



# Gewaltfreie Kommunikation- ein Sprachmodell

Gewaltfrei kommunizieren nicht nur im RU | Sek. I | Gottfried Orth

In deiner Bedürfnishitliste (vgl. M 3) hast du aufgeschrieben, in welcher Situation du in letzter Zeit in der Schule sehr unglücklich oder frustriert warst. Formuliere dies nun bitte in den vier Schritten des Sprachmodells Gewaltfreier Kommunikation.

Beispiel: Wenn ich sehe, das Leo Noah in der Pause dreimal an den Haaren gezogen hat, dann bin ich besorgt, weil mein Bedürfnis nach Sicherheit und Schutz nicht erfüllt ist, und ich bitte die Pausenaufsicht in der nächsten großen Pause mit mir 10 Minuten zu sprechen, wie man die Pausenaufsicht effektiver gestalten kann.

Wenn ich sehe/höre, dass .....

.....,

dann bin ich .....

weil mein Bedürfnis nach ..... nicht erfüllt ist.

Und ich bitte Lehrer/Lehrerin oder Schüler/Schülerin .....

.....

.....

Nun denke bitte an die letzten beiden Schultage und was dich an ihnen gestört hat oder dir unangenehm war und formuliere nach dem Muster der vier Schritte Gewaltfreier Kommunikation etwas, was du dem Lehrer/der Lehrerin, der/die mit eurer Klasse Gewaltfreie Kommunikation einübt, gerne sagen möchtest:

Wenn ich sehe/höre, dass .....

.....,

dann bin ich .....

weil mein Bedürfnis nach ..... nicht erfüllt ist.

Und ich bitte Lehrer/Lehrerin oder Schüler/Schülerin .....

.....

.....