

KOMMUNIKATION UND KONFLIKT

Konflikte finden nicht nur im Großen, sondern auch individuell im Zwischenmenschlichen statt. Kommunikation spielt bei der Entstehung von sozialen Konflikten eine große Rolle, gerade auch im Alltag von Schüler*innen. Mit der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) hat Marshall Rosenberg ein Werkzeug entworfen, welches Konflikten durch Kommunikation vorbeugen soll. Dieses Unterrichtsbeispiel beschäftigt sich mit den Herausforderungen der Kommunikation und dem Modell der Gewaltfreien Kommunikation.

ZIELE

Die Schüler*innen erkennen die Komplexität und Konflikthaftigkeit von Kommunikation.

Die Schüler*innen lernen das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation kennen und verstehen es.

Die Schüler*innen können Konflikten durch Kommunikation vorbeugen, indem sie Ansätze der Gewaltfreien Kommunikation anwenden.

LEHRPLANANBINDUNG

OS, Klassenstufe 7, Deutsch, Lernbereich 3: „Über mich und andere: Clique und Außenseiter“

OS, Klassenstufe 7, Ethik, Lernbereich 1: „Konflikte – Ursachen und Bewältigung“

OS, Klassenstufe 7, Ethik, Wahlbereich 1: „Zeugen gewaltfreien Handelns“

GY, Klassenstufe 7, Deutsch, Lernbereich 1: „Sprechen und Zuhören“

GY, Klassenstufe 7, Ethik, Lernbereich 1: „Verstehen und Verständigung“

ZEITBEDARF

2 UE (90 min)

MATERIAL UND PRAKTISCHE VORBEREITUNG

- leicht zeichenbare Bilder
(z.B. in Creative Commons erhältlich unter: <https://openclipart.org/>)
- Overhead-Projektor oder Beamer
- Arbeitsblatt (Anlage 2) in entsprechender Schüler*innenanzahl ausdrucken

INHALTLICHE VORBEREITUNG

Die durchführende Person sollte sich mit dem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation sowie grundsätzlicher Kommunikationstheorie im Vorfeld auseinander setzen (siehe Hintergrundinformationen für Lehrkräfte).

DURCHFÜHRUNG

EINSTIEG

Bildbeschreibung (20 min)

1. Die Schüler*innen werden in Paare eingeteilt und bekommen leicht zeichenbare Bilder ausgeteilt (z.B. in Creative Commons erhältlich unter: <https://openclipart.org/>). Nur eine*r der Schüler*innen sieht dabei das Bild.
2. Ein*e Schüler*in beschreibt der anderen Person in 5 Minuten das Bild, das sie in der Hand hält und die andere Person nicht sehen darf. Die andere Person hört zu und versucht, das Beschriebene auf ein Blatt zu zeichnen. Genaues Nachfragen ist erwünscht.
3. Nach etwa 5 Minuten werden neue Bilder an die Paare ausgeteilt und die Aufgabe wiederholt sich mit getauschten Rollen.
4. Auswertung im Klassenverband:
 - Beschreibt, wie die Aufgabe für euch war.
 - Charakterisiert, auf welche Probleme ihr beim Beschreiben gestoßen seid.
 - Charakterisiert, auf welche Probleme ihr beim Zeichnen gestoßen seid.
 - Diskutiert, was aus eurer Erfahrung Merkmale gelingender Kommunikation in eurem Alltag sind.
 - Erörtert, inwiefern Kommunikation zu Konflikten führen kann. Welche Beispiele fallen euch ein?

ERARBEITUNG (35 MIN)

Brainstorming „verbale Gewalt“ (15 min)

1. Die Lehrkraft schreibt „verbale Gewalt“ auf die Tafel.
2. Die Schüler*innen assoziieren Begriffe und Erfahrungen in einem freien Brainstorming dazu.
3. Die Ergebnisse werden an der Tafel festgehalten.
4. In der Ergebnisbesprechung können folgende Fragen hilfreich sein:
 - Welche Ziele verfolgt verbale Gewalt?
 - In welchen Situationen begegnet euch verbale Gewalt?
 - Wie reagiert ihr oder andere Betroffene auf verbale Gewalt?
 - Wie hängen verbale Gewalt und Konflikte zusammen?
 - Was versteht ihr unter „Gewaltfreier Kommunikation“?

Input: Gewaltfreie Kommunikation (20 min)

Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) ist ein Konzept, das von Marshall B. Rosenberg entwickelt wurde. Es soll Menschen ermöglichen, so miteinander umzugehen, dass der Kommunikationsfluss zu mehr Vertrauen und Freude am Leben führt. GfK kann in diesem Sinne sowohl bei der Kommunikation im Alltag als auch bei der friedlichen Konfliktlösung im persönlichen, beruflichen oder politischen Bereich hilfreich sein. Im Vordergrund steht nicht, andere Menschen zu einem bestimmten Handeln zu bewegen, sondern eine wertschätzende Beziehung zu entwickeln, die mehr Kooperation im Zusammenleben ermöglicht. Sie ist weniger als eine Kommunikationstechnik zu betrachten, sondern mehr als eine Bewusstwerdung über Möglichkeiten des empathischen Kontaktes. Dabei werden zwei Arten von Kommunikation unterschieden, die *lebensentfremdende Kommunikation* und die *Gewaltfreie Kommunikation*. Lebensentfremdende Kommunikation ist beispielsweise durch ein Urteilen über den*die Kommunikationspartner*in gekennzeichnet und kann zu psychischer und physischer Gewalt führen. Dagegen kann Kommunikation gelingen, wenn sich Menschen klar und ehrlich ausdrücken und dem*der Kommunikationspartner*in empathisch und aktiv zuhören.

Konkret können Konflikte laut Rosenberg mithilfe folgender vier Schritte gewaltfrei angesprochen werden: (1) Eine Beobachtung wird formuliert, (2) das damit verbundene

Gefühl geäußert und (3) das persönlich zugrundeliegende Bedürfnis erläutert, um (4) abschließend eine Bitte oder einen Wunsch auszusprechen.

Die vier Schritte werden an der Tafel bzw. auf einer Folie oder in einer Präsentation festgehalten und am Beispiel der dreckigen Küche gemeinsam durchgegangen (Anlage 1).

SICHERUNG (35 MIN)

Gruppenarbeit: Gewaltfreie Kommunikation praktisch (20 min)

Die Schüler*innen werden in Dreier-Gruppen eingeteilt. Ihre Aufgabe ist es, das Arbeitsblatt zu lesen und zu bearbeiten (Anlage 2). Für Verständnisfragen steht die Lehrkraft im Plenum allen zur Verfügung.

Ergebnisbesprechung und Abschluss (15 min)

Die Lehrkraft bespricht mit den Schüler*innen das Arbeitsblatt und deren Lösungen.

Abschließend werden folgende Fragen im Klassenverband diskutiert:

- Wie fühlt ihr Euch verstanden in Gesprächen mit Gewaltfreier Kommunikation?
- Erörtert, in welchen Situationen Gewaltfreie Kommunikation helfen kann, Konflikte zu lösen bzw. zu vermeiden.
- Welche anderen Kommunikation-Tipps können helfen, Konflikten vorzubeugen?

KOMPETENZERWERB

ERKENNEN

Die Schüler*innen erkennen, dass Kommunikationsprobleme eine Ursache von Konflikten sein können. Sie nehmen in Kommunikationssituationen eine empathische Grundhaltung ein.

BEWERTEN

Die Schüler*innen nehmen ihre eigenen Bedürfnisse und die des Kommunikationspartners wahr.

HANDELN

Die Schüler*innen können das Konzept der gewaltfreien Kommunikation sowie weitere Optionen zur konfliktärmeren Kommunikation anwenden und Dritten gegenüber weitervermitteln.

WEITERBEARBEITUNG

Es kann mit weiteren Kommunikationsmodellen, wie „Die Vier Seiten einer Botschaft“ nach Schulz von Thun, das Thema Kommunikationspsychologie vertieft werden. Außerdem kann das Unterrichtsbeispiel mit weiteren Einheiten zum Thema Frieden und Konflikt kombiniert werden, wie beispielsweise mit dem Unterrichtsbeispiel [„Die Vielfalt von Frieden“](#).

HINTERGRUNDINFORMATIONEN FÜR LEHRKRÄFTE

- <https://www.gfk-info.de/was-ist-gewaltfreie-kommunikation/>
[abgerufen am 27.11.2021]
- <https://www.gewaltfrei-online.de/was-ist-gewaltfreie-kommunikation/>
[abgerufen am 27.11.2021]
- <https://wortwuchs.net/vier-ohren-modell/> [abgerufen am 27.11.2021]

QUELLE

Konzipiert von „*Bildung für utopischen Wandel e.V.*“ als Teil des sächsischen Umsetzungsprojektes zum Orientierungsrahmen für den Lernbereich globale Entwicklung.

Dieses Unterrichtsbeispiel kann kopiert und frei verwendet oder weitergegeben werden.

ANLAGE 1: INPUT „GEWALTFREIE KOMMUNIKATION“

	Gewaltfreie Kommunikation	Lebensentfremdende Kommunikation	Empathische Reaktion auf lebensentfremdende Kommunikation
Beobachtung	Konkrete Handlungen, die wir beobachten und die unser Wohlbefinden beeinträchtigen. <i>„In der letzten Woche hast du dein Geschirr dreimal nach dem Essen auf die Spüle gestellt, und es stand dort jeweils bis zum Morgen. Dann habe ich es ab gespült.“</i>	Beobachtung und Bewertung werden vermischt. <i>„Du verhältst dich in der Küche total schlampig!“</i>	<i>„Du hast wiederholt dreckiges Geschirr vorgefunden?“</i>
Gefühl	Die Gefühle werden mit dem in Verbindung gebracht, was wir beobachten. <i>„Ich bin frustriert...“</i> <i>„Ich fühle mich in meiner Hilfsbereitschaft ausgenutzt...“</i> <i>„Ich bin angeekelt...“</i>	Keine Erläuterung über Zusammenhang der Situation mit dem Gefühl, sondern: Eine Interpretation wird als Gefühl geäußert. Schuldzuweisungen, Vorwürfe, Pauschalisierungen. <i>„Ich fühle mich provoziert, es ist dir total egal, dass hier so ein Dreck ist.“</i>	<i>„Bist Du frustriert ...“</i>
Bedürfnis	Bedürfnisse, aus denen Gefühle entstehen, werden betrachtet und mitgeteilt. <i>„... da ich, wenn ich in das Haus komme, eine Ordnung vorfinden möchte, die mir ein Entspannen möglich macht.“</i>	Das Bedürfnis wird nicht (klar) geäußert, stattdessen wird der andere moralisch verurteilt. <i>„Du bist total chaotisch“</i>	<i>„Wünschst du dir mehr Unterstützung?“</i>
Bitte	Um eine konkrete Handlung wird gebeten – auch Nichterfüllung ist in Ordnung. <i>„Sage mir bitte, ob du bereit bist, dein Geschirr nach dem Essen abzuspülen oder gemeinsam mit mir nach einem Weg zu suchen, wie unsere Bedürfnisse nach Ordnung erfüllt werden können.“</i>	Es wird eine Forderung gestellt. Bei Nichtbeachtung drohen Sanktionen. <i>„Wenn es in zwei Wochen nicht sauber ist, dann schmeiß’ ich dein Geschirr weg!“</i>	<i>„Wünschst du dir, dass wir eine konkrete Absprache über das Spülen machen?“</i>

ANLAGE 2: ARBEITSBLATT „GEWALTFREIE KOMMUNIKATION“

1. Analysiert die folgenden Aussagen darauf, ob sie eine einfache Wahrnehmung oder eine Bewertung sind. Kreuzt die jeweilige Spalte an

Beispiel	Wahrnehmung	Bewertung
Du hast keine Lust mit mir zu telefonieren.		
Du rufst mich nie zurück.		
Ich habe dich letzte Woche dreimal um einen Rückruf gebeten und keinen bekommen.		
Du hattest wohl Besseres zu tun, als die Hausaufgaben zu machen.		
Diese Woche habe ich nur einmal Hausaufgaben von dir gesehen.		
Du warst ziemlich faul.		
Ich habe sie im letzten Monat zweimal sonntags Rasen mähen gesehen.		
Können Sie denn nur sonntags Rasen mähen?		
Ihnen ist egal, dass ich sonntags meine Ruhe brauche.		

2. Interpretiert welches mögliche Bedürfnis sich hinter der Aussage verbirgt

Aussage	Mögliches Bedürfnis
Ich bin enttäuscht, weil du mir das nicht zutraust.	Vertrauen
Ich hab keinen Bock mehr.	
Niemand ruft mich an.	
Das Essen braucht aber ganz schön lange.	
Hört auf zu streiten.	
Jetzt reden wir schon seit Stunden über das Gleiche!	
Die zerreißen mich doch in der Luft.	

3. Verändert den Chatverlauf zwischen Maxi und Jona indem ihr gewaltfreie Kommunikation anwendet:

Na super! Das ist ja mal wieder typisch.
Langsam habe ich echt die Schnauze voll!

Du spinnst wohl, dass du mich hier schon
wieder einfach im Regen stehen lässt.

Ey, ich bin dir wohl ganz egal. 😒

Ja und, da kann ich ja wohl nichts dafür!!

Was denn los? Was willst du
schon wieder von mir?! 😞

Reg dich doch nicht so auf! Die 20
Minuten, die ich zu spät bin. Bin ja
gleich da, also stell dich nicht so an.

Hatte halt noch viel zu tun.

Ja, und ich etwa??