

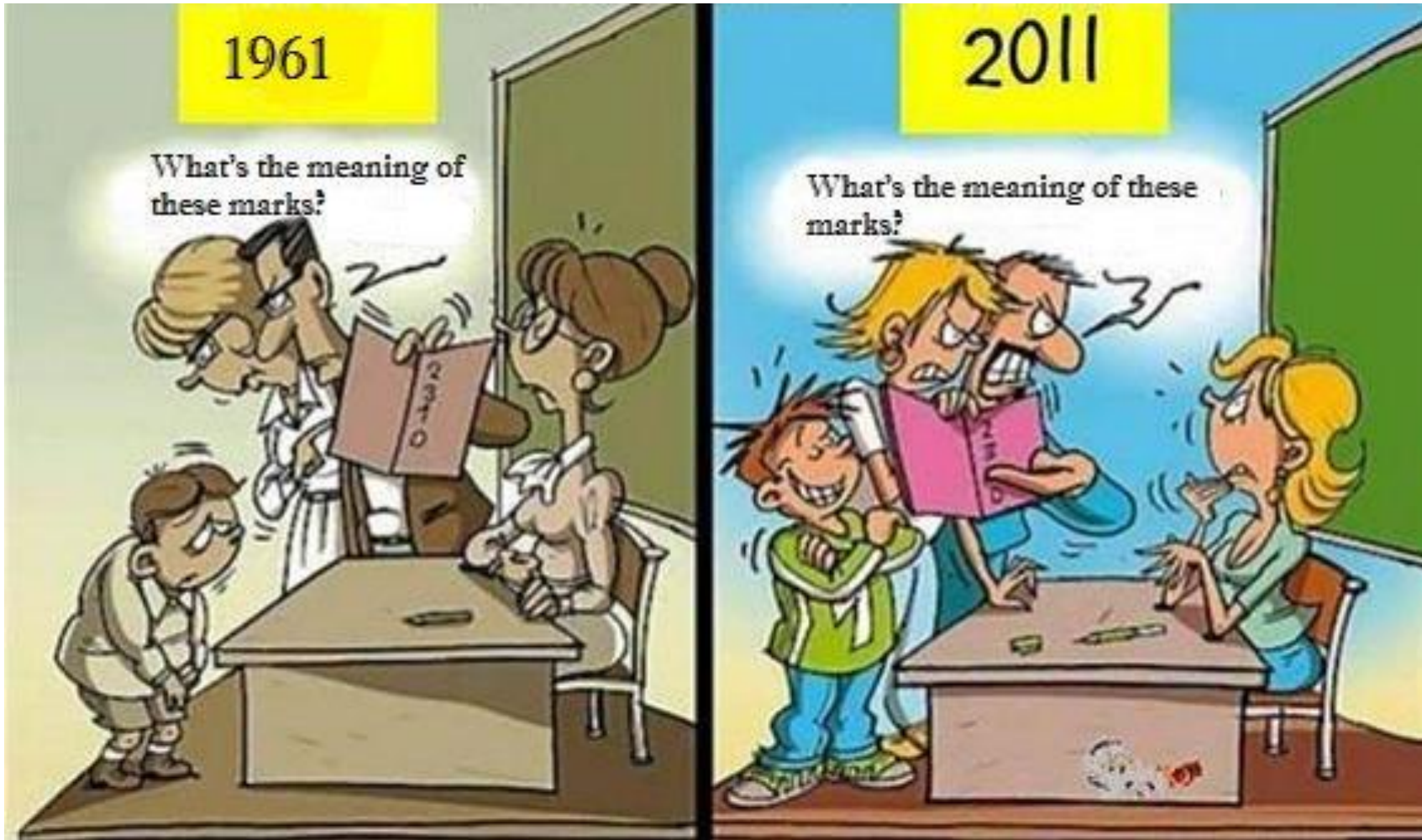


Studienseminar Koblenz

Berufspraktisches Seminar
Wahlmodul

Erfolgreich kommunizieren in der Schule

16.03.2020

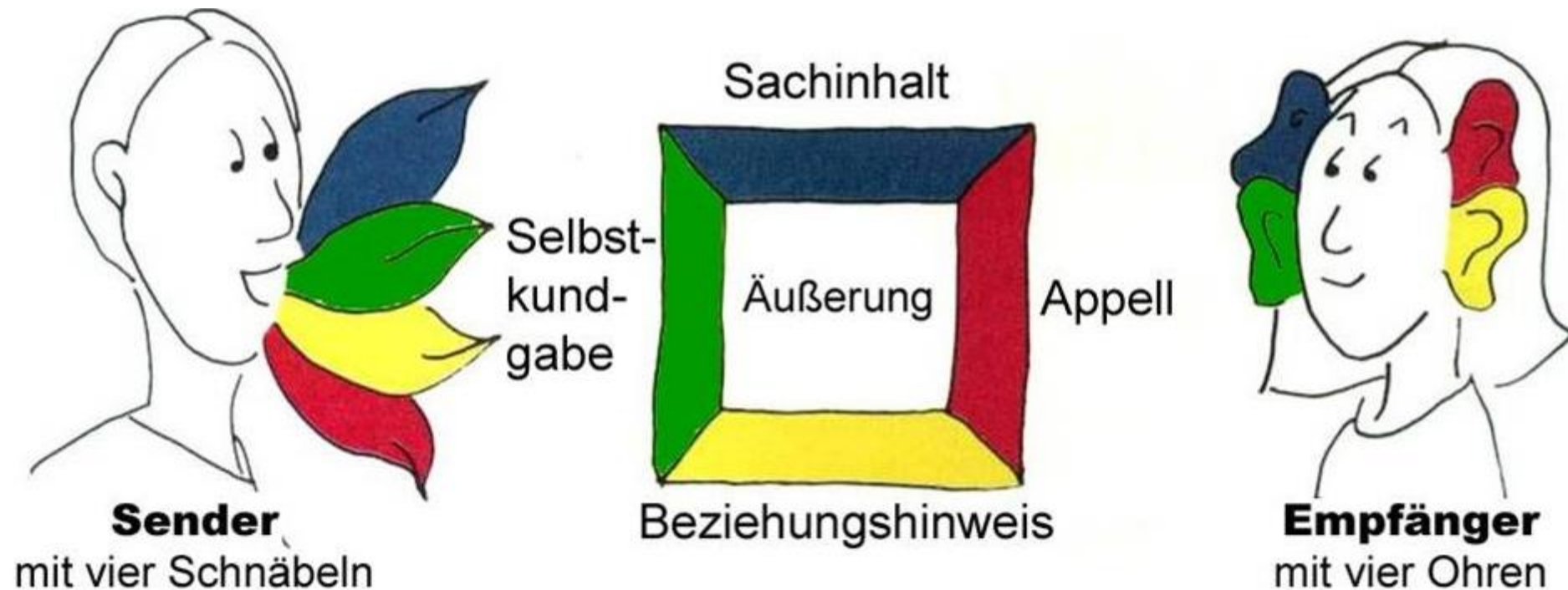


https://www.reddit.com/r/funny/comments/o3xmp/our_teachers_dont_get_paid_enough/ (Zugriff: 07.03.2020)

Wissen wird konstruiert

- 15% beruhen auf dem verbalen Inhalt
- 85% beruhen auf...
- ... nonverbaler Kommunikation (Mimik, Gestik, Körperhaltung)
- ... dem Tonfall der Stimme
- ... der Formulierung einer Aussage

Kommunikationsmodul nach Friedemann Schulz von Thun 1981



Inhalt
sachlich
verständlich
analytisch

Selbstkundgabe
Ich-Botschaften,
Wünsche, Bedürfnis,
Kritik/Lob,...

Äußerung

Appell
argumentieren
fair bleiben
überzeugen

Beziehung
aktiv zuhören
Gefühle benennen
Feedback geben / nehmen

Inhalt

Sie sind für eine
Vertretung vorgesehen.

Selbstkundgabe

Ich möchte, dass Sie
Ihren Pflichten
nachkommen.

„Haben Sie nicht
gesehen, dass Sie
auf dem
Vertretungsplan
stehen?“

Appell

Schauen Sie
regelmäßig auf den
Vertretungsplan.

Beziehung

Ich bin von Ihrem
Verhalten genervt.

Förderliche Kommunikation: Einstieg

Unterscheiden Sie,....

ob Sie Informationen übermitteln möchten

oder

dem anderen zeigen möchten, dass Sie ihn verstehen und sich einfühlen

Formulierungen



Ich -Botschaften

sich mitteilen

- Wünsche
- Bedürfnisse
- Anweisungen
- Meinungen
- Lob / Tadel





Karikatur: Thomas Pflümann

Aktives Zuhören

sich einfühlen

- Akzeptanz übermitteln
- Interesse bekunden
- Mitgefühl zeigen
- Missverständnisse klären
- Trost / Mut zu-„sprechen“

Ich -Botschaften

sich mitteilen

- Wünsche
- Bedürfnisse
- Anweisungen
- Meinungen
- Lob / Tadel

Aktives Zuhören

sich einfühlen

- Akzeptanz übermitteln
- Interesse bekunden
- Mitgefühl zeigen
- Missverständnisse klären
- Trost / Mut zu-„sprechen“

Ich-Botschaften: Informationen übermitteln

Beispiel: Diskussion zum Wandertag

- **Wünsche:** „Ich möchte um 18:00 Uhr wieder zurück sein.“
- **Bedürfnisse:** „Es ist mir wichtig, dass das gewünschte Ziel von allen akzeptiert werden kann.“
- **Anweisungen:** „ich geben Euch zehn Minuten Zeit, Euch in den Gruppen auf ein gemeinsames Ziel zu verständigen.“
- **Meinungen:** „Ich bin eher für den Vorschlag der ersten Gruppe, weil die Kosten geringer sind.“
- **Lob / Tadel:** Ich freue mich, dass Ihr so sachlich diskutiert hat. Da hat es sich gelohnt, die Gesprächsregeln einzuüben.“

Aktives Zuhören: Wertschätzung übermitteln

Beispiel: Diskussion zum Wandertag

- **Akzeptanz übermitteln:** „Es sind fünf Vorschläge eingegangen, die man alle realisieren könnte.“
- **Interesse bekunden:** „Ich sehe, Ihr würdet gerne einen Stadtbummel anschließen.“
- **Mitgefühl zeigen:** „Einige sind jetzt enttäuscht, sehe ich.“
- **Missverständnisse klären:** „Habe ich richtig verstanden, Ihr würdet lieber eine Stadt besuchen und die andere Gruppe möchte lieber eine Radtour machen?“
- **Trost / Mut zusprechen:** Du kannst Dir im Moment noch nicht vorstellen, dass Dir dieser Wandertag auch Spaß machen könnte.“

In welchen Situationen ist **Spiegeln** sinnvoll?

Ich spiegele, indem ich die Anderen meine Wahrnehmung beschreibe:

- wenn Nonverbales aufgegriffen wird
- wenn das Gesagte von großer Bedeutung ist
- um Missverständnissen vorzubeugen
- um dem Gegenüber zu helfen, seine Gedanken zu klären
- um dem Gegenüber Interesse und Zugewandtheit zu bekunden

In welcher Situation ist **Doppeln** sinnvoll?

Den letzten Teil des Gesagten wiederholt man:

- regelmäßig nach einigen Sätzen
- wenn das Gegenüber ins Stocken gerät
- wenn eine längere Redepause eintritt

Arbeitsauftrag

1. Analysieren Sie die zugeteilte Aussage nach dem Vier-Seiten-Modell von Schulz von Thun.
2. Erarbeiten Sie eine alternative Aussage, die die Regeln der Ich-Botschaften und des aktiven Zuhörens berücksichtigen.
3. Einigen Sie sich auf eine schwierige Gesprächsszene aus Ihrem Berufsalltag und erarbeiten Sie einen Dialog, nach den Regeln der erfolgreichen Kommunikation, um hier eine Lösung zu finden. Berücksichtigen Sie dabei auch die non-verbale Seiten der Kommunikation.

Arbeiten Sie zu dritt. Sie haben 15 Minuten Zeit.

Bereiten Sie sich darauf vor, Ihre Szene zu präsentieren.

Beispiele für Fehler in der Kommunikation I

Du-Botschaft: „Könnten Sie darauf achten, dass Ihr Sohn die Hausaufgaben macht?“

Reaktion: Die Eltern fühlen sich in die Pflicht genommen und empfinden, dass die Arbeit auf sie übertragen wurde.

Ich-Botschaft: „Ich könnte Peters Mitarbeit positiver einschätzen, wenn er die Hausaufgaben regelmäßig macht.“

Reaktion: Die Eltern achten stärker darauf, dass ihr Sohn die Hausaufgaben macht.

Förderliche Kommunikation: Ich-Botschaften

Die Lehrkraft

- gibt klare, eindeutige Anweisungen
- nimmt Stellung zu einem Problem
- bekundet ihre Freude / ihren Ärger
- macht sichtbar, was sie wahrgenommen hat
- legt ihre Wünsche und Erwartungen offen dar

Faustregeln für Ich-Botschaften

Dem Gegenüber nie sagen, was er oder sie zu tun oder zu denken hat!

Statt dessen:

- bei sich bleiben
- Transparenz herstellen zu...
- passende Distanz halten

Beispiele für Fehler in der Kommunikation II

Lehrkraft: *„Du lässt Dich aber auch hängen. Du musst Dich zusammenreißen, dann klappt das auch!“*

Reaktion: Der/Die hat keine Ahnung von meinen Problemen.

Statt dessen:

Doppeln: *„Du sagst, Du kannst Dich nicht konzentrieren.“*

Spiegeln: *„Ich sehe, Du fühlst Dich überfordert.“*

Reaktion: Der/Die versteht mit. Er/Sie sieht, wie es mir geht.

Förderliche Kommunikation: Aktives Zuhören

Die Lehrkraft

- beschreibt, was sie sieht
- wiederholt, was sie gehört hat
- lässt sich bestätigen, ob sie das Gehörte zutreffend aufgefasst hat
- ermutigt ihr Gegenüber zum Weitersprechen

Faustregeln für Aktives Zuhören

Nicht kommentieren!

Nicht ausfragen!

Nicht von sich reden!

Statt dessen:

- beschreiben
- wiederholen
- nachfragen

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.