

# Übersicht über sich ergänzende Kommunikationsstrategien

Wann ist Aktives Zuhören angesagt und wann sollte man Ich-Botschaften senden?

<b>Ich-Botschaften</b> <b>„ich“</b>	<b>Aktives Zuhören</b> <b>„du“</b>	
Ich möchte <b>eine Information übermitteln</b> <b>mich mitteilen</b>	Ich möchte <b>Mitgefühl und Verständnis signalisieren</b> <b>mich einfühlen, dem anderen zuhören</b>	
geeignet für ... - <b>Lob / Tadel</b> - <b>Wünsche</b> - <b>Anweisungen</b> - <b>persönliche Sichtweise und Meinungen</b> - <b>eigene Wahrnehmungen</b>	geeignet um ... - <b>Akzeptanz / Zuneigung zu bekunden</b> - <b>Interesse zu signalisieren</b> - <b>Mitgefühl zu zeigen</b> - <b>Trost / Mut zu zusprechen</b> - <b>Missverständnissen vorzubeugen</b>	
<b>Förderliche Kommunikation</b> Der Lehrer - gibt klare und eindeutige Anweisungen - nimmt Stellung zu einem Problem - bekundet z.B. seinen Ärger / seine Freude - macht sichtbar, was er wahrgenommen hat	<b>Förderliche Kommunikation</b> Der Lehrer - beschreibt, was er sieht - wiederholt, was er wahrgenommen hat - lässt sich bestätigen, ob er das Gehörte zutreffend aufgefasst hat - ermutigt den Schüler zum Weiterreden	
<b>Faustregeln</b> <b>Dem anderen nie sagen, was er zu denken, zu tun usw. hat</b>  ✍ - <b>bei sich bleiben</b> - <b>Transparenz zu seinen Überlegungen herstellen</b> - <b>die passende Distanz halten</b>	<b>Faustregeln</b> <b>nicht kommentieren</b> <b>nicht ausfragen</b> <b>nicht von sich reden</b>  ✍ - <b>beschreiben, was man wahrnimmt</b> - <b>wiederholen, was der andere sagt</b> - <b>nachfragen, ob man es richtig verstanden hat</b>	
	<b>Doppeln</b>	<b>Spiegeln</b>
	„mh“ Satzteile wiederholen	Gefühle des anderen in Worte fassen
	den Schüler ermutigen weiterzureden	dem Schüler helfen, Klarheit zu gewinnen
<b>Beispiele</b>		
<b>Wünsche</b> „Ich möchte mit dieser Stunde das Thema abschließen.“ <b>Bedürfnisse</b> „Ich kann mich bei dieser Lautstärke nicht konzentrieren.“ <b>Meinung</b> „Mir gefällt das Diagramm besser als der tabellarische Vergleich.“ <b>Lob / Tadel</b> „Es freut mich, dass ihr so sorgsam mit den Mikroskopen umgegangen seid.“ <b>Anweisungen</b> „Ich erwarte eine saubere Tafel vorzufinden, wenn ich den Klassenraum betrete.“	<b>Akzeptanz</b> „Du hast viel gelernt für diese HÜ.“ <b>Interesse</b> „Und dann bist du hinterher gegangen?“ <b>Mitgefühl</b> „Das ist dir bestimmt schwer gefallen.“ <b>Trost / Mut</b> „Du bist ganz mutlos, sehe ich. Aber du hast Fortschritte gemacht, auch wenn es noch nicht für ein „ausreichend“ langt.“ <b>Missverständnissen vorbeugen</b> „Habe ich euch richtig verstanden, ihr wolltet nur eben schnell noch ins Sekretariat?“	