

Photo by Brian Erickson on Unsplash 1

Die vier Seiten einer Nachricht

Im Mittelpunkt einer Kommunikation steht die Nachricht, die die **Senderin** (Die Sprecherin) an die **Empfängerin** (Zuhörerin) schickt.

In jeder Nachricht sind jedoch versteckt sprachliche und nicht-sprachliche Teile. Deshalb kann eine Nachricht gleichzeitig mehrere Botschaften enthalten. Jede Person, egal ob sie möchte oder nicht, sendet immer gleichzeitig alle diese Botschaften.

Stimme, Betonung, Aussprache, Mimik und Gestik des Senders entscheiden oft darüber, wie andere eine Nachricht verstehen.

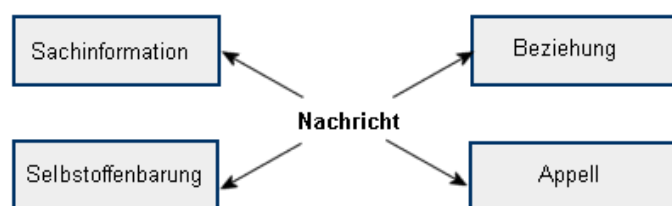
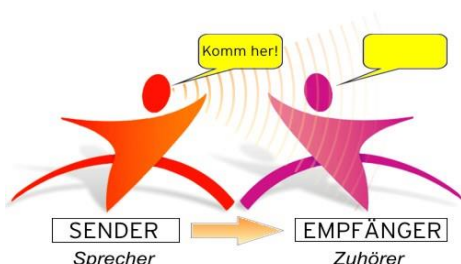
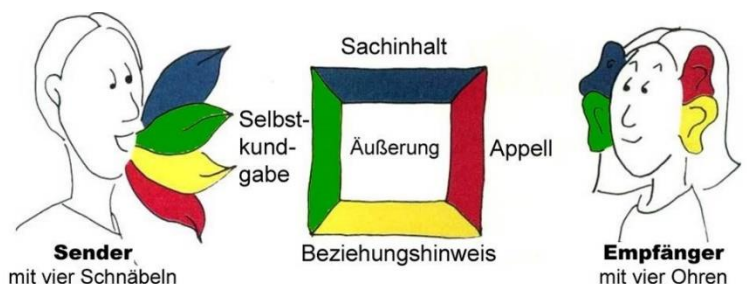
Wie funktioniert Kommunikation?

1. **Die Sachinformation** sind die Daten und Fakten. Das ist der Inhalt der Nachricht.

2. **Die Selbstoffenbarung** ist das, was Sie von sich den anderen erzählen
Das sind Ihre Absichten und Gefühle.

3. **Die Beziehungsbotschaft** ist das, was Sie von Ihrer Gesprächspartnerin halten und wie Sie sich verstehen. Das ist die Art, wie Sie etwas sagen und Ihr Tonfall.

4. **Der Appell** ist ein Wunsch, ein Rat, eine Anweisung.
Sie möchten, dass die andere Person etwas tut.



In diesem Text wird nur die weibliche Form verwendet. Männer sind selbstverständlich mitgedacht.

Die vier Seiten einer Nachricht aus der Sicht des Empfängers (Zuhörers)

Wir hören mit verschiedenen „Ohren“, d.h. wir nehmen die vier Seiten einer Nachricht unterschiedlich wahr, je nachdem, wer spricht und mit welchem Ohr wir zuhören.

Kommunikationsprobleme kann es geben, wenn die Empfängerin mit einem Ohr besonders „gut“ hört. Manchmal ist dieses „Beziehungs-Ohr“ sehr empfindlich.

Die menschliche Kommunikation hat verschiedener Mittel wie Sprache, Mimik, Gestik.

Kommunikation wird durch die Persönlichkeit der Senderin und der Empfängerin beeinflusst.

Denken Sie daran, dass Kommunikation dann gut funktioniert, wenn die Empfängerin die Nachricht auf allen vier Ebenen versteht.

Beispiele	Eine Mutter betritt das unordentliche Zimmer ihrer 15-jährigen Tochter, schüttelt den Kopf und verlässt kommentarlos das Zimmer.	Ein Paar sitzt im Auto. Der Mann fährt 80 km/h und die Frau sagt zu ihm: „Man darf hier 100 fahren.“	Nachdem ein Sohn seine Mutter darum gebeten hat, ihm sein Lieblingsessen zu kochen, fragt er sie beim Essen: „Hast du das Rezept verändert?“
Sachebene			
Selbstoffenbarung	Die Mutter ist genervt oder geschockt von der Unordnung. Sie mag keine Unordnung. Sie ist vielleicht darüber enttäuscht, dass die Tochter sich nicht an Anweisungen hält.		
Beziehungsseite		Frau hält sich für die bessere Autofahrerin, die ihrem Partner helfen muss, da dieser ein mieser Autofahrer ist.	
Appellseite			Verwende in Zukunft wieder das alte / neue Rezept.

Arbeitsauftrag:

Vervollständige die Tabelle in Partnerarbeit.

Beispiele	Eine Mutter betritt das unordentliche Zimmer ihrer 15-jährigen Tochter, schüttelt den Kopf und verlässt kommentarlos das Zimmer.	Ein Paar sitzt im Auto. Der Mann fährt 80 km/h und die Frau sagt zu ihm: „Man darf hier 100 fahren.“	Nachdem ein Sohn seine Mutter darum gebeten hat, ihm sein Lieblingsessen zu kochen, fragt er sie beim Essen: „Hast du das Rezept verändert?“
Sachebene	Das Zimmer ist unordentlich.	Auf dieser Straße ist das Fahren von 100 km/h erlaubt.	Das Essen ist anders als sonst.
Selbstoffenbarung	Die Mutter ist genervt oder geschockt von der Unordnung. Sie mag keine Unordnung. Sie ist vielleicht darüber enttäuscht, dass die Tochter sich nicht an Anweisungen hält.	Frau ist in Eile./ Sie ist vom Fahrstil des Mannes genervt.	Sohn ist aufmerksam, er hat eine geschmackliche Veränderung des Essens bemerkt, die er mag / nicht mag. Ihm schmeckt das Essen/ nicht.
Beziehungsseite	Mutter hält Tochter für einen faulen und unordentlichen Menschen, der sich nichts aus den Anweisungen der Mutter macht und damit ihre Autorität anzweifelt. Sie hat dennoch ein enges Verhältnis zu ihr, weshalb sie ihre Missbilligung ehrlich zeigt.	Frau hält sich für die bessere Autofahrerin, die ihrem Partner helfen muss, da dieser ein mieser Autofahrer ist.	Sohn und Mutter haben ein gutes Verhältnis, das es ihm erlaubt, offen seine Meinung zu äußern.
Appellseite	Sie möchte, dass ihre Tochter das Zimmer aufräumt und/ oder sich an Anweisungen der Mutter hält.	Fahr schneller!	Verwende in Zukunft wieder das alte / neue Rezept.

In diesem Text wird nur die weibliche Form verwendet. Männer sind selbstverständlich mitgedacht.