



## Erläuterungen zum Wahlpflichtfach

# Kommunikations-, Motivations- und Führungskompetenzen für den Arbeitseinstieg

### Lernziele:

Die Studierenden reflektieren sich als (zukünftige) Mitarbeiter/innen, Kollegen/innen und Führungskräfte im Kontext hoher Arbeitsbelastung und problematischer Kommunikationsmuster. Sie erlernen Kompetenzen, sich und anderen die Freude an der Arbeit langfristig zu erhalten und ihre Wertvorstellungen und Ziele proaktiv ins Arbeitsleben einzubringen. Den Studierenden werden Werkzeuge für wertschätzenden Umgang und bewusstes, zielführendes Verhalten an die Hand gegeben, um den Arbeitsalltag konstruktiv zu gestalten. Die Studierenden erhalten die Möglichkeit, sich für gesunden (gesund erhaltenden) und motivierenden Umgang mit Kollegen/innen und Mitarbeitern/innen zu sensibilisieren.

### Inhalte:

- **„Gesundes Führen“:**  
Wie führe ich mich selbst, wie führe ich meine Vorgesetzten und Mitarbeitern/innen in Hinblick auf Erreichen von Zielen und Wohlbefinden
- **Burnout-Prävention:**  
Was sind erste Anzeichen, wie Sorge ich gut für mich selbst (und später auch für meine Mitarbeiter/innen), Salutogenese-Modell
- **Persönlichkeitstypen:**  
Umgang mit unterschiedlichen Persönlichkeiten und psychischen Störungen in Organisationen
- **Emotionen:**  
Umgang mit eigenen Emotionen und denen von Vorgesetzten und Mitarbeitern/innen
- **Kommunikation:**  
Wie kommuniziere ich missverständnisarm und zielführend (Kommunikationsquadrat nach Schulz von Thun)
- **Feedback:**  
Wie lobe ich, übe Kritik oder bewirke Verhaltensänderungen wertschätzend
- **Konflikt:**  
Konfliktfähiges Handeln, wertschätzender Umgang und konstruktive Lösungen
- **Erfolgreiches Zusammenarbeiten:**  
Wie Sorge ich dafür, dass Ziele erreicht werden (Themenzentrierte Interaktion, Delegieren)

**Methoden:**

- Themeninputs
- Reflexionsgespräche
- Praxiserprobte Arbeitsbausteine
- Selbsterfahrung, vereinzelt erlebnispädagogische Elemente
- Transfer auf die betriebliche Wirklichkeit

**Literatur:**

Thomas Bergner, Jens Corssen, Friedrich Glasl, Anne Katrin Matyssek, Friedemann Schulz von Thun, Paul Watzlawick,

**Prüfungsleistung:**

Klausur (60 Min.), Referat

**Umfang:**

2 SWS / 2,5 LP

**Teilnehmerzahl:**

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.