

Wenn ich mit jemandem spreche, dann drücken auch mein Körper und meine Stimme etwas aus. Sie helfen mir zu betonen, was ich meine.

*Tipp: „Beobachtungs-Experte“:* Wenn du mit jemandem redest, achte auch auf sein Gesicht, seinen Körper und seine Stimme!

#### **Beim Reden sagt man auch etwas durch: den Körper**

- *Gesichtsausdruck.* Zum Beispiel: Wenn wir die Mundwinkel nach oben ziehen, dann lächeln wir. Das bedeutet, dass wir etwas schön finden oder uns über etwas freuen.
- *Blickkontakt.* Wenn wir mit jemandem reden, dann schauen wir ihm in die Augen. Das bedeutet, dass wir uns für den anderen interessieren und unsere Aufmerksamkeit auf ihn richten.
- *Blickrichtung.* Wohin wir schauen, zeigt, wofür wir uns interessieren. Wenn wir im Gespräch auf unsere Füße schauen, sieht das so aus, als würden wir uns gar nicht für unseren Gesprächspartner interessieren.
- *Gesten.* Mit unserer Körperbewegung betonen wir, was wir sagen wollen. Kopfnicken bedeutet zum Beispiel, dass wir zustimmen. Andere Gesten sind zum Beispiel: Arme verschränken, Kopfschütteln oder Klatschen.
- *Körperhaltung.* Das bedeutet, dass wir unseren Körper in eine Position zu unserem Gesprächspartner bringen. Wenn wir uns demjenigen zuwenden, ist das höflich und signalisiert Interesse. Eine gerade Körperhaltung zeigt zum Beispiel Selbstsicherheit.
- *Körperliche Nähe/Abstand.* Tipp: Wenn ich mit jemandem rede, halte ich etwa eine Armlänge Abstand. Das ist für die meisten Menschen am angenehmsten. Wenn ich ein Gespräch beenden möchte, kann ich etwas zurückgehen. Will ich ein Gespräch anfangen, gehe ich auf den anderen zu.

#### **die Sprache**

- *Lautstärke.* Wenn ich mit jemandem spreche, sollte der andere mich verstehen können (also nicht flüstern). Eine zu laute Stimme kann allerdings bedeuten, dass man wütend ist. Tipp: Orientiere dich an der Lautstärke deines Gegenübers!
- *Tempo.* Wenn ich zu schnell spreche, ist es für andere oft schwer, mich zu verstehen. Wenn ich zu langsam spreche, kann das bedeuten, dass ich mich langweile. Tipp: Stell dir nach jedem Satz einen Punkt vor oder orientiere dich an deinem Gegenüber.
- *Stimmfarbe.* Eine Stimme kann ruhig, schrill, zittrig oder kräftig sein. Ängstliche Menschen sprechen oft mit einer zittrigen, leisen Stimme. Menschen, die selbstbewusst sind, sprechen mit kräftiger, klarer Stimme.
- *Akzent.* Ein Akzent kann ein Hinweis darauf sein, woher jemand kommt.
- *Pausen im Gespräch.* Pausen im Gespräch sind vollkommen ok. Es ist wichtig, damit du gut atmen kannst und dein Gegenüber leichter zuhören und Fragen stellen kann. Zu viele Pausen können bedeuten, dass man unsicher ist.
- *Fragen stellen und Antworten.* Wenn du in einem Gespräch Fragen stellst, zeigt das, du bist interessiert und aufmerksam. Wenn dir jemand eine Frage stellt, ist es freundlich zu antworten. So bleibst du im Gespräch!
- *Bitte und Danke.* Wenn ich etwas bekomme, dann sage ich „Danke“. Wenn sich jemand bei mir bedankt, sage ich „Bitte“. Das ist höflich.

<sup>2</sup> Aus Cholemkery und Freitag (2014): Gruppentherapie für Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störungen. © Beltz Verlag, Weinheim. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung.

**Wochenauftrag „Gefühle erkennen – so verstehen wir uns besser!“**

Jetzt bist du dran! Denke gut nach:

1. Worüber hat sich jemand aus deiner Familie oder einfach jemand, den du kennst, in der letzten Woche gefreut?

---

---

---

2. Woran hast du das erkannt?

---

---

---

3. Worüber hat sich jemand, den du kennst, in der letzten Woche geärgert?

---

---

---

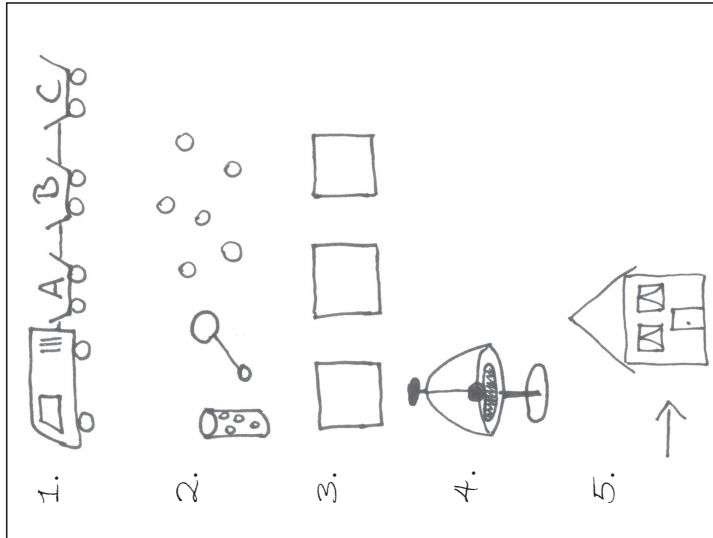
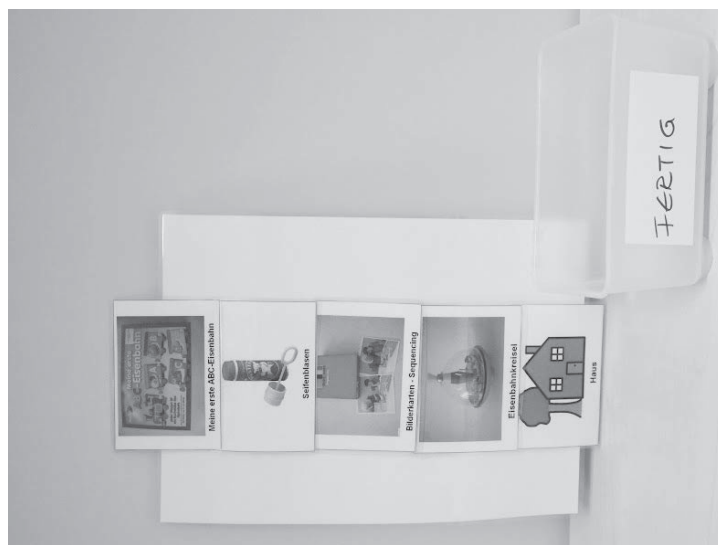
4. Woran hast du das erkannt?

---

---

---

<sup>3</sup> Aus Cholemkey und Freitag (2014): Gruppentherapie für Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störungen. © Beltz Verlag, Weinheim. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung.

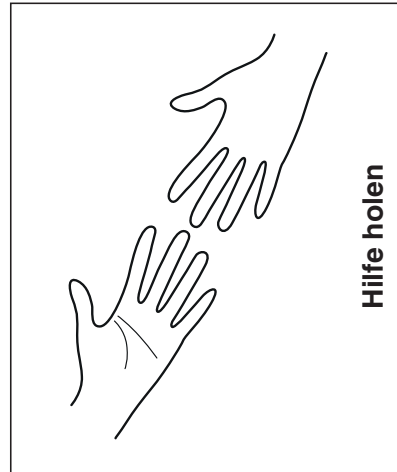
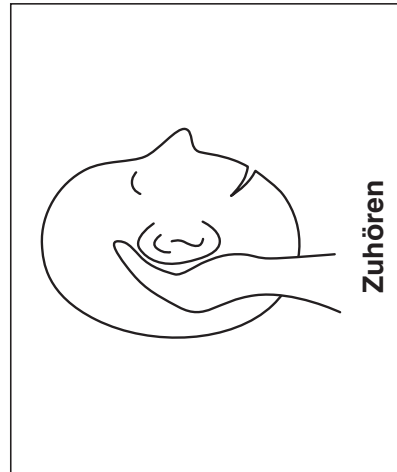
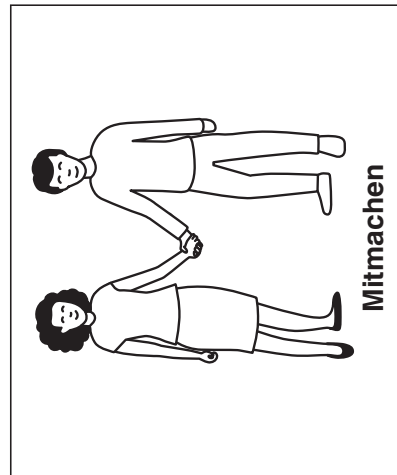


1. Buchstaben-Zug
2. Seifenblasen
3. Bilderkarten
4. Kreisel
5. Nach Hause gehen

<sup>4</sup> In Anlehnung an A-FFIP – Autissmuspezifische Therapie im Vorschulalter von Teufel, Wilker, Valerian und Freitag (2017).



## Regeln



<sup>5</sup> In Anlehnung an A-FFIP – Autismusspezifische Therapie im Vorschulalter von Teufel, Wilker, Valerian und Freitag (2017).

| M05 SORKC-Schema <sup>6</sup>  |  |   |                                    |                          |
|--|--|---|------------------------------------|--------------------------|
| S  | O  | R                                       | K                                  | C                        |
| <b>Situation</b>   | <b>Organismus</b>                                  | <b>Reaktion</b>                         | <b>Kontingenz</b>                  | <b>Konsequenz</b>        |
| In welcher Situation tritt das Verhalten auf? (Kontext und Motivation) | Welche Stärken und Schwächen bringt mein Kind mit? | Gezeigtes Verhalten                     | Wie häufig reagiert das Umfeld so? | Wie reagiert das Umfeld? |
| Beeinflussbar  | Überwiegend gegeben, jedoch förderbar              | Darauf wollen wir Einfluss nehmen       | Beeinflussbar                      | Beeinflussbar            |
| <b>VORHER →</b>  |  | <b>Ziel:<br/>Angemessenes Verhalten</b> | <b>← NACHHER</b>                   |                          |
| <b>Vorher</b>  | <b>Verhalten</b>                                   | <b>Nachher</b>                          |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |
| _____  | _____  | _____                                   |                                    |                          |

<sup>6</sup> In Anlehnung an A-FFIP – Autismusspezifische Therapie im Vorschulalter von Teufel et al. (2017).