

D 2.28

Kommunikation und Gesprächsführung

Gewaltlose Kommunikation als Basis einer modernen Schule – Teil 1: Theoretische Grundlagen

Alessandro Totaro, Lehrer und Lehrbeauftragter für Didaktik an der Pädagogischen Hochschule



© RAABE 2025

© skynesher / E+ / Gettyimages

Eine wichtige und häufig wiederkehrende Aufgabe von Lehrkräften ist das Lösen von Konflikten. Hierbei ist eine gute Beziehung zwischen Lehrkraft und Lernenden besonders wertvoll. Warum Empathie dabei eine wichtige Rolle spielt und welche weiteren Kompetenzen in der Gesprächsführung dazu beitragen, den Lernerfolg bei Lernenden nachhaltig zu beeinflussen, zeigt die Theorie der gewaltlosen Kommunikation.

KOMPETENZPROFIL

Zielgruppe:	Lehrkräfte, Schulleitungsteams
Schlüsselbegriffe:	Empathie, Einfühlsamkeit
Einsatzfeld:	Didaktik, Gesprächsführung
Thematische Bereiche:	Gewaltlose Kommunikation

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	3
2. Die Theorie der „Gewaltlosen Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg	4
2.1 Wie wird der Begriff „Gewaltlose Kommunikation“ durch Rosenberg definiert?	
2.2 Wie kann die Theorie im Schulalltag helfen?	7
Literatur	13

VORANSICHT

1. Einleitung

Der Psychologe Marshall Rosenberg (06.10.1934 – 07.02.2015) hat die Theorie der Gewaltlosen Kommunikation aufgestellt. Er nennt sie auch die Sprache des Friedens. Ihm war es wichtig, dass die Menschen gewaltfrei Konflikte lösen können, ohne dabei den anderen zu beleidigen, zu verurteilen oder zu beschuldigen. Seine Vision ist heute in unserer Welt größtenteils immer noch nicht zur Realität geworden, da es weltweit viele Kriege und Konflikte gibt. Dennoch lohnt es sich, seine Theorie und seine Ansätze zu lesen und diese im Alltag umzusetzen, denn auf diese Weise kann man ein Stück Frieden in den Lebensalltag und in die Schule holen und an diesem Ort fördern.

Im Studium zur Lehrkraft lernen die Studierenden fachliches und fachdidaktisches Wissen. Sie vertiefen ihr fachwissenschaftliches Wissen in Ihrem Lehrfach und lernen in der jeweiligen Fachdidaktik, wie sie dieses Fachwissen optimal an die Schülerinnen und Schüler vermitteln können.

Jedoch werden leider Basiskompetenzen wie Kommunikationswerkzeuge für die Schulpraxis meist nur oberflächlich gelernt. Dabei sind diese Kompetenzen entscheidend, da sie den Unterrichtsalltag für die Lehrkraft und für die Jugendlichen positiv beeinflussen können. Nimmt man beim Erwerb dieser Basiskompetenzen die gewaltlose Kommunikation nach Marshall Rosenberg als Grundlage, so werden die Unterrichtsatmosphäre und sicherlich auch der Lernerfolg bei den Jugendlichen enorm beeinflusst.

Marshall Rosenberg betont jedoch, dass die Empathie eine wichtige Voraussetzung ist, um sich auf den Weg der gewaltlosen Kommunikation zu machen. „Was ich in meinem Leben will, ist Anfühlbarkeit, ein Fluss zwischen mir und anderen, der auf gegenseitigem Geben von Herzen beruht“ (Rosenberg 2001, S. 17).

In seiner Theorie ist die Empathie erforderlich, um sich auf die vier Phasen der gewaltlosen Kommunikation einzulassen. Diese Phasen werden später im Beitrag erläutert.

Durch Ihre Erfahrungen aus der Schulpraxis habe ich bereits einige Situationen im Schulalltag erlebt. Vor allem in den ersten Jahren als „Anfänger-Lehrer“ sind mir häufig unbewusste Fehler passiert, die mir jetzt durch die erneute Betrachtung durch die Brille der gewaltlosen Kommunikation klar werden.

Es gibt Situationen, die sich häufig wiederholen: schwierige Schülerinnen und Schüler im Klassenplenum, schwierige Elterngespräche oder Unstimmigkeiten im Kollegium. In Teil 2 der Beitragsreihe möchte ich Ihnen beispielhaft zu unterschiedlichen Szenarien Negativ- und Positiv-Beispiele präsentieren. Durch diese Beispiele soll deutlich werden, wie die Umsetzung von Rosen-

bergs Theorie in der Schulpraxis aussehen kann. Sollten Sie sich selbst in den Negativ-Beispielen wiedererkennen, so ist es an dieser Stelle wichtig zu erwähnen, dass auch wir, Lehrkräfte, Menschen sind. Und manchmal, wenn der Schulalltag voller Stress ist, wir nachmittags korrigieren und abends Elternabende haben, dann ist es in so einer Woche schwierig die theoretischen Ansätze von Rosenberg umzusetzen. Fehler dürfen passieren. Und wenn Ihnen ein Fehler passiert und sie an einem Tag nicht gewaltlos kommunizieren, so können Sie sich dafür entschuldigen. Auch dies kommt bei den Jugendlichen sehr gut an, da Sie dadurch zeigen, dass auch Sie als Erwachsene bereit sind Ihr Handeln zu reflektieren und aus Fehlern zu lernen.

Ich bin voller Hoffnung und Zuversicht, dass dieser Beitrag Sie darin bestärken wird, sich mit der Theorie der Gewaltlosen Kommunikation tiefer zu befassen. Wenden Sie dieses faszinierende und besondere Wissen an, um Ihren Lebensalltag in der Schule zu verändern. Ich selbst habe es bereits getan und die Theorie bewusst im Alltag umgesetzt. Die Lernenden haben es sehr schnell gemerkt und mir ein positives Feedback gegeben, da ihnen eine respektvolle, freundliche und wertschätzende Beziehung mit der Lehrkraft und Lernenden wichtig ist.

2. Die Theorie der „Gewaltlosen Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg

2.1 Wie wird der Begriff „Gewaltlose Kommunikation“ durch Rosenberg definiert?

Der Psychologe Marshall Rosenberg hat viele Bücher geschrieben, die in zahlreiche Sprachen übersetzt wurden, um seine Theorie näher zu erläutern. Seine Theorie wird in diesem Beitrag nur sehr grob skizziert, jedoch werden die wesentlichen Inhalte zusammengefasst. Wie bereits in der Einleitung erwähnt, ist die Empathie eine wichtige Voraussetzung, um die gewaltlose Kommunikation umzusetzen.

Wissenschaftler wie John Hattie konnten nachweisen, dass Lernende bei empathischen Lehrkräften gute Leistungen erzielen, da es eine Kohärenz zwischen der emotionalen Sicherheit und der Lernfähigkeit gibt. Negative Gefühle wie Wut, Angst oder Feindseligkeit beeinflussen unser Gehirn negativ und hemmen es in seiner Leistungsfähigkeit. Die negativen Gefühle bewirken die Ausschüttung von Stresshormonen und diese wiederum bewirken, dass sich die Jugendlichen weniger konzentrieren können. Eine Lehrkraft, deren Beziehungskompetenz und Empathiefähigkeit stark ausgeprägt sind, hat einen enormen und evidenten Einfluss auf den Schulerfolg von Jugendlichen. (Vgl. Hattie 2013)

Mehr Materialien für Ihren Unterricht mit RAAbits Online

Unterricht abwechslungsreicher, aktueller sowie nach Lehrplan gestalten – und dabei Zeit sparen.
Fertig ausgearbeitet für über 20 verschiedene Fächer, von der Grundschule bis zum Abitur: Mit RAAbits Online stehen redaktionell geprüfte, hochwertige Materialien zur Verfügung, die sofort einsetz- und editierbar sind.

- ✓ Zugriff auf bis zu **400 Unterrichtseinheiten** pro Fach
- ✓ Didaktisch-methodisch und **fachlich geprüfte Unterrichtseinheiten**
- ✓ Materialien als **PDF oder Word** herunterladen und individuell anpassen
- ✓ Interaktive und multimediale Lerneinheiten
- ✓ Fortlaufend **neues Material** zu aktuellen Themen



Testen Sie RAAbits Online
14 Tage lang kostenlos!

www.raabits.de

