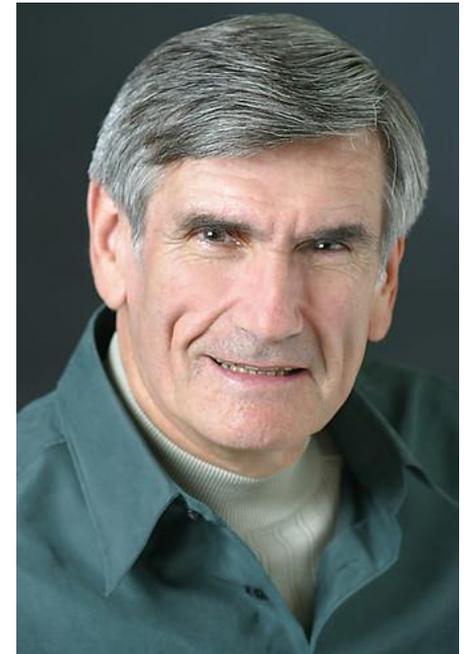


Mit **GfK** zu neuen Lösungen -  
Beiträge zu wertschätzenden  
Gesprächen im Kita-Team



Kommunikationspraxis  
für angewandte Psychologie  
Dr. Ute Günther



Marshall B. Rosenberg  
(1934- 2015)

# Sich Orientieren

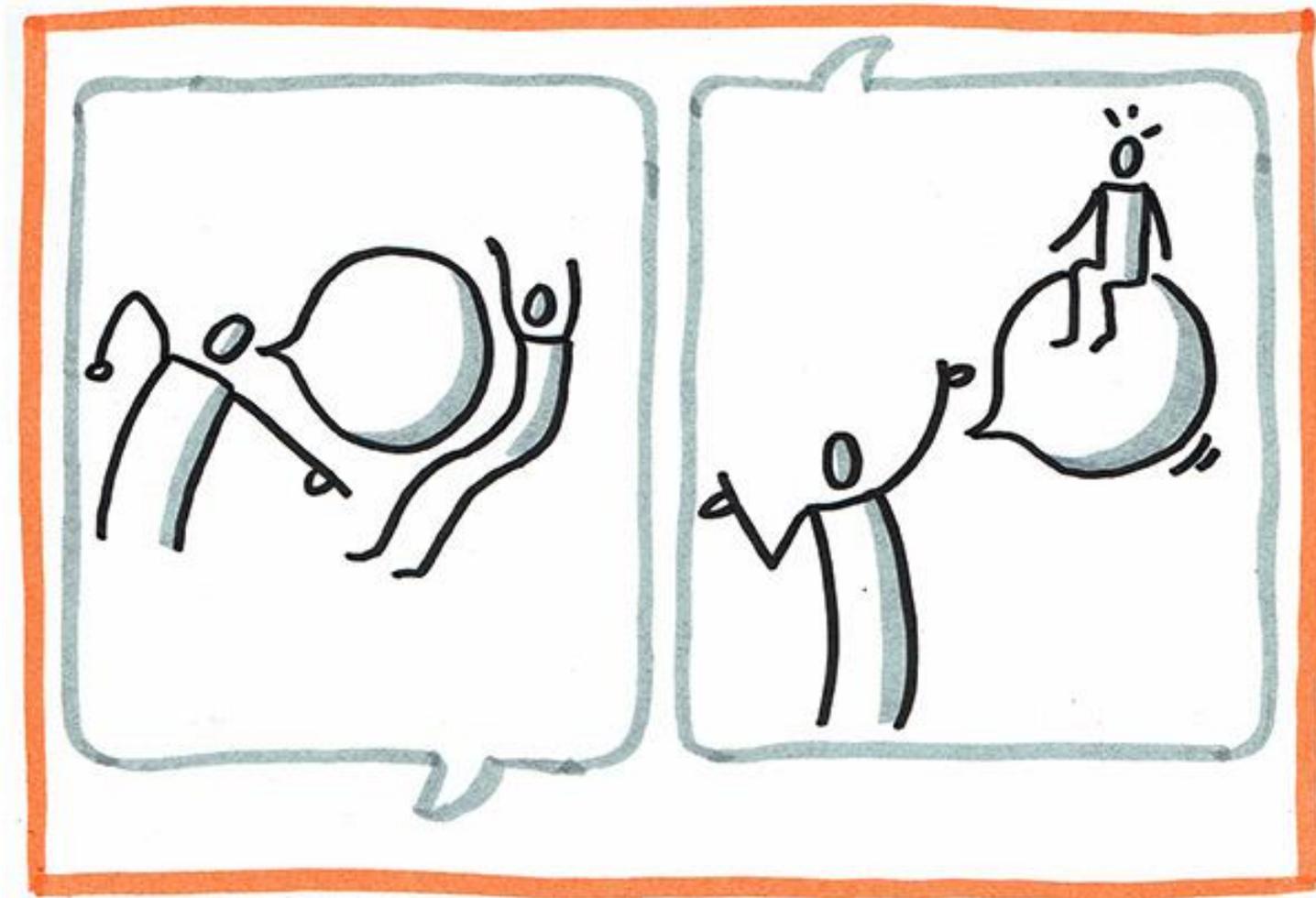


Wofür wir verantwortlich sind...

Grundhaltung:

„Jeder Mensch tut in jedem Moment das aus seiner Sicht Beste, um seine Bedürfnisse zu erfüllen.“

## Wofür wir verantwortlich sind...



**„Die Bedeutung der Botschaft bestimmt der Empfänger.“**

## Wofür wir verantwortlich sind...



*Vier Möglichkeiten, eine Botschaft zu hören*

Abbildung: „Gewaltfreie Kommunikation“ von A. Basu/L. Faust. Haufe-Verlag

# Kommunikative Beiträge verorten

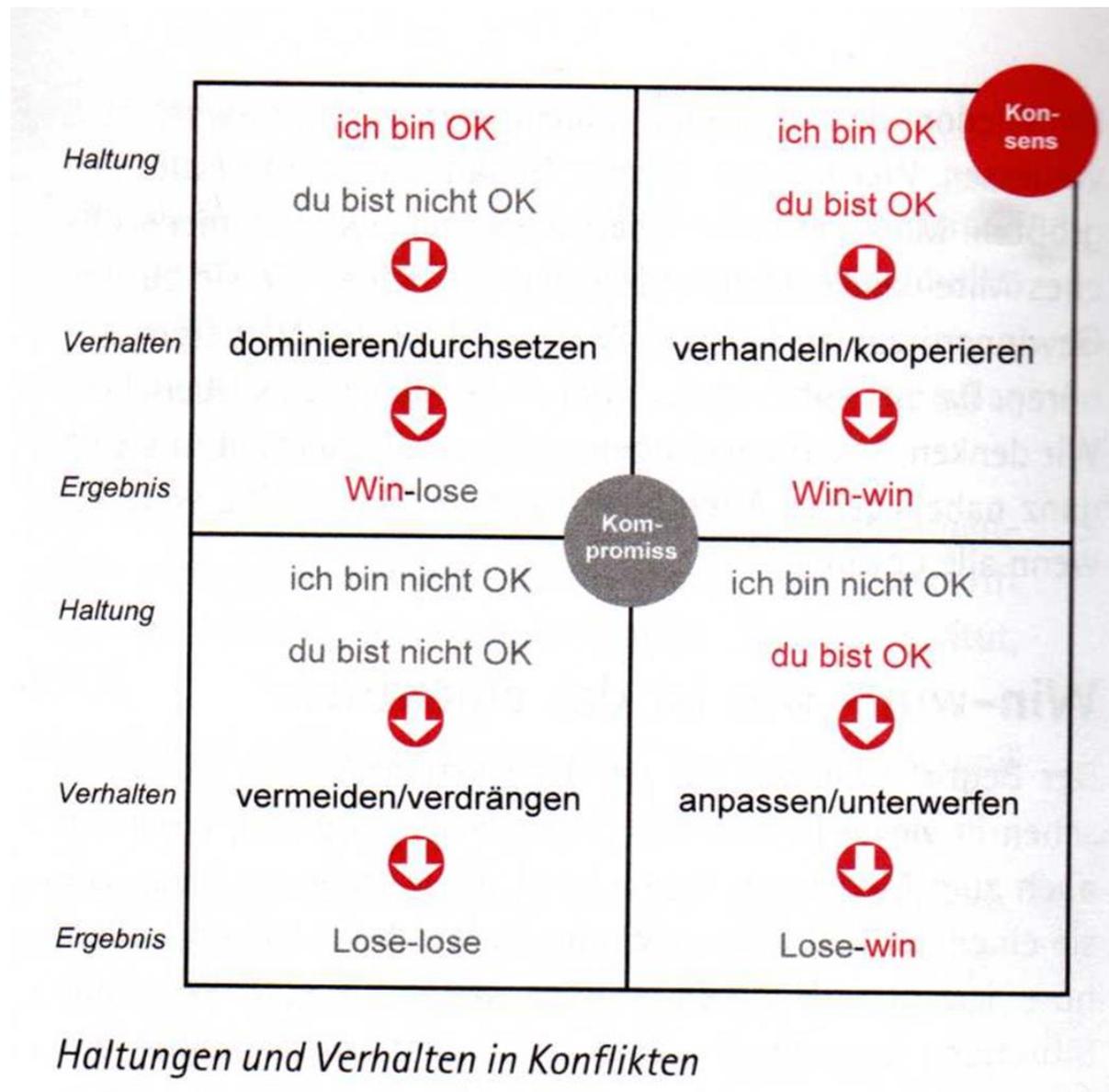
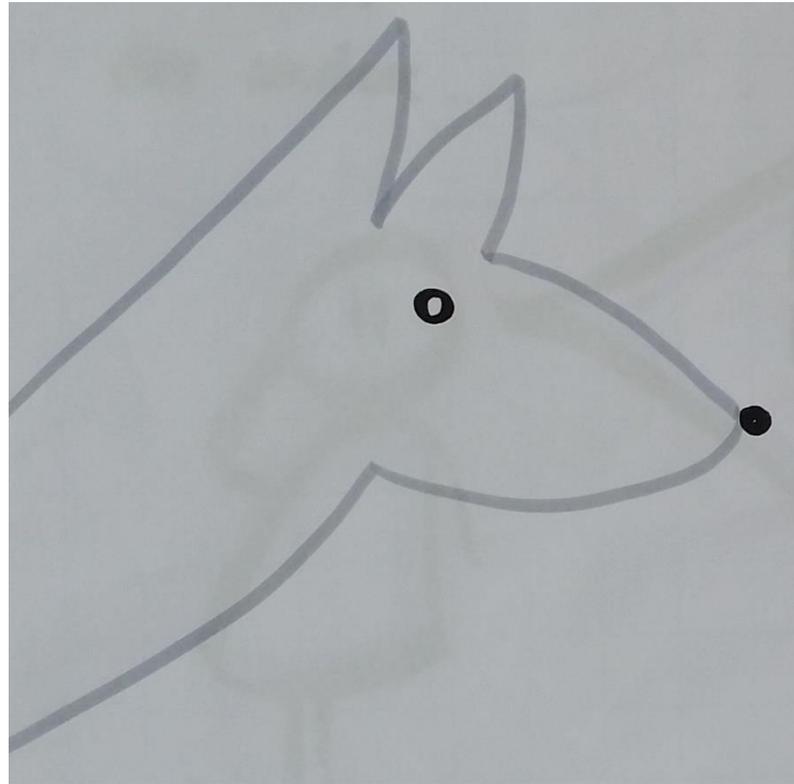


Abbildung: „Gewaltfreie Kommunikation“ von A. Basu/L. Faust. Haufe-Verlag

# Kommunikative Beiträge in „Wolfsprache“ (GfK-Symbolik)

## **Wolf:**

- Beißt sprachlich zu...
- Bewertet in Kategorien wie „richtig“ und „falsch“
- Verknüpft das für ihn negative Verhalten seines Gegenübers mit einer Bewertung dieser Person
- Auswirkungen dieser Denkweise sind Gefühle wie Ärger/ Schuld, Konfliktpotenzial erhöht sich

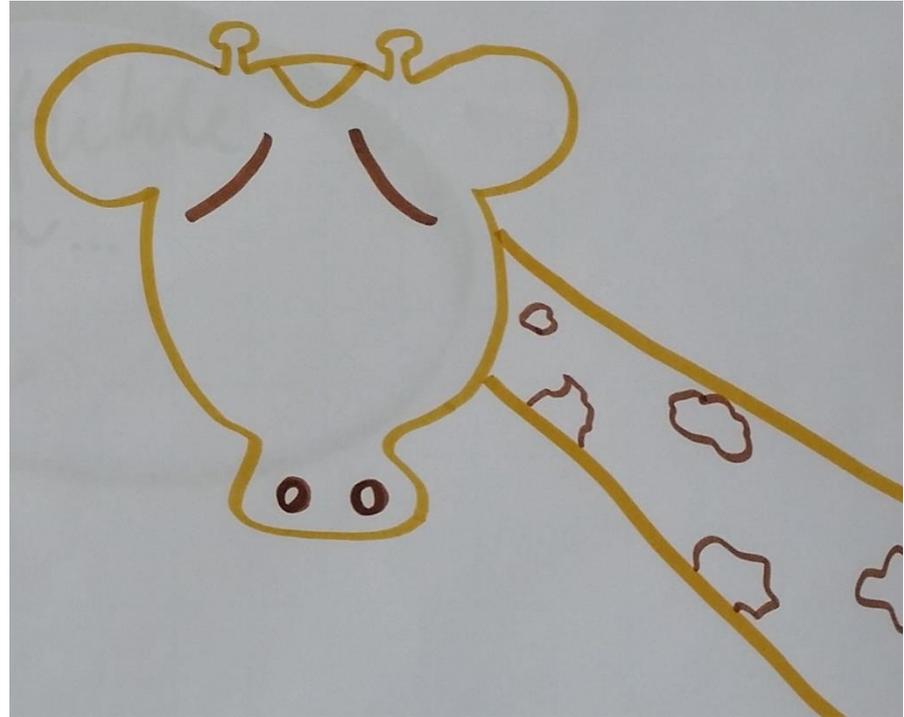


*„90% unseres Leides entsteht durch unsere Interpretation.“ M.B. Rosenberg*

# Kommunikative Beiträge in „Giraffensprache“ (GfK-Symbolik)

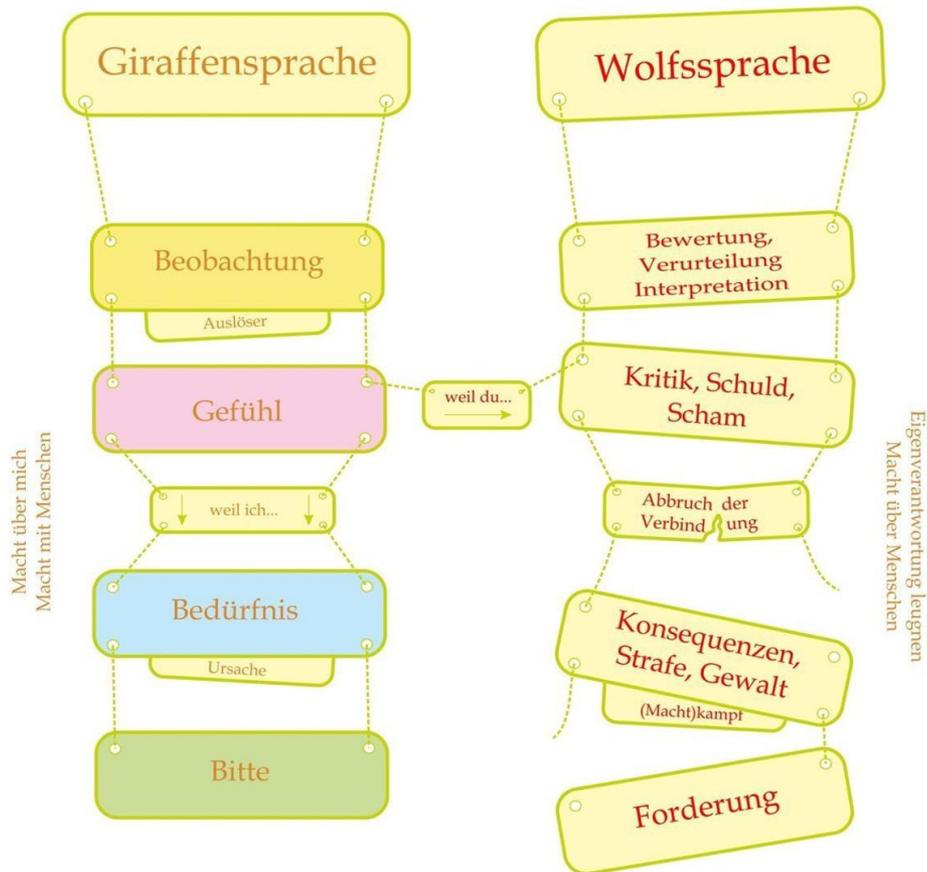
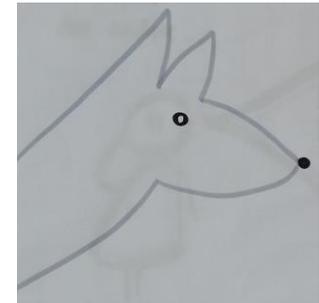
## Giraffe:

- Landtier mit dem 2. größten Herzen (Giraffensprache = Sprache des Herzens)
- Langer Hals steht für den wahren Überblick auch in Situationen mit „Thermik“
- Ist sich ihrer eigenen Gefühle und Bedürfnisse bewusst
- Versucht mit den „Antennen“ die Gefühle und Bedürfnisse des anderen zu ergründen
- Respektiert verschiedene Sichtweisen





# Universalunterscheidungen verbindender und trennender Kommunikation



Design / Copyright - Jens Neumann, Mut-Fabrik® [www.mut-fabrik.de](http://www.mut-fabrik.de)  
Vervielfältigung und Weitergabe ausdrücklich erwünscht!

# Selbsteinfühlung

## 1. Situation

Wenn ich sehe/höre ...

## 2. Gefühl

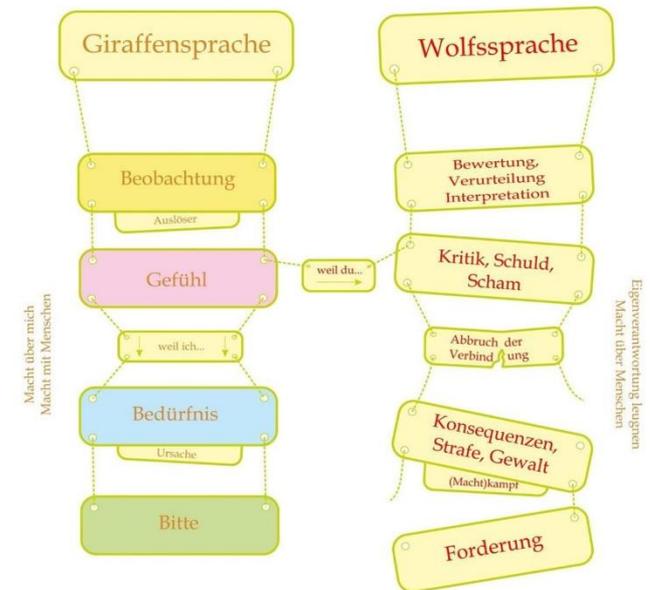
dann fühle ich mich ...

## 3. Bedürfnis

weil ich das Bedürfnis nach ... habe

## 4. Bitte/Wunsch

und bitte dich ... zu tun, oder mir zu sagen, wie du dazu bereit bist?



Design / Copyright: Ann Steinhilber, Manfred Hübner, mit dankbarer  
Vereinnahmung und Unterstützung von Ute Hübner

# Einfühlung in den anderen

## 1. Situation

Wenn du siehst/hörst...

## 2. Gefühl

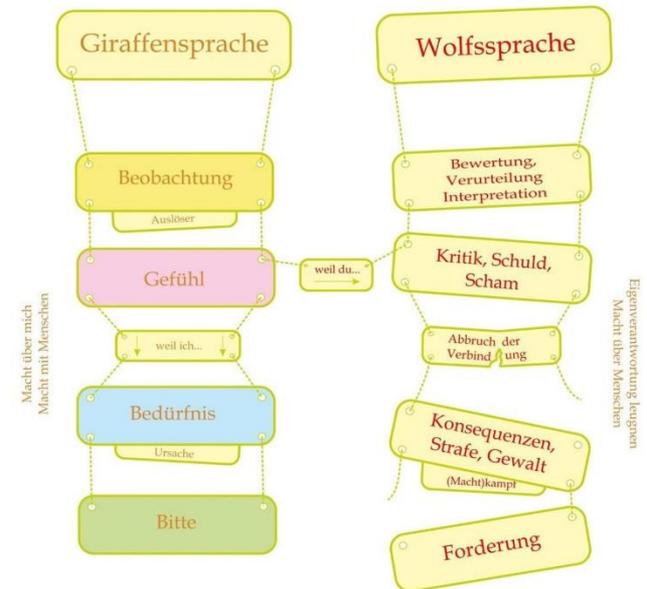
fühlst du dich dann...?

## 3. Bedürfnis

weil du ... brauchst?

## 4. Bitte/Wunsch

und bittest du mich deshalb...?

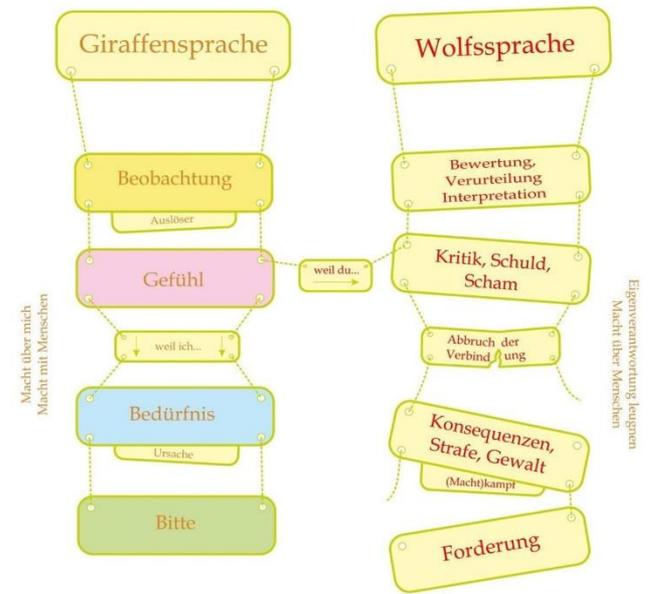


Design / Copyright: Jan Nissen, Max Fabrick www.malbuch.de  
Veröffentlichung und Weitergabe werden ausdrücklich erwidert.

# Universalunterscheidungen verbindender und trennender Kommunikation

## Vorzug dieses Modells

- Herausstellen des kausalen Zusammenhangs zwischen Gefühl & zugrundeliegendem Bedürfnis
- Fokus der Aufmerksamkeit wird dadurch in Richtung Problemlösung gelenkt
- D.h. im Herausstellen dieses Zusammenhangs ist eine Lösung angelegt.
- Praktischer Leitfaden



Design / Copyright: Anne Neumann, Miel-Fachkollagen.com mit freundl. Genehmigung und Weitergabe nachträglich erwünscht!

„Jedes **Bedürfnis** dient dem Leben, insofern gibt es keine negativen Bedürfnisse.“



# GfK-kompatible Mini-Max-Interventionen

- Das Konzept des guten Grundes/ gute Gründe unterstellen
- VW-Regel: Vorwürfe in Wünsche übersetzen
- „Warum?“ ersetzen durch „Wie kommt es, dass...?“
- „aber“ ersetzen durch „und“...

... ebenso nützlich:

- Bei negativen Formulierungen das elegante „stattdessen“ verwenden
- Möglichkeitsräume eröffnen durch „Angenommen...“
- Kraft von Pausen nutzen



## Bildquellen & Literaturtipp:

"Marshall-Rosenberg-photo" by BookwiseDesign is licensed under CC BY-NC-ND 2.0

Bedürfniskarten und Visualisierung der vier Schritte der GfK von [www.mut-fabrik.de](http://www.mut-fabrik.de)

Abbildungen: Haltung und Verhalten in Konflikten und vier Möglichkeiten eine Botschaft zu hören aus „Gewaltfreie Kommunikation“ von A. Basu/L. Faust. Haufe-Verlag.

MiniMax-Interventionen: 15 minimale Interventionen mit maximaler Wirkung von M. Prior. Carl-Auer-Verlag.

