

Trainiere deine Kommunikation!

Du kannst üben, wie du mit anderen Menschen angemessen sprichst und deine Ziele klar formulierst. Wenn du gut auf ein Gespräch vorbereitet bist, tust du damit auch etwas gegen die Aufregung.

So geht's: Verbinde die jeweilige Situation mit dem passenden Verhaltenstipp.

Situation:	Verhaltenstipp:
1) Du möchtest am Telefon nach einer Praktikumsstelle fragen.	a) Notiere dir Stichpunkte deines Vortrags auf Karteikarten. Übe dein Referat mit Freunden und lass dir Tipps geben. Spreche klar und deutlich.
2) Du hältst am nächsten Tag ein Referat.	b) Versuchs am Büfett oder in der Küche, dort kommt man leicht ins Gespräch.
3) Auf einer Party kennst du niemanden.	c) Überlege dir vorher deine Fragen und schreibe dir Stichpunkte zum Betrieb auf.
4) Du bist zum Vorstellungsgespräch eingeladen.	d) Sage ihr/ihm, wie gern du sie/ihn magst. Frage dann, ob ihr/ihm die Angewohnheit bewusst ist und dass du gerne einmal mit ihr/ihm darüber reden möchtest.
5) Dein/e beste/r Freund/in hat eine schlechte Angewohnheit.	e) Bereite deine Unterlagen gut vor und spiele z.B. mit deinen Eltern das Gespräch vorher durch. Denke auch daran, Smalltalk zu trainieren.

Gut und richtig kommunizieren – wie geht das?

Mehr Infos über diese und andere Stärken findest du auf www.planet-beruf.de » **Meine Talente.**

Die Lösungen ...



... zum Arbeitsblatt findest du auf www.planet-beruf.de » **Mein Fahrplan** » **Infoboard.**