



Kommunikationsstrategien: Wann sind Ich-Botschaften sinnvoll und wann sollte ich aktiv zuhören?

Ich-Botschaften: „ich“	Aktives Zuhören: „du“
eine Information übermitteln/sich mitteilen	Mitgefühl und Verständnis signalisieren/ sich einfühlen, dem anderen zuhören
geeignet für <ul style="list-style-type: none"> • Lob oder Tadel • Wünsche • Anweisungen • persönliche Sichtweisen und Meinungen • eigene Wahrnehmungen 	geeignet für <ul style="list-style-type: none"> • Akzeptanz / Zuneigung bekunden • Interesse signalisieren • Mitgefühl zeigen • Trost oder Mut zusprechen • Missverständnissen vorbeugen
Die Lehrkraft <ul style="list-style-type: none"> • gibt klare und eindeutige Anweisungen • nimmt Stellung zu einem Problem • bekundet ihre Freude oder ihren Ärger • macht sichtbar, was sie wahrgenommen hat 	Die Lehrkraft <ul style="list-style-type: none"> • beschreibt, was sie sieht • lässt sich bestätigen, ob sie das Gehörte zutreffend aufgefasst hat • ermutigt sein Gegenüber zum Weiterreden
Faustregeln: Dem Gegenüber nie sagen, was er zu denken, zu tun, etc. hat <ul style="list-style-type: none"> • bei sich bleiben • Transparenz zu den eigenen Überlegungen darstellen • die passende Distanz halten 	Faustregeln: nicht kommentieren nicht ausfragen nicht von sich reden <ul style="list-style-type: none"> • beschreiben, was man wahrnimmt • wiederholen, was das Gegenüber sagt • nachfragen, ob man es richtig verstanden hat. • Doppeln: Satzteile wiederholen, den Schüler ermutigen weiter zu sprechen • Spiegeln: Gefühle des Gegenüber in Worte fassen • dem Schüler helfen, Klarheit zu gewinnen

Weiterführende Literatur:

- Friedemann Schulz von Thun. Miteinander reden 1 – Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation. Rowohlt, Reinbek 1981.
- Paul Watzlawick. Man kann nicht nicht kommunizieren. Das Lesebuch. Herausgegeben und mit einem Vorwort versehen von Trude Trunk. Verlag Hans Huber, Bern 2011.
- Marshall B. Rosenberg. Gewaltfreie Kommunikation. 11. überarb. und erw. Auflage. Junfermann, Paderborn 2013.