

3. Leipziger Frühjahrssymposium Sprache & Kommunikation Sprachbrücken bauen 16. Mai 2014

Workshop:

Kinder lösen Konflikte selbst

Wertschätzende Kommunikation im pädagogischen Alltag anwenden

Wertschätzende Kommunikation ist heute eine gefragte soziale Kompetenz, um selbstbestimmt und wirksam in interkulturellen und heterogenen Gruppen zu handeln. Zur Wertschätzenden Kommunikation gehört mehr als nur reden können, sie ist soziales Handeln. Zur Wertschätzenden Kommunikation gehören die Fähigkeiten zum aktiven Zuhören, zum Perspektivenwechsel, zur Empathie, ebenso wie die Fähigkeiten zum Kooperieren, zur Partizipation, zu Fairness in Entscheidungsprozessen und zu einer aktiven Unterstützungskultur.

Wertschätzende Kommunikation ist die bewusste Entscheidung für ein offenes, gewaltfreies Miteinander von Menschen auf der Basis von Empathie. Sie baut auf dem Kommunikationsmodell der *nonviolent communication* nach Marshall Rosenberg auf (www.cnvc.com).

Rosenberg geht davon aus, dass Menschen prinzipiell zu Respekt, Kooperation und friedlichem Verhalten bereit sind. Dies gelingt, wenn sie darauf vertrauen können, dass ihre Bedürfnisse nicht überhört oder übergangen werden, sondern gehört, respektiert und in die Handlungen des anderen einbezogen werden.

Ziele der Wertschätzenden Kommunikation

Für sich selber eintreten - gewaltfreie Selbstbehauptung

- eigene Bedürfnisse erfüllen, ohne die der anderen, zu beeinträchtigen und ohne Gewalt einzusetzen
- offen eigene Positionen vertreten, ohne Abwehr und Feindseligkeiten zu erwecken

Den Anderen empathisch zu verstehen und zu unterstützen - Empathie

- über Empathie motivieren statt, mit Angst, Scham und Schuldgefühlen
- Verbindung und Kontakt zu anderen Menschen zu schaffen, die auf Partnerschaft, Kooperation und Wertschätzung basieren

Grundannahmen der Wertschätzenden Kommunikation

- Alles was Menschen tun, dient ihren Bedürfnissen.
- Wenn wir unsere Bedürfnisse anderen ohne Vorwurf, ohne Kritik und ohne Bewertungen mitteilen können, steigt die Chance ihrer Erfüllung. Wenn wir jemanden beurteilen, ist es sehr schwer zu bekommen, was wir brauchen.
- Menschen sind soziale Wesen und sehnen sich nach wertschätzender Verbindung und Mitgefühl.

Das Bedürfniskonzept

Das **Vier Schritte Modell** (Beobachtung – Gefühl – Bedürfnis – Bitten) unterstützt darin, hinter allem, was Menschen tun, auch hinter Bewertungen, Aggressionen und Verurteilungen, Bedürfnisse zu entdecken. Die Bedürfnisse zeigen, dass jemand nicht gegen andere, sondern für sich handelt. Über Bedürfnisse ist erfahrbar, was dem anderen wichtig ist und was er braucht, um sich wohlfühlen. Werden Bedürfnisse beim Anderen erkannt und anerkannt lassen sich eher konstruktivere Strategien

und Lösungswege bei Konflikten finden. Die Chance steigt, dass sich Bedürfnisse erfüllen, ohne in Konflikt mit anderen zu geraten. Das Bedürfniskonzept von Marshall Rosenberg ist der Schlüssel für wechselseitiges Verständnis und Empathie.

Wohlbefinden und Lebensfreude hängen wesentlich davon ab, ob eigene Bedürfnisse erfüllt sind. Sind eigene Bedürfnisse nicht oder unzureichend erfüllt, erleben Menschen Frust und fühlen nur eingeschränkt Freude und Wohlfühle. Trotz dieser hohen Bedeutsamkeit eigener Bedürfnisse für das eigene Wohlbefinden, das Leben und Überleben haben viele Menschen nur vage Vorstellungen von ihren Bedürfnissen.

In der **pädagogischen Praxis** wird Folgendes berücksichtigt:

Die Sprache lenkt die Aufmerksamkeit. Wird ein Kind in einer Konfliktsituation gefragt: „Warum hast du das getan?“, dann wird die Aufmerksamkeit auf Gründe gelenkt. Oft neigt das Kind dazu die Gründe im anderen Kind zu sehen. Dann entstehen leicht Beschuldigungen. Wird das Kind dagegen gefragt: „Was ist passiert?“, dann rekonstruiert das Kind die Situation und reflektiert die Situation eher sachbezogen ohne zu beschuldigen.

Die Pädagog_innen begegnen dem Kind als **vorurteilsbewusste Beobachter_innen**, die sich dem Kind zuwenden und herausfinden, welche Interessen und welche dahinterliegende Bedürfnisse das Kind gerade verfolgt. Sind die **Interessenspunkte und Bedürfnisse des Kindes** klar, dann können zeitnah Angebote gemacht werden.

Die Pädagog_innen geben dem Kind Unterstützung, es selber zu tun, statt für das Kind die Konflikte zu lösen (**Hilfe zur Selbsthilfe**). Die pädagogischen Anliegen werden in abwechslungsreichen Tätigkeiten zum Erproben angeboten. Die Pädagog_innen erklären nicht so viel, sondern, bieten dem Kind vielfältige Gelegenheiten an, es im Tun selber in Erfahrung zu bringen (**Selbstwirksamkeit**).

Durch das Formulieren von klarer Beobachtungen, Gefühle und Bedürfnisse sowie das Formulieren der eigenen Anliegen in Form von Bitten erfolgt eine **Wortschatzerweiterung** (Gefühlswörter, Bedürfniswörter). Durch die Pädagog_innen werden wenige Worte eingesetzt, jedoch genaue Bezeichnungen des Beobachtbaren gefördert.

Warum Wertschätzende Kommunikation?

Wertschätzende Kommunikation hat nicht das Anliegen jemanden zu sagen, was richtig oder falsch ist, wer die Guten oder die Schlechten sind. Genau vor diesem Denken in Feindbildern schützt Wertschätzende Kommunikation. In der Wertschätzenden Kommunikation werden hinter jeder Handlung, jedem Wort, nicht vordergründig Negatives vermutet, sondern erkundet, was derjenige fühlt und braucht. Vermutete Gefühle und Bedürfnisse werden ausgesprochen und überprüft, um auch in festgefahrenen Situationen wieder **handlungsfähig** zu werden. Gelingt es nicht die Übersetzungsarbeit von Kritik in Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken, dann braucht derjenige zuerst Kontakt mit seinen eigenen Gefühlen und Bedürfnisse.

Wertschätzung in diesem Sinne bedeutet also nicht Loben oder alles nur „positiv sehen“, sondern im Kontakt mit eigenen Gefühlen und Bedürfnissen zu sein. Statt zu verurteilen, werden die Gefühle und Bedürfnisse wahrgenommen und in den Handlungen berücksichtigt.

“In dem Moment, wo man Menschen dazu bringen kann, darüber zu reden, was sie möchten, anstatt darüber, was mit der anderen Person nicht stimmt, sieht man sofort eine Möglichkeit für den Beginn einer Lösung.”

Marshall Rosenberg

Bearbeitete Auszüge aus: Müller, Marion & Pörschmann, Norman. Verbale Aspekte Wertschätzenden Kommunikation im Kindergarten. Ein Handbuch auf der Basis der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg. (2009) In: Beiträge zur Bildungsgesundheit Band 7, Empathie-Schule 1, Hrsg: Marcus Stück, Schibri-Verlag. Ort: Berlin-Milow-Strasburg.