

4.7 Was Kommunikation hemmt

Ziel

Die S erfahren und beschreiben, wodurch Kommunikation beeinträchtigt werden kann und wie man mit schwierigen Kommunikationssituationen umgehen kann. Sie bauen Strategien auf und erweitern ihre kommunikative Handlungskompetenz.

7.–9. Kl.

45–60 Min.



Material:
vorbereitete Wandtafel;
evtl. Kopien des Arbeitsblattes
«Kommunikationshemmer»
(Kopiervorlage siehe
nächste Seite).

Ablauf:

- Vor Beginn der Lektion hat die LP eine Liste mit «Kommunikationshemmern» an die Wandtafel geschrieben (siehe die fettgedruckten Begriffe auf dem Arbeitsblatt auf der nächsten Seite).
- Die Liste wird mit der Klasse betrachtet und kommentiert. Die S sollen sich einen Titel ausdenken. Falls nichts Passendes gefunden wird, schlägt die LP den Titel «Kommunikationshemmer» vor. Die einzelnen Punkte werden evtl. nochmals unter dem Aspekt durchgesehen, wie jeder von ihnen ein Gespräch oder eine andere Kommunikationssituation blockieren kann. Sicher können die S dazu Beispiele aus der eigenen Erfahrung beitragen.
- In einem Rollenspiel soll nun erlebt und konkretisiert werden, welche Auswirkungen die genannten Verhaltensweisen haben können. Es sind zwei Rollen erforderlich: jemand (Rolle A), der ein normales Gespräch führen möchte (z. B. über die Schule oder über Hobbys), und jemand (Rolle B), der die Kommunikation immer wieder durch Kommunikationshemmer wie Unterbrechen, unangemessene Fragen etc. stört. In einem ersten Durchgang kann die LP die Rolle B übernehmen, sofern keine Gefahr besteht, dass die S dies falsch verstehen.
- Das Rollenspiel ist auf 5 Minuten begrenzt. Rolle B will das Gespräch dominieren und zum «Absturz» bringen; Rolle A versucht es immer wieder partnerschaftlich weiterzuführen.
- Kurze Diskussion/Reflexion/Analyse; dann 2–3 weitere Durchführungen mit anderen S.
- Schlussreflexion: Wie haben sich die S in Rolle B gefühlt? Wie jene in Rolle A? Gibt es eurer Meinung nach Kommunikationsmuster oder -hemmer, die typisch für eine Kultur, für ein Geschlecht oder eine Altersgruppe sind? Welche Strategien wendet ihr persönlich in Situationen an, in denen jemand die Kommunikation zu torpedieren versucht?
- Zur Vertiefung evtl. Austeilen und Lektüre des Arbeitsblattes «Kommunikationshemmer».

Kommunikationshemmer	So macht man's (besser nicht!)
<p>Unterbrechen:</p> <p>Unterbrechungen sind wohl der häufigste Grund, warum eine Kommunikation gestört sein kann. Sie vermitteln das frustrierende Gefühl, dass das Gegenüber gar nicht zuhört und einen nicht ernst nimmt.</p>	<p>Funke immer wieder dazwischen, wenn dein Gegenüber spricht – z. B. mit Kommentaren über dich und Dinge, die du erlebt hast.</p>
<p>Ungebetene Ratschläge erteilen:</p> <p>Niemand bekommt gerne ungebetene Ratschläge. Äußerungen wie: «Wenn ich du wäre ...», oder: «Wenn du mich fragst ...», sind oft ein rotes Tuch. Sie sagen: «Ich bin dir überlegen». Ungebetene Ratschläge können dazu führen, dass dein Gegenüber sich hilflos und dumm fühlt.</p>	<p>Gib viele ungebetene Ratschläge. Super sind Redewendungen wie: «Wenn ich du wäre ...», «Ich finde, du solltest ...», «Mach es besser mal so ...», «Wenn du mich fragst ...» usw.</p>
<p>Bewerten:</p> <p>Wenn du deinem Gegenüber erklärst, dass seine Ideen oder Gefühle falsch sind, vermittelst du den Eindruck, dass du es besser weißt. Das führt oft zu Verteidigungsverhalten oder Verletzungen. O.k. ist, wenn du eine Bewertung als deine ganz persönliche Sicht formulierst.</p>	<p>Bewerte dein Gegenüber und alles, was er/sie sagt. Mittel dazu: «Viel besser wäre ...», «Das ist objektiv gesehen Unsinn ...», «So geht das sicher nicht ...» usw.</p>
<p>Interpretieren:</p> <p>Wer die Äußerungen seines Gegenübers ständig interpretiert oder analysiert, vermittelt den Eindruck, es besser zu wissen und sein Gegenüber nicht ernst zu nehmen, so wie es ist.</p>	<p>Analysiere alles, was dein Gegenüber sagt. Z. B. so: «Du denkst wohl, es sei so und so, da irrst du aber ...», «Du weißt eben nicht, wie du damit umgehen sollst» usw.</p>
<p>Dominieren:</p> <p>Sich mit jemandem zu unterhalten, der immer etwas Besseres oder Interessanteres zu erzählen weiß, ist demotivierend. Das Gegenüber wird sich bald entweder frustriert zurückziehen oder aggressiv reagieren.</p>	<p>Reiße das Gespräch an dich und mach klar, dass du es besser weißt: «Nein, das ist so und so ...», «Da habe ich noch etwas viel Spannenderes erlebt».</p>
<p>Unangemessene Fragen stellen:</p> <p>Wer dauernd Fragen stellt, statt zunächst einmal zuzuhören, treibt sein Gegenüber in die Defensive. Wenn du zu viel fragst, lenkst du dein Gegenüber ab und vermittelst den Eindruck von Misstrauen und Kontrolle.</p>	<p>Stelle in herausforderndem Ton Frage auf Frage: «Warum bist du da hineingegangen?», «Wen hast du getroffen?», «Was soll das überhaupt bedeuten?» usw.</p>
<p>In Frage stellen, beschuldigen, widersprechen:</p> <p>Wer alles in Frage stellt, was das Gegenüber sagt, wer dessen Ideen immer heruntermacht, macht eine partnerschaftliche, gleichwertige Kommunikation unmöglich.</p>	<p>Widersprich dauernd und sag deinem Gegenüber, wie falsch es liegt: «Du hast Unrecht», «Das kann gar nicht sein» usw.</p>
<p>Kritisieren, beschimpfen, demütigen:</p> <p>Negative, ironische, zynische oder sarkastische Kommentare wirken besserwisserisch und demotivierend. Kaum jemand möchte ein Gespräch fortsetzen, bei dem er/sie beschimpft und klein gemacht wird.</p>	<p>Mach sarkastische, negative Bemerkungen, z. B.: «Du hältst dich wohl für superschlau», «Du hattest ja noch nie ein gutes Gespür für Menschen» usw.</p>