

Kommunikations-

Trainingsübung Zwei-B

NAME: TR 2-B. Einfache Bestätigung¹.

ZWECK: Die Fertigkeit zu erwerben, die Äußerungen, Bemerkungen und Kommentare eines anderen zu bestätigen².

ÜBUNG: Der Coach verwendet eine Zeitung als Quelle für Äußerungen, Bemerkungen und Kommentare. Er wählt daraus einzelne Äußerungen, Bemerkungen und Kommentare aus, die nicht restimulierend³ und nicht verstimmend sind, und läßt den Studenten jede Äußerung oder Bemerkung und jeden Kommentar bestätigen. Die Bestätigungen müssen passend und angemessen sein, und sie müssen den Coach erreichen.

1. **Bestätigung:** etwas, was gesagt oder getan wird, um einen anderen zu informieren, daß seine Aussage oder Aktion bemerkt, verstanden und empfangen worden ist.

2. **bestätigen:** eine Bestätigung geben (für).

3. **restimulierend:** etwas, das restimulierend ist, hat den Effekt, daß man an vergangene Geschehnisse erinnert wird, die schmerzhaft sein mögen oder einen vielleicht aus der Fassung bringen.