



KOMMUNIKATION UND KONFLIKT

Ein Satz, vier Botschaften

ZIELKOMPETENZEN

Mit dieser Lerneinheit trainieren die Lernenden ihre Kommunikations- und Konfliktkompetenz:

- ✓ Sie bauen gemeinsam als Gruppe Konzentration auf und gehen ins aktive Zuhören.
- ✓ Sie lernen das Kommunikationsmodell von Schulz von Thun kennen.
- ✓ Sie üben, Kommunikationsbeispiele anhand dieses Modells zu analysieren.

🕒 1 x 45 Min

Herausforderung für die Lernenden

Nicht nur im Privatleben, sondern auch in der Schule, im Praktikum und am Arbeitsplatz – unser Kommunikationsverhalten prägt unsere sozialen Beziehungen und hat großen Anteil am Erfolg oder Misserfolg einer Schul- und Bildungskarriere. Störungen in der Kommunikation sind dabei völlig normal und an der Tagesordnung. Solange uns aber die zugrunde liegenden Mechanismen von Kommunikation nicht bewusst sind, bleibt es jedoch schwierig Störungen zu verstehen und ihnen auf den Grund zu gehen.

Training

Die vorliegende Lerneinheit soll die Lernenden für grundlegende Mechanismen von Kommunikation sensibilisieren. Mithilfe des Kommunikationsquadrats, eines Modells des Psychologen Friedemann Schulz von Thun, analysieren sie Äußerungen auf ihre verschiedenen sprachlichen und nicht-sprachlichen Botschaften hin und trainieren so Störungen in der Kommunikation zu erkennen und Konflikten vorzubeugen.

Unterrichtsablauf

- + Warm up: Klatschsignale
- + Gruppenarbeit: Das Kommunikationsquadrat
- + Dokumentation und Reflexion

Didaktische Perspektive

Mehrsprachigkeit: Da es in der vorliegenden Lerneinheit nicht in erster Linie um Wissensvermittlung, sondern um den Erwerb und das Trainieren von überfachlichen Kompetenzen geht, ist Reflexion und Austausch ein wichtiges Element. Dies in einer Sprache zu tun, in der man sich gut ausdrücken kann, kann den Prozess nicht nur erleichtern, sondern auch zu tiefergehenden Ergebnissen führen. Wichtig ist hierbei, dass die Gruppen bei der Wahl der Sprache darauf achten, dass alle gleichberechtigt mitarbeiten können und niemand ausgeschlossen wird.

Weiterführende Informationen zum Kommunikationsquadrat:

<https://www.schulz-von-thun.de/die-modelle/das-kommunikationsquadrat>

Themenblock „Kommunikation und Konflikt“

Alle Lerneinheiten können **einzeln und für sich stehend** bearbeitet werden. Möchten Sie mehrere Einheiten des Themenblocks bearbeiten, schlagen wir folgende Reihenfolge vor:

1. Ein Konflikt ist
2. Unter der Oberfläche
3. Unerfüllte Bedürfnisse und Konflikt
4. Kommunikation ist mehr als Worte
5. Ein Satz, vier Botschaften
6. Aktiv zuhören und gewaltfrei kommunizieren

5 = vorliegende Lerneinheit

Warm up: Klatschsignale



- + Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Beginnen Sie und senden Sie ein Klatschsignal an die Person neben Ihnen. Der*Die Empfänger*in des Klatschens muss gleichzeitig mitklatschen. Es soll nur ein Klatschgeräusch zu hören sein. Danach dreht er*sie sich zu der nächsten Person um und klatscht ihr zu. Diese muss ebenfalls gleichzeitig klatschen. Gelingt das gleichzeitige Klatschen nicht, wird es wiederholt. Vielleicht entsteht mit der Zeit ein gleichmäßiger Rhythmus.
- + **Variante 1:** Klatschen 2 Personen nicht nur ein- sondern zweimal ändert sich die Richtung!
- + **Variante 2:** (eignet sich auch bei sehr großen Gruppen): Senden Sie ein Klatschsignal an eine beliebige andere Person im Kreis. Wichtig: Stellen Sie immer Augenkontakt her und zeigen Sie mit den klatschenden Händen deutlich auf den*die Empfänger*in. Das ist wichtig, damit das Signal sauber ankommt, insbesondere wenn später die Geschwindigkeit angezogen wird. Der*Die Empfänger*in sendet das Klatschsignal weiter an die nächste Person usw. Ziel der Übung ist es, als Gruppe in einen gleichmäßigen Rhythmus zu kommen, d. h. dass jeder hoch aufmerksam, aber gleichzeitig locker und entspannt ist. Das Weitergeben des Signals geschieht automatisch ohne nachzudenken.

Quelle: <https://improwiki.com/de/aufwaermspiele/klatschkreis>

Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=JCszYFUp3F4>

(Reihe „Circle Up: Improv in Every Classroom with Jeremy Babcock“)

Das Kommunikationsquadrat



- + Die Gruppe teilt sich in Kleingruppen zu 3 bis 4 Personen. Jede Person bekommt **Material 1**.
- + Die Lernenden lesen den kurzen Text zunächst jede*r für sich im eigenen Tempo, danach gemeinsam laut in der Gruppe.
- + Anschließend sehen sie sich gemeinsam das Kommunikationsquadrat an und sprechen gemeinsam darüber. Impulsfragen:

Was sagt das Modell: Wie funktioniert Kommunikation?

Welche vier Seiten hat Kommunikation?

Was sagt dieses Quadrat über Kommunikation?

Bei was kann das Quadrat helfen?

- + Anhand des Modells und der aufgeführten Fragen analysieren die Kleingruppen im Anschluss eines der vorgegeben Beispiele.

Welche Information gibt die Person über die Situation? (Sachinformation)

Was sagt sie über sich selbst? (Selbstauskunft)

Was möchte die Person? (Appell)

→ **Weiter auf Seite 4.**

- + Danach überlegen sich die Kleingruppen ein eigenes Beispiel (eine Aussage von einer Person), dieses Beispiel kann aus ihrem praktischen Erfahrungsschatz stammen oder frei erfunden sein. Sie analysieren die Sach-, Selbstauskunfts- und Appellebene der Aussage anhand der obenstehenden drei Fragen.
- + In einem abschließenden Klassengespräch können einzelne Beispiele präsentiert werden.
- + Fragen Sie die Lernenden zum Schluss der Stunde, ob ihnen das Kommunikationsquadrat als Modell interessant und hilfreich erscheint. Impulsfragen:

Findet ihr das Modell hilfreich?

Bei was / Wie kann es helfen?

Hat sich euer Wissen über Kommunikation durch das Modell verändert?

Denkt an die 4 Ohren: Gibt es ein Ohr, auf dem ihr besonders gut hört? Oder eines, auf dem ihr besonders schlecht hört? (Ihr müsst nicht laut antworten.)

Dokumentation und Reflexion



Laden Sie die Lernenden ein, die vergangene Lerneinheit Revue passieren zu lassen. Teilen Sie hierzu **Material 2** aus.



MATERIAL 1

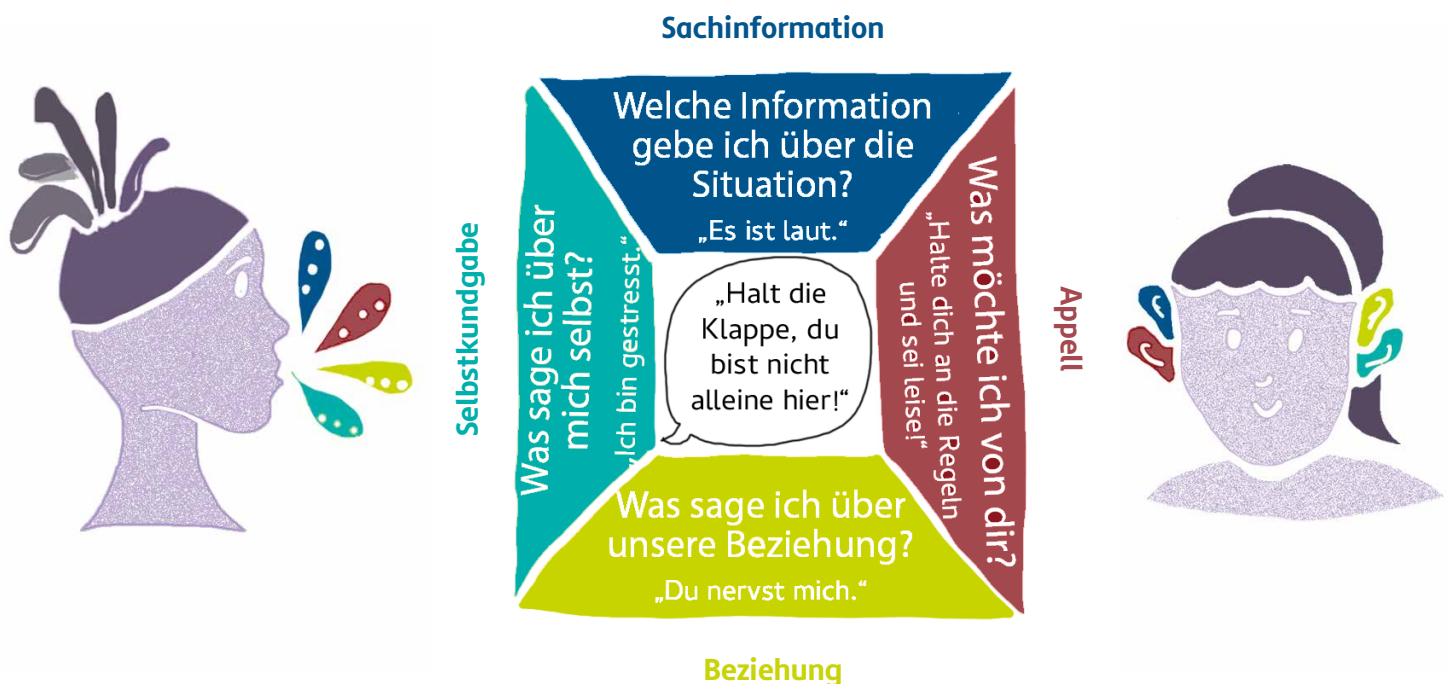
Ein Satz – vier Botschaften. Das Kommunikations-Quadrat



1a) Lest erst leise in eurem eigenen Tempo, dann einmal laut in der Gruppe.

Kommunikation ist manchmal kompliziert. Wir finden nicht immer die richtigen Worte. Manchmal verstehen wir auch etwas falsch. Warum ist das so? Kommunikation hat vier Seiten, wie ein Quadrat. Kein Mensch schafft es, immer alle 4 Seiten einer Kommunikation zu beachten. Bei Konflikten kann uns dieses Kommunikations-Quadrat aber helfen, alle 4 Seiten der Kommunikation genauer anzusehen und eine Lösung zu finden.

Der Satz „Halt die Klappe, du bist nicht alleine hier!“ (in der Mitte) hat diese 4 Seiten:



Kommunikationsmodell nach Schulz von Thun

Jede Nachricht hat diese vier Seiten. Wenn ich spreche, spreche ich also mit vier Mündern. Und wenn ich höre, höre ich mit vier Ohren. Die Menschen hören unterschiedlich gut auf den verschiedenen Ohren. Manche Menschen hören sehr gut auf dem „Beziehungs-Ohr“, andere Menschen hören sehr genau auf dem „Appell-Ohr“. Mit welchem Ohr hören Sie besonders gut?

1b) Wählt gemeinsam ein Beispiel und sprecht über die Fragen 1 bis 3.

Beispiele: „Die Musik ist viel zu laut.“ / „Sie sind ja schon wieder zu spät! So geht das nicht!“ / „Der Unterricht ist langweilig!“ / „Deine Tasche ist wirklich sehr schön!“

1. Welche Information gibt die Person über die Situation?
2. Was sagt sie über sich selbst?
3. Was möchte die Person?

1c) Wir alle kennen solche Situationen. Überlegt euch jetzt ein eigenes Beispiel in eurer Gruppe. Beantwortet die Fragen (1), (2) und (3) für dieses Beispiel.

MATERIAL 2

Dokumentation und Reflexion



Schreibe in der Sprache deiner Wahl.

1. Thema Kommunikation

a) Das war neu und interessant für mich:

b) Das war schwierig für mich:

2. Was denkst du: Hilft dir das Kommunikationsquadrat beim nächsten Konflikt? Warum ja? Warum nein?

3. Checkliste:



Ich verstehe, dass jede Kommunikation 4 Seiten hat.

Ich kann die 4 Botschaften von einem Satz mit dem Kommunikationsquadrat beschreiben.

Ich weiß, auf welchem der 4 Ohren ich besonders gut oder schlecht höre.

Impressum:

© SchlaU-Werkstatt für Migrationspädagogik gGmbH, 2022
www.schlau-werkstatt.de

Konzept: Nina Hille, Anja Kittlitz, Stefanie Studnitz, Melanie Weber

Autorin: Stefanie Studnitz

Projektsteuerung und Redaktion: Stefanie Studnitz und Melanie Weber

Diskriminierungskritische Beratung: DisCheck

Grafisches Konzept: Christina Knauer, München

Satz: Tim Schulz, Mainz

Illustration: Stefanie Studnitz

Bildquellennachweis: Material 1: S. 7: © christina-wocintechchat auf unsplash; © Florian Bachmeier Fotografie; S. 8: © Florian Bachmeier Fotografie; S. 9: © Robin Higgins auf pixabay

Text und Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt.

Das Material kann in Schulen zu Unterrichtszwecken vergütungsfrei vervielfältigt werden.