchsetzungsvermögen bedeutet, dass wir unsere Worte und Ideen selbstbewusst und nicht mit Arroganz oder Aggression kommunizieren. Wenn wir durchsetzungsfähig sind, sagen wir auf ruhige und respektvolle Weise, was wir denken und fühlen. Unser Ziel ist es zu kommunizieren. Beachten Sie, dass dies NICHT dasselbe ist wie aggressiv zu sein, also das, was wir denken und fühlen, auf eine harte, übermäßig laute und respektlose Weise auszudrücken. Wenn Sie aggressiv sind, besteht Ihr Ziel oft darin, Schaden anzurichten. Darüber reden wir hier nicht! Eine selbstbewusste und dennoch respektvolle Art der Kommunikation ist die Verwendung von I-Botschaften (und Nein, das ist nicht dasselbe wie die iMessages auf Ihrem iPhone!). Diese Nachrichten beschuldigen oder verurteilen die andere Person nicht und ermöglichen es Ihnen, auszudrücken, was Sie fühlen oder was Sie brauchen, ohne die andere Person anzugreifen. Wenn dich zum Beispiel jemand verärgert, kannst du entweder sagen: „Du machst mich wütend“ oder: „Ich war verärgert, als du das getan hast.“ Welche Antwort ist Ihrer Meinung nach eine effektivere Möglichkeit, mit Menschen zu sprechen? Warum? (Bitten Sie die Schüler um Antworten.)

Eine selbstbewusste und respektvolle Kommunikation erfordert Selbstdisziplin. Es erfordert echte Arbeit, die andere Person nicht einfach anzugreifen. Wir müssen uns mit unserem Gehirn und der Realität auseinandersetzen, bevor wir unsere Gefühle für uns sprechen lassen! Was können wir tun, um uns zu beruhigen, wenn wir selbstbewusst kommunizieren müssen, uns aber danach fühlen, aggressiv zu kommunizieren?

(Fordern Sie die Schüler auf, Antworten zu geben. Einige Ideen umfassen: tief durchatmen, bis 10 zählen, den Raum verlassen und dann zurückkehren, die Augen schließen, um sich neu zu konzentrieren usw.)



Ermächtigen

15 Minuten

Lassen Sie uns einige Beispiele durchgehen. Ich werde auf das Papier einen Satz schreiben, den die Leute sagen könnten, wenn sie verärgert sind. Ich möchte, dass Sie in Ihren Kleingruppen darüber sprechen, welche I-Botschaft Sie stattdessen verwenden könnten. Denken Sie daran, dass sie selbstbewusst und respektvoll sein müssen.

Schreiben Sie jeweils einen Satz auf ein I-Botschaftsblatt an der Wand und lassen Sie die Schüler darüber diskutieren. Bitten Sie dann einen Freiwilligen, einen anderen Satz vorzuschlagen. Streichen Sie den Satz durch und schreiben Sie die I-Botschaft, die ihn ersetzt. Nutzen Sie so viele davon, wie Sie Zeit haben, oder schreiben Sie Ihre eigenen:

- Du bist so anstrengend!
- Es ist deine Schuld, dass ich in Schwierigkeiten geraten bin.
- Du ignorierst mich immer, wenn deine anderen Freunde in der Nähe sind.
- Du hörst mir nie zu!
- Sie haben uns nie gesagt, dass der Auftrag heute fällig ist.

Wir kommunizieren auch nonverbal mit unserer Körpersprache und unserem Tonfall. Zur Körpersprache können Gesten, Gesichtsausdrücke, Augenkontakt oder Körperhaltung gehören (in geschlossener Position verschränkte Arme, herausfordernde Hände in der Hüfte usw.). Wie ist Ihr Tonfall und wie könnte Ihre Körpersprache aussehen, wenn Sie die erste Originalaussage lesen? (Bitten Sie einen Schüler, dies im Rollenspiel zu spielen.)

Wie verändern sich nun Ihr Tonfall und Ihre Körpersprache, wenn Sie den Satz als Ich-Botschaft sagen? (Laden Sie einen Schüler zu einem Rollenspiel ein und besprechen Sie den Unterschied.)

Arbeiten Sie den Rest der ursprünglichen Nachrichten und ihre I-Nachrichten durch (oder so viele, wie Sie Zeit haben). Beachten Sie den Unterschied im Tonfall und in der Körpersprache zwischen der aggressiven Botschaft und der Ich-Botschaft.



Reflektieren

5-7 Minuten

Die Verwendung von I-Botschaften ist eine wirksame Möglichkeit, unsere Gefühle zu kommunizieren, ohne anderen die Schuld zu geben. Es ist auch eine produktive Art der Kommunikation, da es uns helfen kann, Probleme mit anderen zu lösen, und es ist eine freundliche Art zu reden. Denken Sie auch an die Körpersprache und den Tonfall. Sie können eine I-Nachricht nicht effektiv nutzen, wenn Sie gleichzeitig die Augen verdrehen oder jemanden böse anstarren. Ihre gesamte Botschaft, von dem, was Sie sagen, bis zur Art und Weise, wie Sie es sagen, muss Respekt und Durchsetzungsvermögen vermitteln und nicht Aggression.

Denken Sie heute darüber nach, wenn Sie Gespräche mit Menschen führen, insbesondere mit Eltern, Erziehungsberechtigten oder Geschwistern. Das sind die Menschen, mit denen wir möglicherweise am aggressivsten umgehen. Wie können Sie in Ihren heutigen Gesprächen eine I-Botschaft nutzen, um respektvoll zu kommunizieren?

Verhandlungs-Sketche

Teilen Sie die Schüler je nach Bedarf in Dreier- oder Vierergruppen ein. Erklären Sie, dass die Schüler in Gruppen zusammenarbeiten, um einen Sketch zu lernen, den sie den anderen Schülern vorführen. Diese Sketche zeigen positive Möglichkeiten, auf Probleme zu reagieren. Schneiden Sie die Sketche auseinander und geben Sie jeder Gruppe einen. Sie können den Schülern auch Themen vorgeben und sie ihre eigenen Sketche erstellen lassen, wenn Sie zusätzliche Zeit einplanen möchten. Fragen Sie nach jedem Sketch per Handzeichen, welcher Charakter respektvolle Kommunikationsfähigkeiten bewiesen hat.

Sketch 1: Hausarbeiten erledigen

Charaktere: Erzähler, Craig, Cynthia (seine Mutter), José (seine Freundin)

Erzähler: Craig und seine Familie werden heute das Haus putzen, und Craigs Aufgabe ist es, den Abwasch zu erledigen. Das Telefon klingelt und es ist José, Craigs Freund.

Joseph: Craig, möchtest du heute Nachmittag einen Film sehen?

Craig: Lass mich fragen. (ruft seine Mutter an) Mama, kann ich mit José ins Kino gehen?

Cynthia: Klar, solange Sie den Abwasch erledigen, bevor Sie gehen.

Craig: Ich kann gehen, José. Wir sehen uns später heute. (legt den Hörer auf)

Erzähler: Später am Tag kommt Cynthia von Besorgungen nach Hause und findet das Geschirr in der Spüle. Craig kommt ein paar Minuten später zur Tür herein.

Cynthia: Craig, ich habe dich gebeten, den Abwasch zu machen, bevor du ins Kino gehst.

Craig: Oh, Mama, hör auf, mich zu nörgeln! Du zwingst mich immer, Dinge zu tun, die ich nicht tun möchte.

Cynthia: Ich habe gehört, dass du verärgert bist, Craig. Allerdings bin ich enttäuscht, dass Sie nicht getan haben, wozu Sie sich bereit erklärt haben.

Fragen:

- Wer glaubt, dass Cynthia, die Mutter, Craig durch Handzeichen deutlich kommuniziert hat? Warum oder warum nicht?
- Per Handzeichen: Wer glaubt, dass Craig verantwortungsbewusst und respektvoll kommuniziert hat? Warum oder warum nicht?

Sketch 2: Späte Hausaufgaben

Charaktere: Erzähler, Mr. Johnson, Marina, Andrea

Erzähler: (Lassen Sie die Charaktere nachspielen, was der Erzähler sagt.) Im Mathematikunterricht schreibt Herr Johnson einige der Aufgaben des Tages an die Tafel. Marina und Andrea kommen herein und setzen sich auf ihre Plätze.

Herr Johnson: Okay, Klasse, bevor wir beginnen, geben Sie bitte die Mathe-Hausaufgaben ab, die heute fällig waren.

Yachthafen: Herr Johnson, Sie haben uns nie gesagt, dass die Hausaufgaben heute fällig sind! Das ist nicht fair!

Andrea: Ich habe vergessen, die Aufgabe aufzuschreiben, also habe ich sie nicht gemacht. Könnte ich es morgen abgeben?

Fragen:

- Wer glaubt, dass Marina so gesprochen hat, dass Mr. Johnson zuhören würde? Warum oder warum nicht?
 - Wer glaubt, dass Andrea so gesprochen hat, dass Mr. Johnson zuhören würde? Warum oder warum nicht?
 - Wenn Sie Mr. Johnson wären, wem würden Sie zuhören und warum?(*Erklären Sie, dass Herr Johnson Andreas Hausaufgaben zwar immer noch als zu spät markiert, sie aber die Verantwortung für ihr Handeln übernommen hat.*)
-

Sketch 3: Musik hören

Charaktere: Erzähler, ein Teenager, zwei Freundinnen, kleine Schwester, ältere Schwester

Erzähler: (Lassen Sie die Charaktere spielen, während der Erzähler spricht) Ein Teenager und seine Freunde hängen im Keller herum und hören sehr laute Musik. Seine jüngere Schwester und seine ältere Schwester sind oben und versuchen, Hausaufgaben zu machen.

Kleine Schwester (ruft die Treppe hinunter): Könnten Sie bitte die Musik leiser stellen?*Die kleine Schwester wartet eine Minute und ruft dann lauter:* Mach die Musik leiser! Du bist immer so unhöflich!

Ältere Schwester(geht die Treppe hinunter, um mit ihrem Bruder und seinen Freunden zu sprechen): Entschuldigen Sie, aber ich muss mit Ihnen reden.

Bruder: Was willst du, Schwester?

Ältere Schwester: Wir versuchen zu arbeiten und können es nicht, weil es so laut ist. Könnten Sie es bitte ablehnen?

Fragen:

- Wer glaubt, dass die kleine Schwester durch Handzeichen respektvoll kommuniziert hat?
- Wer glaubt, dass die ältere Schwester durch Handzeichen respektvoll kommuniziert hat?
- Wenn Sie der Teenager wären, wem würden Sie zuhören und warum?

Sketch 4: Auf dem Basketballplatz

Charaktere: Erzähler, Matthew, Connor, Sam

Erzähler: Matthew, Connor und Sam sind Sechstklässler in einem Top-Basketballteam. Sie sind alle starke Spieler, aber Connor hat heute nicht gut gespielt. Das Spiel steht 20:20 unentschieden, wenn ein Spieler des anderen Teams an Connor vorbei dribbelt, schießt und punktet. *(Lassen Sie Connor und einen Spieler des anderen Teams dies nachspielen, während der Erzähler spricht.)*

Connor: Mann, ich spiele heute wirklich nicht gut.

Matthew: Connor, du bist schrecklich. Ich kann nicht glauben, dass du diesen Spieler an dir vorbeigelassen hast! Du vermasselst es immer.

Sich selbst: Ich hatte letztes Spiel Probleme, Connor. Vielleicht können wir in der Halbzeit ein paar Spielzüge gemeinsam üben; Ich könnte die Übung auch gebrauchen.

Fragen:

- Wer glaubt, dass Matthew respektvoll kommuniziert hat, wenn er per Handzeichen spricht?
 - Wer denkt schon, dass Sam respektvoll kommuniziert hat, wenn er per Handzeichen spricht?
 - Wenn Sie Connor wären, wem würden Sie zuhören und warum?
-

Sketch 5: Das iPad eines Freundes zerstören

Charaktere: Erzählerin, Anna, Kaitlyn, Jordan

Erzähler: Letzte Woche hat Anna Kaitlyns iPad ausgeliehen, um eine Schulaufgabe zu erledigen. Auf dem Weg zur Schule an diesem Morgen fällt das iPad aus Annas Rucksack und geht kaputt, nachdem Jordan versehentlich Anna angefahren hat. Sie sehen Kaitlyn vor der Schule und gehen auf sie zu. *(Lassen Sie Anna und Jordan dies nachspielen, während der Erzähler spricht.)*

Anna: Hey, Kaitlyn. Kennst du dein iPad, das ich mir ausgeliehen habe? Nun ja, Jordan hat mich umgestoßen und mich dazu gebracht, es fallen zu lassen. Es ist alles ihre Schuld.

Kaitlyn: Wow, Jordan, das war wirklich dumm!

Jordanien: Es tut mir leid, dass dein iPad kaputt gegangen ist, Kaitlyn, und ich kann dir von meinem Taschengeld ein neues kaufen. Aber ich glaube nicht, dass es fair ist, mir die Schuld zu geben, Anna. Ich bin dir zufällig begegnet; Ich wollte nichts kaputt machen.

Fragen:

- Wer hat Ihrer Meinung nach in diesem Sketch seine Bedürfnisse und Gefühle klar zum Ausdruck gebracht? (Antwort: Jordan)
- Wer hat Ihrer Meinung nach unfreundlich kommuniziert? (Anna und Kaitlyn)
- Was hätten Anna und Kaitlyn stattdessen sagen können?

Kommunikationsbeobachtungsblatt

Richtungen: Bei dieser Aktivität üben Sie Ihre Sprechfähigkeiten mit einem Partner. Sie sind abwechselnd Sprecher und Beobachter. Wählen Sie eines der auf dem Blatt aufgeführten Themen aus und denken Sie etwa fünf Minuten lang darüber nach, was Sie sagen werden, oder machen Sie sich Notizen darüber. Dann sprich für *zwei Minuten* über dieses Thema, während Ihr Partner zuhört.

Lassen Sie Ihren Partner eine Spalte für Sie ausfüllen, während Sie sprechen, und tauschen Sie dann die Rollen, sodass die andere Person zwei Minuten lang der Sprecher ist. Der Beobachter überprüft in der folgenden Tabelle die Fähigkeiten, die der Sprecher seiner Meinung nach nutzt, und teilt dann Stärken und Verbesserungsbedarf mit.

Mögliche Themen:

- Beschreiben Sie eine lustige Situation, die Sie erlebt haben.
- Erzählen Sie von einem stolzen Moment oder einer Leistung.
- Sprechen Sie über Ihre Lieblingsmusikgruppe und was Sie an ihnen mögen.
- Sprechen Sie über jemanden, den Sie bewundern, und warum.
- Sprechen Sie über Ihren Lieblingsschauspieler oder Ihre Lieblingsschauspielerin und warum Sie ihn oder sie mögen.
- Was war Ihrer Meinung nach die größte Stärke Ihrer Schulgemeinschaft?
- Beschreiben Sie einen der schönsten Urlaube, die Sie je hatten.
- Wenn Sie irgendwo auf der Welt hingehen könnten, wohin würden Sie gehen und warum?
- Erklären Sie etwas, das Ihrer Meinung nach auf nationaler oder globaler Ebene wichtig ist, und warum.

Können unter Beweis gestellt werden	Name des Sprechers	Name des Sprechers
Stellt Augenkontakt her (sofern kulturell angemessen)		
Verwendet Gesichtsausdrücke		
Zeigt Interesse am Thema		
Fasst Informationen zusammen		
Gibt prägnante Details		
Verwendet Humor (sofern zum Thema passend)		
Spricht deutlich		
Überprüft das Verständnis des Zuhörers		