

Aufbau

Zielgruppenangabe	8
Zeitplan	9
Zeichen	9

EINHEIT 1

<i>Was teilen wir einander mit?</i>	11
Müll abladen (13) - Erwartungen (14) - Ziele (15) - Partizipierendes Lernen - Ler- nen durch Erfahrung (16) - Collage "Wer bist du?" (19) - Kommunikation von Gefühlen (21) - Kommunikationsübung zwischen Paaren (23) - Denkanstoß (24)	

EINHEIT 2

<i>Was können Botschaften bei uns bewirken?</i>	27
Denkanstoß (29) - Musikalische Einstim- mung (30) - Primäre und sekundäre Gefühle (32) - Gefühls-Tabelle (34) - Gefühls-Tabelle (37) - Meine und deine starken Seiten (38) - Denkanstöße (40/41/42)	

EINHEIT 3

<i>Botschaften erfüllen</i>	45
Partner-Übung im Nicht-Zuhören (47) - Ge- spräch über Gefühle - Alte Art (50) - Man- Sie-Wir-Du-Ich-Aussagen (52) - Gespräch über Gefühle - Neue Art (54) - Wir bauen ein "Wir" (56)	

EINHEIT 4

<i>Ziele der Kommunikation von Gefühlen</i>	59
Gespräch über primäre und sekundäre Gefüh- le (61) - Ziele setzen (63) - Mein Wunsch für dich (65) - Die Vereinbarung (66) - Denkanstöße (68/69)	

EINHEIT 5

<i>Die Praxis eines neuen Kommunikationsverhaltens</i>	71
Denkanstoß (72) - Einstimmung (73) - Zusam- menfassung (74) - Hände (75) - Mit Anerken- nung überschütten (76) - Denkanstöße (78/79)	