**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift

**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

**Band:** 74 (2003)

**Heft:** 7-8

**Artikel:** Fachtagung Sozialpädagogik in Uster : von der Macht und Ohnmacht der Worte

**Autor:** Kocher, Markus

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-804767

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

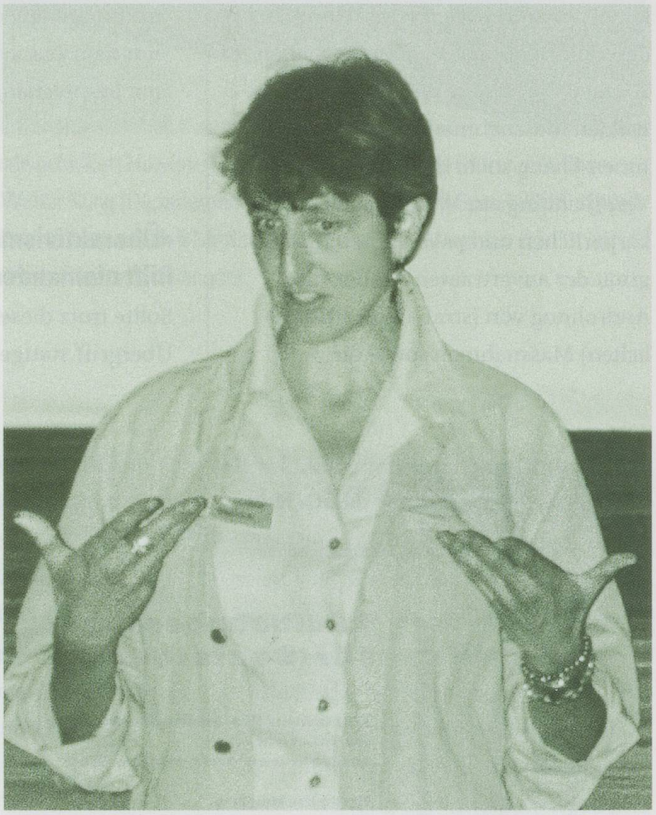
**Download PDF:** 16.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

Fachtagung Sozialpädagogik in Uster

# Von der Macht und Ohnmacht der Worte

**Sprache kann Lebenssinn und Freude vermitteln, kann aber auch verletzend sein, ja sogar wie Gewalt wirken. An der Fachtagung für Sozialpädagogik versuchten verschiedene Referenten die Macht, beziehungsweise Machtlosigkeit der Worte zu hinterfragen und einige verborgene Aspekte davon zu beleuchten oder neu zu entdecken.**



«Man kann lernen, aufrichtig und einfühlsam miteinander zu sprechen»: Regula Langemann, zertifizierte Trainerin in «Gewaltfreie Kommunikation».

Konflikte wohin wir schauen: zwischen Eltern und Kindern, Lehrern und Schüler, zwischen Eheleuten und Arbeitskollegen, ja gar in internationalen Gemeinschaften. Für Regula Langemann, zertifizierte Trainerin in «Gewaltfreie Kommunikation» keine Überraschung: «Mit ein Grund, weshalb es uns so schwer fällt, Konflikte zu verhindern, sind die gängigen (Sprach-)muster, in denen wir uns bewegen.» In der Tat kennen wir die Abläufe zur Genüge, mit denen sich die betroffenen Parteien moralisch verurteilen, abqualifizieren und bewerten: Man wird angegriffen, will sich wehren, weiss aber nicht wie und «schlägt» zurück. Die verbale Auseinandersetzung endet in einem Kreislauf von Schuldzuweisungen und Abqualifizierungen. «Kommt hinzu», so Langemann, «dass in einem hierarchischen und über Dominanz funktionierenden System alles über Strafe und Lob abläuft. So entstehen schnell verhärtete Fronten, der Konflikt ist da und kann eskalieren. Die Parteien kennen keine Sprache mehr, die anerkennend, einfühlsam und anteilnehmend ist, sondern alle hacken aufeinander herum.»

## Bedürfnisse formulieren und wahrnehmen

Doch wie kann man aus einem Konflikt aussteigen, der meist viel Energie kostet und allen das Leben schwer macht? Auch für Regula Langemann kein einfaches Unterfangen: «Zuerst muss man sich darüber klar werden, was in einem Konflikt mit einem selbst geschieht, aber auch was bei seinem Gegenüber los ist.» Nun gelte es, durch die Macht der Sprache nicht mehr von seinen eigenen Bedürfnissen abzulenken, sondern diese zu formulieren, und die Bedürfnisse des anderen wahrzunehmen. Dazu Langemann: «Für mich besteht kein Zweifel, dass konstruktive Kommunikation möglich ist, und dass man lernen kann, aufrichtig und einfühlsam miteinander zu sprechen!»

Und wie funktioniert nun «gewaltfreie Kommunikation» im Alltag tatsächlich? Gemäss der Psychologin und

Körpertherapeutin besteht das Modell der gewaltfreien Kommunikation aus vier Hauptkomponenten: «Erstens muss man lernen, Beobachtungen ohne Bewertung oder Beurteilung mitzuteilen. Zweitens muss man lernen, Gefühle in Bezug auf die Beobachtung mitzuteilen, denn drittens stehen hinter Gefühlen Bedürfnisse, die es zu erkennen gilt, und daraus resultieren viertens Wünsche, die in Form konkreter Bitten ausgedrückt werden sollten.»

Anhand eines Beispiels präzisiert Langemann ihre Aussagen: «Wer kennt nicht den Vorwurf ‹Du hast mich enttäuscht, weil du gestern abend nicht gekommen bist.›» Langemann weiter: «Hier sucht der Sprecher die Verantwortung für seine Enttäuschung ausschliesslich im Verhalten der anderen Person. Doch bereits ein solcher Satz kann einen Konflikt auslösen oder weiter am Leben erhalten, denn der ‹Beschuldigte› wird sich verteidigen und zurückgeben wollen oder die ‹Schuld› auf sich nehmen und schweigen.»

Gemäss dem Modell der gewaltfreien Komunikation müsste der Sprecher hingegen etwa folgendes sagen: «Ich war enttäuscht (Gefühl), als du nicht gekommen bist (Beobachtung), weil ich mit dir ein paar Dinge besprechen wollte, die mir Sorgen machen (Bedrüfnis).» In diesem Beispiel werde das Gefühl der Enttäuschung auf den eigenen, unerfüllten Wünsch bezogen, und der Sprecher erkenne, dass seine schuldzuweisenden Gedanken die Irritation ausgelöst habe.

## Fragen führen zum Ziel

Der Heilpädagoge Kaspar Baeschlin sieht in der Macht, respektive der Ohnmacht der Worte eine weitere grosse Hürde auf dem Weg zu einer verständnisvollen Komunikation: «Schon oft habe ich nämlich das Gefühl gehabt, dass mein Gegenüber etwas anderes versteht, als ich eigentlich sagen wollte.» Leider gebe es, so Baeschlin, keine Gewähr für das Verstehen, und «letztlich hört sowieso jeder das, was er hören will!»

Grosses Interesse: Über 100 Anwesende lauschten gebannt den Ausführungen der Referentinnen und Referenten.

Aus diesem Grund setzt Baeschlin im lösungsorientierten Gespräch auf das Mittel der Fragen. «Durch die Frage, wie es meinem Gesprächspartner geht, oder was er von seinem Leben erwartet, kann man schon von vornherein viele Missverständnisse umgehen,» erklärt er weiter.

Wie wichtig eine klare Sprache ist, weiss Baeschlin, der seit 20 Jahren als Sozialpädagoge tätig ist, aus seinem beruflichen Alltag bestens: «In meiner Arbeit mit Jugendlichen sieht es ja meist so aus, dass am Anfang ein Problem steht. Jemand geht nicht mehr zur Schule, stiehlt oder konsumiert Drogen. Während es früher in erster Linie darum ging, dieses ‹Problem› zu heilen, sehen wir heute im Problem den Motor zur Veränderung. Unsere Aufgabe ist es nun, den Klienten in seiner Entwicklung zu unterstützen.» Dies gehe jedoch nur in «Absprache» mit dem Klienten, so Baeschlin weiter. «Doch wenn jemand Ziele, Visionen oder auch nur schon Hoffnungen hat, wie es in Zukunft einmal sein könnte, und wenn der Betroffene dazu noch frei wählen kann, was er überhaupt erreichen will, ist die Chance, dass Veränderungen gelingen, am Grössten.» Und auf dem Weg zu diesem Ziel sei die Sprache selbstverständlich das wichtigste Arbeitsinstrument, schliesst Baeschlin sein Plädoyer für das lösungsorientierte Gespräch ab.

Text und Fotos: Markus Kocher