

---

# Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	13
Erklärung der Abkürzungen und Zeichen	31
Klaus W. Vopel	
<b>Kommunikationskurs</b>	<b>33</b>
Hinweise für den Moderator	35
Was Sie im Kommunikationskurs lernen können	40
<i>Übersicht über die einzelnen Übungseinheiten des Kommunikationskurses</i>	56
Übungseinheit 1	
MI: Umschreiben	60
TM: Umschreiben	67
Übungseinheit 2	
MI: Verhaltensbeschreibung	71
TM: Beschreibung von Verhalten	75
Übungseinheit 3	
MI: Beschreibung von Gefühlen	80
TM 1: Beschreibung von Gefühlen	85
TM 2: Trio-Übung / Mitteilung von Gefühlen	94
Übungseinheit 4	
MI: Wahrnehmungsüberprüfung	103
TM 1: Nonverbales Verhalten	107
TM 2: Wie drücken Sie Gefühle aus?	110
Übungseinheit 5	
MI: Feedback	112
TM: Feedback geben und empfangen	116
Übungseinheit 6	
MI: Soziale Wahrnehmung	124
TM: Kleingruppenübung / Soziale Wahrnehmung	126

## Inhalt

---

Übungseinheit 7	
MI: Umgang mit Gefühlen	130
TM: Umgang mit Gefühlen	133
Übungseinheit 8	
MI: Offene Kommunikation	140
TM 1: Erleichterung offener Kommunikation	144
TM 2: Quartettübung / Eigene kommunikative Reaktionsweisen	147
Übungseinheit 9	
MI: Kommunikationsnormen	149
TM: Kommunikationsnormen	152
Übungseinheit 10	
MI: Übergänge	156
Rainer E. Kirsten	
<b>Kooperationskurs</b>	<b>159</b>
Übungseinheit 1	
MI: Erwartungen	161
TM 1: Einleitung	166
<i>Übersicht über die einzelnen Übungen des Kooperationskurses</i>	166
TM 2: Emotionale Bedürfnisse in neuen Gruppen	169
Übungseinheit 2	
MI: Interaktionsstrukturen	172
TM 1: Vertrauensklima und Kommunikationsprozeß	177
TM 2: Gruppenklima	180
TM 3: Interaktionsanalyse	182
Übungseinheit 3	
MI: Umgang mit Nähe und Distanz	186
TM 1: Identität und Intimität	191
TM 2: Dependenz und Interdependenz	194
Übungseinheit 4	
MI: Kooperation und Wettbewerb	197
TM 1: Kooperations- und Entscheidungsprozesse	201

## Inhalt

---

TM 2:	Übungsanweisungen für den Turmbau	204
TM 3:	Beobachtungsbogen für die Turmbau-Übung	206
TM 4:	Verhaltensbeobachtung in der Gruppe	207
Übungseinheit 5		
MI:	Gruppenleitung	209
TM 1:	Das Dilemma einer leitenden Rolle	214
TM 2:	Leiterverhalten und Auswirkungen	219
TM 3:	Führung durch die Gruppe	225
Übungseinheit 6		
MI:	Konsensusbildung	228
TM 1:	Konfliktbehandlung und Entscheidungsverhalten in Gruppen	231
TM 2:	Entwicklung des Gruppenkonsensus	234
Übungseinheit 7		
MI:	Kreativität und Gruppe	237
TM:	Die Gruppe als Kreativitätsfaktor	240
Übungseinheit 8		
MI:	Planen und entscheiden	244
TM 1:	Planspiele	246
TM 2:	Planspiel Abenteuerspielplatz	249
TM 3:	Intergruppen-Beziehungen	253
Übungseinheit 9		
MI:	Kontrolle und Einfluß	256
TM:	Spielregeln einer Gruppe	260
Übungseinheit 10		
MI:	Veränderung von Beziehungen	264
TM:	Faktoren der interpersonellen Wahrnehmung	266
Literaturhinweise		269