

Körpersensibilität und-wahrnehmung

Sendungsbewusstsein

schriftliche Hinweise zur Videoreihe
von **Christine Zienc-Tomczak**

Kommunikation dient der Übermittlung von Information. Man möchte seinem Gegenüber ein Anliegen, eine Idee, eine Aufgabe nahebringen in der Erwartungshaltung, dass die Informationsübermittlung erfolgreich verläuft. Ansonsten kann es passieren, dass die Informationen ins Leere laufen oder fehlinterpretiert werden und nicht das erhoffte Ergebnis erzielen.

Im Sportkontext ist eine schnelle und effektive Informationsübermittlung von besonderer Wichtigkeit, vor allem mit Blick auf ein gutes Teamplay. Von ebensolcher Relevanz ist es, dass Informationen hierbei korrekt vermittelt und schließlich richtig interpretiert werden, um beispielsweise Unfall- bzw. Verletzungsgefahren im Rahmen bestimmter Übungen/ Trainingseinheiten zu vermindern.

Sendungsbewusstsein und W-Fragen

Um hier erfolgreich zu sein kann es helfen, ein *Sendungsbewusstsein* zu entwickeln und zu etablieren. Sendungsbewusstsein bedeutet u. a. sich darüber im Klaren zu sein, dass einerseits der Sprechakt stets zielgerichtet und dabei höchst individuell verläuft, jedoch das Hören ebenso individuell ist und als wichtiger Faktor mit Blick auf ein gewünschtes Ergebnis im Rahmen von Informationsvermittlung betrachtet werden sollte.

Durch Beachtung folgender sieben W-Fragen ist es im Vorfeld einer Informationsübermittlung möglich, die Situation besser einschätzen zu können:

- Was?** Welchen Inhalt möchte man vermitteln
- Wer?** Welchem Personenkreis gilt die Information
- Wo?** An welchem Ort findet die Informationsübermittlung statt und schließlich
- Warum?** Welche Motivation initiiert die Informationsvermittlung
- Wozu?** Was ist die Intention, was will man erreichen
- Wann?** Zu welcher Tages- und/oder Jahreszeit findet die Informationsübermittlung statt
- Wie?** Auf welche Art und Weise überbringt man die Information

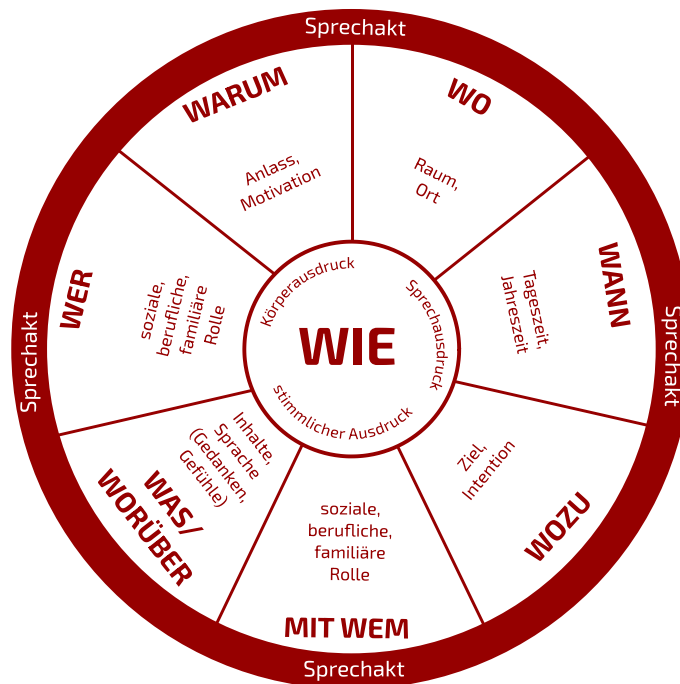


Abbildung 1 Die 7-W-Fragen,
nach H. Puffer (2013): ABC des Sprechens. Grundlagen, Methoden, Übungen, S. 106

Wirkkriterien

Vor allem die *Wie*-Frage zielt auf den eigentlichen Akt der Informationsübermittlung im Rahmen von Kommunikation ab. Hier greifen spezifische Wirkkriterien, durch welche der Verlauf von Kommunikation beeinflusst werden kann.

Drei Ebenen

Soll die Information der Sender*innen erfolgreich an die Rezipient*innen (Empfänger*innen) weitergeleitet werden, gilt es die folgenden drei Ebenen zu beachten:

Verbale Ebene

Steht für den *sprachlichen Ausdruck*, also den *Inhalt* dessen, was über das gesprochene Wort übermittelt wird, beispielsweise die Erklärung für korrekt ausgeführte Liegestütze.

Paraverbale Ebene

Steht für den *sprecherischen Ausdruck*, also Artikulation (Aussprache), Sprechtempo/ Lautstärke und Sprachmelodie sowie Sprech- bzw. Atempausen

Extraverbale Ebene

Steht für *Körperausdruck/-sprache*, also Körperhaltung, Gestik und Mimik. Die Extraverbale Ebene steht aber auch für das Erscheinungsbild im Allgemeinen: Welche Kleidung ist angemessen, Frisur, Make-Up, etc.

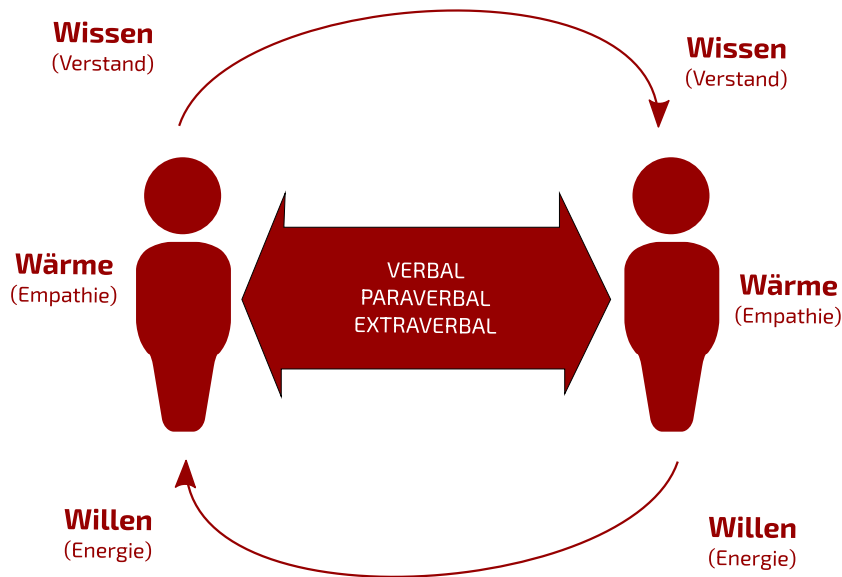


Abbildung 2 Drei Ebenen des Ausdrucks,
nach H. Puffer (2013): ABC des Sprechens. Grundlagen, Methoden, Übungen, S. 99

Mit Hilfe der W-Fragen ist es also möglich, die anstehende Gesprächssituation bzw. Trainingssituation besser einschätzen und sich schon im Vorfeld entsprechend darauf vorbereiten zu können und mit Blick auf die genannten drei Ebenen der Ausdrucksformen kann man ein und dieselbe Information mit entsprechenden Anpassungen gezielt an unterschiedliche Empfänger*innen (Kinder, Eltern, Anfänger, Fortgeschrittene, etc.) übermitteln.

Weiterführende Informationen | Kontakt

Christine Zienc-Tomczak
Dipl. Sozialwissenschaftlerin & Musikwissenschaftlerin B.A.
Tel: +49 152 09060641

[Zur Videoreihe „Körpersensibilität“ auf schulsportwelten.de](https://schulsportwelten.de)