



Breaking
the Ceiling



Co-funded by
the European Union

7 SCHLÜSSEL ZUR EFFEKTIVEN KOMMUNIKATION *KOMMUNIKATION* TRAININGSMODUL



euro
pass



SKILL
CONSULTING up
TRAINING

Sfs
Adult
Education
Iceland



Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



Inhaltsver- zeichnis

01

Einleitung

02

**Das Modul im beruflichen
Umfeld**

03

**Auswirkungen aufgrund von
Geschlechterstereotypen**

04

Bewährte Methoden und Tipps

05

Schlussfolgerungen

1. Einleitung



Kommunikation ist die Fähigkeit, Konzepte, Gedanken, Gefühle, Fakten und Meinungen in mündlicher und schriftlicher Form (Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben) auszudrücken und zu interpretieren und in einem breiten Spektrum sozialer und kultureller Kontexte angemessen und kreativ zu interagieren; in der allgemeinen und beruflichen Bildung, am Arbeitsplatz, zu Hause und in der Freizeit.

Neben **verbaler** Kommunikation, bei der man einer Person zuhören und verstehen kann, was sie meint, und **schriftlicher** Kommunikation, bei der man die Bedeutung lesen kann, gibt es auch **nonverbale** Kommunikation, bei der man eine Person beobachtet und auf die implizite Bedeutung schließt.

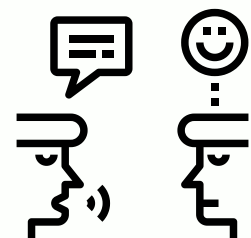
Zu den Kommunikationsarten gehören die verbale, die schriftliche, die erzählende, die entscheidende und die nonverbale Kommunikation, z. B. Gesichtsausdruck, Körperhaltung, Tonfall, Körpersprache, Augenkontakt und sogar Berührungen.

Es ist wichtig, darauf hinzuweisen, dass in jeder Phase des Kommunikationsprozesses Missverständnisse auftreten können. Zu einer effektiven Kommunikation gehört es jedoch, mögliche Missverständnisse zu minimieren und Kommunikationsbarrieren in jeder Phase des Prozesses zu überwinden.

Kommunikationsfähigkeiten sind für viele Aspekte des Lebens wichtig, von persönlichen Beziehungen bis hin zu Ihrer Karriere. Wenn Kommunikation effektiv ist, kann sie auch bei einer ganzen Reihe anderer Probleme helfen und das Wohlbefinden der Mitarbeiter:innen, das Gefühl der Wertschätzung und die Bindung erhöhen.

Effektive Kommunikation am Arbeitsplatz ist die Fähigkeit, einen freien Informationsfluss mit und zwischen verschiedenen Interessengruppen auf allen Ebenen der Organisation zu schaffen, um effektive Ergebnisse zu erzielen.

Dieses Modul befasst sich mit den sieben Schlüsselfaktoren für wirksame Kommunikation am Arbeitsplatz, wie Zuhören, Klarheit, Prägnanz usw. in Bezug auf Frauen auf dem Arbeitsmarkt, mit den geschlechtsspezifischen Stereotypen, die mit diesen Soft Skills verbunden sind, und mit Strategien, Instrumenten oder Beispielen für bewährte Praktiken.



2. Das Modul im beruflichen Umfeld



Kommunikationsfähigkeiten und ihr effektiver Einsatz können im Privatleben, aber vor allem auch am Arbeitsplatz eine Herausforderung darstellen.

Zunächst ist es wichtig, die allgemeinen Vorteile einer effektiven Kommunikation im Berufsleben zu erwähnen, um ihren wesentlichen Nutzen, insbesondere für Frauen, zu erkennen. Kommunikation kann die Produktivität verbessern und die Arbeitsmoral steigern. Sie kann auch die Mitarbeiterzufriedenheit erhöhen und das Vertrauen in das Management stärken. Darüber hinaus kann eine effektive Kommunikation am Arbeitsplatz die Teamarbeit stärken und das Engagement der Mitarbeiter:innen erhöhen.

Neben der schriftlichen, mündlichen und nonverbalen Kommunikation gibt es noch einige andere Kommunikationsfähigkeiten, die für jede Arbeit wichtig sind, z. B. Präsentation, Sprechen in der Öffentlichkeit, aktives Zuhören, Klarheit, Vertrauen, Freundlichkeit, Klarheit und Prägnanz, Respekt usw.

Kommunikation und ihre Vorteile sind sehr wichtig für beruflichen Erfolg, Teamarbeit und die Fähigkeit, berufliche Erfolge zu erzielen. Wirksame Kommunikation ist der Prozess, der ein Unternehmen zusammenhält.

Wirksame Kommunikation ist unerlässlich - sie ist der Prozess, der das Unternehmen zusammenhält. Für Frauen am Arbeitsplatz ist die Fähigkeit, produktiv und selbstbewusst zu kommunizieren, besonders wichtig, um gehört zu werden, Vorteile zu erlangen und Ziele zu erreichen. Dies beginnt mit dem Bewusstsein und der Anwendung der drei integralen und miteinander verknüpften Komponenten der Kommunikation.

Um am Arbeitsplatz effektiv zu kommunizieren, ist es für Frauen wichtig, die folgenden sieben Schlüssel für eine effektive Kommunikation zu befolgen:

1. Aktives und aufmerksames Zuhören
2. Einfühlungsvermögen
3. Durchsetzungsvermögen
4. Prägnanz
5. Klarheit
6. Geeignetes Kommunikationsmedium
7. Respekt

3. Auswirkungen aufgrund von Geschlechterstereotypen



Für Frauen am Arbeitsplatz ist die Fähigkeit, produktiv und selbstbewusst zu kommunizieren, besonders wichtig, um gehört zu werden, Vorteile zu erlangen und Ziele zu erreichen.

Es gibt jedoch einige Geschlechterstereotypen, die sich auf die Kommunikation beziehen oder von ihr beeinflusst werden.

Laut Dr. Andrea Wojnicki gibt es drei negative Stereotypen über Frauen und wie sie häufig kommunizieren. Diese drei Stereotypen sind die folgenden:

1. Frauen machen sich oft klein
2. Frauen neigen dazu, mehr über ihre harte Arbeit zu sprechen
3. Frauen gehen in der Regel nicht davon aus, dass ihnen zugehört wird

Vor allem das zweite negative Stereotyp ist eng mit der Kommunikation am Arbeitsplatz verbunden. Oft haben Frauen das Gefühl, etwas beweisen zu müssen, weil sie unsicher sind. Sie haben vielleicht auch das Gefühl, dass sie ihre Produktivität unter Beweis stellen und Wertschätzung für die Zeit und Mühe, die sie in ihre Arbeit stecken, zeigen müssen.

Wissenschaftlichen Untersuchungen über die Unterschiede zwischen den Geschlechtern zufolge sind Frauen ausdrucksstärker, zurückhaltender, höflicher in Gesprächen und stärker beziehungsorientiert.

Die sieben Schlüssel für eine effektive Kommunikation spielen sowohl am Arbeitsplatz als auch im Privatleben eine wichtige Rolle. Die Auswirkungen dieser Schlüssel könnten für die berufliche und persönliche Entwicklung von Frauen die gleichen sein. Diese Auswirkungen für Frauen können Folgendes umfassen:

- Verbesserte Zusammenarbeit in der Branche
- Aufbau von Beziehungen
- Verbesserung von Vertrauen und Glaubwürdigkeit
- Förderung der Teambildung
- Schaffung von Klarheit und Orientierung
- Erhöhtes Engagement

Die konsequente Anwendung produktiver und durchsetzungsfähiger Kommunikation am Arbeitsplatz erfordert Selbsterkenntnis, Engagement und beträchtliche Anstrengungen und kann die Arbeitsmoral und Zufriedenheit in jedem Umfeld verbessern, ganz zu schweigen von einem beruflichen Umfeld. Aber die Vorteile sind die Investition wert, insbesondere für Frauen in Führungspositionen.

4. Bewährte Methoden und Tipps



14 bewährte Methoden für eine effektivere Kommunikation

In diesem Artikel erzählen vierzehn Mitglieder des Rates der Jungunternehmer:innen, was ihrer Meinung nach die besten Praktiken sind, die selbst den zurückhaltendsten Führungskräften zu einer effektiveren Kommunikation verhelfen können. Dazu gehören Beziehungsfähigkeit, aktives Zuhören, Sinn für Humor, Anpassung des Kommunikationsstils usw.



Strategien zur effektiven Kommunikation am Arbeitsplatz

1. **Seien Sie klar und prägnant:** Wenn Sie Ihre Ideen, Gedanken oder Anweisungen mitteilen, bemühen Sie sich um Klarheit und Prägnanz. Verwenden Sie eine prägnante Sprache, damit Ihre Botschaft von anderen leicht verstanden wird.
2. **Entwickeln Sie starke zwischenmenschliche Fähigkeiten:** Arbeiten Sie daran, positive Beziehungen zu Ihren Kollegen aufzubauen. Entwickeln Sie Einfühlungsvermögen, aktives Zuhören und die Fähigkeit, mit anderen auf einer persönlichen Ebene in Kontakt zu treten. Der Aufbau von Beziehungen fördert Vertrauen und effektive Kommunikation.
3. **Bauen Sie ein vielfältiges Netzwerk auf:** Pflegen Sie berufliche Beziehungen zu einem breiten Spektrum von Kolleg:innen, darunter sowohl Männer als auch Frauen. Suchen Sie sich Menschen, die Sie in Ihrer beruflichen Entwicklung unterstützen können.
4. **Zuversicht und Selbstvertrauen:** Glauben Sie an Ihre Fähigkeiten und Ihren Wert. Seien Sie von Ihrem Fachwissen und Ihren Beiträgen überzeugt und kommunizieren Sie mit Selbstvertrauen. Erkennen Sie Ihre Leistungen an und feiern Sie Ihre Erfolge, um ein positives Selbstbild zu fördern.

Nützliche Tools:

1. **Slack:** Beliebte Plattform für Teamkommunikation und Zusammenarbeit mit Kanälen für Instant Messaging, Dateiaustausch und Projektzusammenarbeit.
2. **Trello:** Visuelles Projektmanagement-Tool zur Kommunikation und Zusammenarbeit im Team
3. **Mindmeister:** Mindmapping-Tool, mit dem Sie Gedanken, Ideen und Konzepte visuell ordnen können.

5. Schlussfolgerungen



Effektive Kommunikation und die sieben Schlüssel zur effektiven Kommunikation sind am Arbeitsplatz für Männer und Frauen gleichermaßen wichtig. Es ist jedoch wichtig zu erkennen, dass Frauen im beruflichen Umfeld manchmal vor besonderen Herausforderungen stehen und dass sie oft ihren Wert und die Zeit und Mühe, die sie in ihre Arbeit stecken, unter Beweis stellen müssen, um ein wertvoller Teil des Teams oder sogar eine Führungsrolle einnehmen zu können.

Die sieben Schlüssel der effektiven Kommunikation sind wichtig für eine wirksame Kommunikation im beruflichen Umfeld, und Frauen können sie befolgen, um gehört zu werden, Vorteile zu erlangen und Ziele zu erreichen:

1. Aktives und aufmerksames Zuhören
2. Einfühlungsvermögen
3. Durchsetzungsvermögen
4. Prägnanz
5. Klarheit
6. Geeignete Kommunikationsmittel
7. Respekt

Die Wirkung der sieben Schlüssel zur effektiven Kommunikation ist groß und sind sowohl im Privat- als auch im Berufsleben von Bedeutung. Der Einfluss auf die Entwicklung von Frauen kann Selbstvertrauen, Engagement und beträchtliche Anstrengungen erfordern und kann die Moral und Zufriedenheit in jedem Umfeld verbessern, ganz zu schweigen vom beruflichen Umfeld. Aber die Vorteile (bessere Zusammenarbeit in der Branche, Aufbau von Beziehungen, mehr Vertrauen und Glaubwürdigkeit, Schaffung von Klarheit und Orientierung usw.) sind die Investition wert, insbesondere für Frauen in Führungspositionen.

Durch die Umsetzung einiger Strategien für eine effektive Kommunikation am Arbeitsplatz, wie z. B. Prägnanz, Selbstvertrauen, Vielfalt usw., können weibliche Fachkräfte ihre Stimme verstärken, starke Beziehungen aufbauen und ihre Karriere mit Zuversicht steuern.

Es gibt auch einige Tools wie Slack, Trello und Mindmeister, die weibliche Fachkräfte auf ihrem Weg zur Entwicklung effektiver Kommunikationsfähigkeiten unterstützen können, sei es zur Verbesserung der schriftlichen Kommunikation oder zur Förderung von Zusammenarbeit und Engagement am Arbeitsplatz.

Referenzen



- Accountants, C. (n.d.). 7 Keys of effective Communication! [online] [www.cliftonaccountants.com.au](https://www.cliftonaccountants.com.au/insights/business/7-keys-of-effective-communication). Available at: <https://www.cliftonaccountants.com.au/insights/business/7-keys-of-effective-communication> [Accessed 23 Jun. 2023].
- CLIMB Professional Development and Training (2019). The 7 Benefits of Effective Communication in Personal and Professional Settings. [online] [climb.pcc.edu](https://climb.pcc.edu/blog/the-7-benefits-of-effective-communication-in-personal-and-professional-settings). Available at: <https://climb.pcc.edu/blog/the-7-benefits-of-effective-communication-in-personal-and-professional-settings> [Accessed 26 Jun. 2023].
- Cooks-Campbell, A. (2022). Communication is key in the workplace. Here's how to improve. [online] [www.betterup.com](https://www.betterup.com/blog/why-communication-is-key-to-workplace-and-how-to-improve-skills). Available at: <https://www.betterup.com/blog/why-communication-is-key-to-workplace-and-how-to-improve-skills> [Accessed 23 Jun. 2023]
- Merchant, K. (2012). "How Men And Women Differ: Gender Differences in Communication Styles, Influence Tactics, and Leadership Styles". *CMC Senior Theses*. Paper 513. Available at: https://scholarship.claremont.edu/cmc_theses/513/
- Pape, S. (2021). 7 Keys to Effective Communication at Work, with Examples. [online] Mallory. Available at: <https://mallory.com.au/cm/keys-to-effective-communication-at-work-with-examples/> [Accessed 22 Jun. 2023].
- Wojnicki Andrea (2022). GENDER STEREOTYPES in Communication (Yes, we're going there!). [online] Talk About Talk. Available at: <https://www.talkabouttalk.com/gender-stereotypes/> [Accessed 23 Jun. 2023].
- [www.amanet.org](https://www.amanet.org/articles/vital-assertive-communication-skills-for-women-in-business/). (2022). Vital Assertive Communication Skills for Women in Business. [online] Available at: [https://www.amanet.org/articles/vital-assertive-communication-skills-for-women-in-business-/](https://www.amanet.org/articles/vital-assertive-communication-skills-for-women-in-business/) [Accessed 23 Jun. 2023].
- Young Entrepreneur Council (2015). 14 Best Practices for More Effective Communication. [online] Inc.com. Available at: <https://www.inc.com/young-entrepreneur-council/14-best-practices-for-more-effective-communication.html> [Accessed 26 Jun. 2023].

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

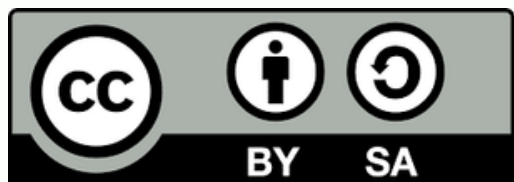
Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung [Mitteilung] trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

Autoren

© Mai 2023 – EBB GmnH, Step-by-Step, VAEV R&D, INDEPCIE, Skill-Up Srl., SVERONIS & SIA O.E.

Diese Veröffentlichung wurde mit finanzieller Unterstützung der Europäischen Kommission unter Erasmus + Project “2022-1-DE02-KA220-VET-000085146” durchgeführt.

Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen



(CC BY-SA) : Es steht Ihnen frei, das Material zu teilen, d. h. zu kopieren und in jedem beliebigen Medium oder Format weiterzugeben, und es anzupassen, d. h. zu remixen, umzuwandeln und für jeden beliebigen Zweck, auch für kommerzielle Zwecke, zu nutzen. Der Lizenzgeber kann diese Freiheiten nicht widerrufen, solange Sie die Lizenzbedingungen unter den folgenden Bedingungen einhalten:

Namensnennung – Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen , einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.

Weitergabe unter gleichen Bedingungen — Wenn Sie das Material remixen, verändern oder anderweitig direkt darauf aufbauen, dürfen Sie Ihre Beiträge nur unter derselben Lizenz wie das Original verbreiten.

Keine weiteren Einschränkungen — Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.