

„Wie sage ich es besser?“ – Warum Ich – Botschaften?

1. Sachanalyse

Gerade in der Schule sind nicht nur Lehrerinnen und Lehrer, sondern besonders auch Schülerinnen und Schüler in einer Vielzahl von sozialen Interaktionen verbunden. Dabei ist es häufig unvermeidbar, dass diese sozialen Ereignisse die Beteiligten enttäuschen oder als unbefriedigend empfunden werden. In der Schule gibt es rasche Wechsel die ein hohes Konfliktpotential bergen; es müssen unterschiedlichste Stimmungen, Erwartungen, Zuschreibungen, Anliegen, Gewohnheiten, Interessen und Gefühle bewältigt werden. Dabei kann leicht jemand enttäuscht werden. Zumeist sind es die Grundschul Kinder, welche solchen Unachtsamkeiten und Missverständnissen in ihrem sozialen Umfeld besonders ausgesetzt sind.

Grundschul Kinder müssen ihre eigene Position im Umgang mit anderen aber noch finden und festigen. Sie haben noch keine soziale Routine, die sie befähigt Unterschiede zwischen ihren eigenen Wünschen und Bedürfnissen und dem tatsächlichen Verhalten von Anderen entspannt zu verarbeiten. Ihr großes Bedürfnis nach emotionaler Zuwendung, nach Gewissheit und Sicherheit macht sie empfindlich für Enttäuschungen und Zurückweisungen. Auch das ist ein Grund für die große Aufmerksamkeit auf den Umgang der Kinder untereinander, als der Umgang mit Lehrer oder Schule.

Grundsätzlich belasten Missverständnisse und ungeklärte Enttäuschungen auch das Klassenklima. Bereits in der Grundschule kann man eine Gewöhnung an den Umgang mit Unachtsamkeit und Nachlässigkeit miteinander beobachten; Konflikte enden eher mit Sieger- und Verlierergefühlen als mit Lösungen, die dann auch noch akzeptiert werden. Beachtet werden Konflikte aber erst dann, wenn sie den Unterricht aber nicht den Umgang der Kinder untereinander beeinträchtigen.

Meistens führen Enttäuschungen, oder eben die subjektive Wahrnehmung der Einzelnen an einem Konflikt beteiligten Personen zu Aggressionen, dabei spielt der Gedanke ungerecht behandelt zu werden eine große Rolle.

Deshalb sind wichtige Voraussetzungen für einen konstruktiven Umgang miteinander, die Einsicht in die Verschiedenheit von Interessen, deren Sichtweisen und Interpretationen. Zweitens sollten die Kinder in der Lage sein, die Perspektiven von anderen zu berücksichtigen. Ein weiterer wichtiger Punkt ist außerdem das Bemühen um Verständigung. Sich selbst in die Lage zu versetzen, den anderen zu erfahren, seine Sichtweisen und Beweggründe zu berücksichtigen ist eine Voraussetzung für Anerkennung.

Zusammengefasst wird unter Anerkennung eine Haltung verstanden, die den anderen als eine Person mit eigenen Wünschen, Bedürfnissen und Interessen anerkennt, ungeachtet der Leistung dieser Person oder des Nutzen dieser für einen selbst.

Anerkennung der eigenen Person durch andere gilt als anthropologisches Grundbedürfnis.

Dabei ist entscheidend die eigene Haltung, dem anderen im Umgang miteinander Rechte und Bedürfnisse einzuräumen. Jeder hat das Recht, auf Diskretion und Wohlbefinden sowie darauf gemocht zu werden, sich ein eigenes Urteil zu bilden und besonders das Recht sich zu erklären und verstanden werden zu wollen.

Wer das berücksichtigt, kann den achtsamen Umgang miteinander praktizieren; das erfordert eine Bereitschaft nachzufragen, wenn man den anderen nicht verstanden hat. Zuversicht und Vertrauen; z.B. dem anderen zuhören und sich etwas von ihm sagen lassen. Außerdem den anderen an der Lösung des Problems beteiligen und sich in Geduld üben, auch wenn einem nicht gefällt, was der andere sagt oder tut.¹

Hier setzen die Ich – Botschaften an.

Sie sollen helfen, sich genau auszudrücken und ohne Vorwürfe Gedanken, Haltungen und Wünsche möglichst transparent zu äußern.

Ich – Botschaften kommen häufig besser an, als Du – Botschaften, welche wir häufiger senden. Mit Du – Botschaften greift man eher an, sie enthalten meist einen Vorwurf an das Gegenüber. Mit einer Ich – Botschaft übernimmt der Sender die Verantwortung für sein Unwohlsein auf sich selbst teilt dies seinem Gegenüber

¹ Kahlert, J., Sigel, R., Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule. BZgA. 2002. Braunschweig. Westermann. S. 10ff

deutlich mit. Die Verantwortung für das Handeln des anderen bleibt ihm selbst überlassen. Ich – Botschaften fördern die Bereitschaft sich zu ändern, außerdem enthalten sie keine negative Wertung des anderen und verletzen dadurch nicht.² Ziele sind dabei:

- verschiedene Interessenslagen wahrzunehmen, auch in Konflikten an denen man selbst beteiligt ist.
- lernen Beobachtungen von Bewertungen zu trennen.
- erkennen, wie man Gefühle und Bedürfnisse ausdrückt ohne zu kritisieren, zu verurteilen oder anzuklagen.
- eigene Anliegen formulieren zu können, ohne unter Druck zu setzen zu manipulieren, oder gar zu drohen.³

2. Didaktisch – methodische Reduktion

In der Unterrichtseinheit sollen die Schülerinnen und Schüler anhand von zwei Hörbeispielen den Vorteil und die Inhalte von Ich – Botschaften erkennen und anwenden. Während dem Hören sollen sie sich durch aktives Zuhören einen Zugang zu den Streits verschaffen. Sie notieren sich jeweils, wie die Kinder im Beispiel miteinander streiten. In einer folgenden Phase werden die Unterschiede und die Vorteile von Ich – Botschaften verbalisiert; im Unterrichtsgespräch, im Tafelkino sowie in Partnerarbeit, und in einem Tafelbild festgehalten.

Grundsätzlich sollen drei wesentliche Merkmale von Ich – Botschaften herausgearbeitet werden:

- „Ich sage dem anderen was mich stört, ohne ihn zu beleidigen“
- „Ich sage was ich fühle“
- „Ich sage deutlich, was ich mir wünsche: Ich formuliere eine Bitte oder einen Wunsch“

In einer letzten Phase soll an einem Beispiel aus dem Schulalltag der Kinder eine Ich – Botschaft selbst formuliert werden. Daran werden noch einmal die Vorteile dieser in einer Konfliktsituation verbalisiert.

² vgl. Pfeifer, K. Das friedliche Klassenzimmer. Strategien und Spiele gegen Stress und Zoff. 1999. Eschweiler, Stolz Verlags GmbH. S.3

³ vgl. Kahlert, J., Sigel, R., Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule. BZgA. 2002. Braunschweig. Westermann. S.42

3. Unterrichtssequenz

1. „Anne kommt ständig zu spät.“ Exemplarisches Beispiel für eine Konfliktsituation im Klassenzimmer. Kleeblatt Heimat- und Sachbuch S.40

→ Interaktionsspiel: Wir lernen uns besser kennen.

2. Fragebogen – Streitsituationen in unserer Klasse

3. GA – Richtig zuhören

4. „Wie sage ich es besser?“ – Warum Ich – Botschaften?

5. Gefühle bei sich und anderen deuten und erkennen.

4. Lehrplanbezug

Das gewählte Thema ist dem Lehrplan der bayerischen Grundschule (2000) des Heimat – und Sachunterrichte der dritten Klasse unter *3.4 Zusammenleben* und dem Unterpunkt *3.4.1 Zusammenleben in der Schule* zuzuordnen. Die Schülerinnen und Schüler sollen am besten anhand von aktuellen Anlässen über ihr eigenes Verhalten nachdenken sowie verantwortungsvolles, rücksichtsvolles und friedfertiges Verhalten einüben. Dabei sollte ihnen bewusst werden, dass jeder Einzelne seinen Beitrag zu einem friedlichen Miteinander in der Schule bzw. im Klassenzimmer leisten muss. Zusammenleben in der Schule ist im Fachlehrplan des HSU für die Jahrgangsstufe 3 außerdem als Pädagogisches Leitthema gekennzeichnet. Der Schwerpunkt besteht hierbei im Einüben eines partnerschaftlichen Umgangs. Dazu gehören Konfliktfähigkeit, Toleranz und gegenseitige Hilfe. Das kann in vielfältigen Situationen z.B. in Interaktionsspielen oder Klassenkonferenzen zu konkreten Anlässen oder geeigneten Fallbeispielen erfolgen. Wichtig ist hierbei unterschiedliche Möglichkeiten zur Entscheidungsfindung durchzuspielen, an Konsequenzen zu denken sowie gemeinsam Konfliktlösungsstrategien gemeinsam zu entwickeln.

Unter diesen Aspekt fällt auch die folgende Unterrichtseinheit. Anhand fiktiver Streitsituationen sollen die Kinder den Wert von Ich – Botschaften in Konfliktsituationen selbst erkennen und auf eigene Streitsituationen anwenden.

5. Lernziele und Kompetenzen

Grobziel:

Die Schülerinnen und Schüler sollen den Sinn einer Ich – Botschaft erkennen und selbst Ich – Botschaften erstellen können.

Feinziele:

Die Schülerinnen und Schüler sollen:

- am Hörbeispiel die Art und Weise des Streites beurteilen.
- erkennen, wie Ich – Botschaften aufgebaut sind.
- beurteilen wie Ich – Botschaften zum Ausdrücken der eigenen Bedürfnisse in Konfliktsituationen geeignet sind.
- selbst Ich – Botschaften zu eigenen Streitfällen verfassen.

6. Geplanter Unterrichtsverlauf

Artikulation	Unterrichtsverlauf	Medien Arbeits- und Sozialformen
Hinführung Darstellen der Situation Zielangabe AA	Gebet, Begrüßung, Begrüßung (der Gäste) L spielt Hörbeispiel 1 ab. (L: Was ist dir aufgefallen?) SuS äußern sich <ul style="list-style-type: none">- die streiten laut/schreien sich an- sagen gemeine Sachen, Schimpfwörter- vertragen sich nicht/ keine Einigung L: Schreibe auf <u>WIE</u> die Kinder streiten.	UG aktives Zuhören AB1 = Wortstreifen in PA Hörbeispiel Streit 1 TA Lena und Martin streiten sich

<p>Informationsgewinnung</p> <p>AA</p> <p>AA</p> <p>Urteilsbildung mit Begründung</p>	<p>SuS schreiben auf AB → lässt WS an Tafel hängen. (Erklärung)</p> <p>L: Ich habe noch einen zweiten Streit zwischen den beiden gehört. Hör genau zu und achte darauf <u>wie</u> die Kinder streiten.</p> <p>L: Schreibe auf wie die Kinder streiten. (L: Was ist dir aufgefallen?)</p> <p>Komm bitte ins TK. mit WK. L: Wer kann nochmal wiederholen was die Kinder im zweiten Streit gesagt haben? SuS äußern sich... L: Häng deine Wortstreifen an die Tafel. SuS hängen Wortstreifen an die Tafel und erklären sie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - die schreien nicht - sagen was sie denken und fühlen - sagen was sie wollen - sind höflich - beschimpfen sich nicht <p>L zeigt Smileys. 😊 😞 (L: Welches passt denn wo dazu? Begründe bitte!) SuS äußern sich.</p>	<p>Hörbeispiel Streit 2 aktives Zuhören AB2 = Wortstreifen in PA TA</p> <p>TK</p> <p>TK</p>
---	---	---

<p>Anwendung Konkretisieren</p> <p>AA</p> <p>Sicherung</p>	<p>L: Streiten gehört ja dazu. Aber bei welchem Streit, den wir eben gehört haben, wärst du lieber dabei gewesen?</p> <p><u>Warum?</u></p> <p>SuS äußern sich.</p> <p>L. hängt dazu passende WK an die Tafel!</p> <p>L: Das nennt man Ich – Botschaft</p> <p>L: Kannst du für uns erklären, warum man das eine Ich – Botschaft nennt?</p> <p>SuS äußern sich.</p> <p>L: Ich habe dir ein paar Beispiele von deinen eigenen Streits mitgebracht.</p> <p>Jeder bekommt einen Streit und versucht bitte dazu eine Ich – Botschaft zu schreiben.</p> <p>SuS zurück an Platz</p> <p>Klangzeichen beendet Arbeitsphase</p> <p>L bittet SuS in Sitzkreis (Mit Zettel)</p> <p>Einzelne SuS tragen ihre Ich – Botschaft im SK vor.</p> <p>Gemeinsames Betrachten – Inhalte drin?</p>	<p>UG</p> <p>AB Streit Formulierung von Ich – Botschaft</p> <p>EA am Platz</p> <p>SK</p>
--	---	--

	L: Warum glaubst du sind Ich-Botschaften im Streit besser? SuS äußern sich Verabschiedung von den Gästen.	
--	---	--

7. Literatur

Lehrplan für die bayerische Grundschule, Bayerisches Kultusministerium für Unterricht und Kultus, München 2000.

Kahlert,J.,Sigel,R., Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule.BZgA.2002.Braunschweig.Westermann.

Pfeifer,K. Das friedliche Klassenzimmer. Strategien und Spiele gegen Stress und Zoff.1999.Eschweiler,Stolz Verlags GmbH.

Lena und Martin streiten sich



Five orange-outlined rectangular boxes arranged in a staggered, descending pattern, intended for writing a complaint or grievance.



Five blue-outlined rectangular boxes arranged in a staggered, ascending pattern, intended for writing a constructive message or apology.

- Ich sage, was mich stört
ohne zu beleidigen
- Ich fühle mich ...
- Ich möchte, dass ...
-

Ich - Botschaft

Tafelbild