



## Gewaltfreie Kommunikation

Gewalt beginnt nicht erst dort, wo die Fäuste fliegen. Auch und gerade in der verbalen und nonverbalen Interaktion können Schülerinnen und Schüler sich Gewalt antun. Von der hämischen Seitenbemerkung über die gezielte Beleidigung bis hin zur aggressiven Drohgebärde gibt es hierbei ein breites Spektrum an mehr oder minder subtilen Formen der bewussten oder unbewussten Herabwürdigung.

Unter Bezugnahme auf das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) von Marshall B. Rosenberg wird in dieser Fortbildung aufgezeigt, wie man erlernen kann, weitestgehend auf verbale und nonverbale Gewalt zu verzichten. Die GFK kann dazu beitragen, ein positives Lernumfeld zu schaffen, indem sie Schüler\*innen und Lehrkräfte befähigt, Konflikte konstruktiver zu lösen. Dazu lernen sie, eigene Gefühle und Bedürfnisse besser zu erkennen und diese in Gesprächssituationen klarer zu artikulieren. Eingeübt werden zudem Zuhörstrategien, um sich besser in ein Gegenüber hineinversetzen zu können.

Auch das konkrete Kommunikationsverhalten der Lehrkräfte im Unterricht spielt dabei eine wichtige Rolle. Was man sagt und wie man es sagt, trägt wesentlich dazu bei, die Lehrer-Schüler-Kommunikation von schädlichen Mikro-Aggressionen zu befreien, die einzeln betrachtet harmlos wirken mögen, in der Summe jedoch ein Klima der Konfrontation erzeugen können.

Praktische Übungen stehen in dieser Veranstaltung im Vordergrund. Indem man Äußerungen umformuliert und auch Gestik oder Mimik gezielt modifiziert, kann man - wie sich schnell zeigt - dem Inhalt einer Äußerung eine ganz andere Färbung geben und damit die Gesprächsatmosphäre nachhaltig verbessern. Darüber hinaus kann in dieser Veranstaltung auch die Erstellung einer Projektreihe für die Schüler\*innen oder die Erarbeitung von Leitlinien für die Team-Kommunikation thematisiert werden.

- Erscheinungsformen von verbaler und nonverbaler Gewalt
- Analyse und Prävention nach Rosenberg
- Bedürfnisse formulieren, Gefühle einordnen
- Perspektivübernahme üben
- praktische Beispiele und Übungen