

# Kommunikation nach Paul Watzlawick

Kommunikation heißt, wie wir schon wissen, nicht nur Informationen austauschen oder übermitteln, sondern auch miteinander in Verbindung treten, sich verständigen, sich verstehen.

Auch Paul Watzlawick stellte eine Theorie über Kommunikation auf. Sie nennt sich „Die fünf Axiome“. Der Begriff „Axiom“ bedeutet Grundregel oder Grundannahme. Er versuchte damit die menschliche Kommunikation zu erklären und hat sich mit deren Funktionsweise beschäftigt.

Die fünf Grundregeln lauten:

## 1. Man kann nicht nicht kommunizieren.

Das bedeutet,...

- Ø ...dass es nicht möglich ist, wenn man in einer Gemeinschaft lebt, sich keinem mitzuteilen.
- Ø ...dass selbst dann, wenn jemand die Kommunikation verweigert, zum Beispiel im Unterrichtsgespräch, eine Kommunikation stattfindet, denn er muss irgendwie, d.h. durch Mimik, Gestik oder einzelne Worte deutlich machen, dass er sich nicht beteiligen möchte.

## 2. Jede Kommunikation hat einen Inhalts- und einen Beziehungsaspekt.

Es wird immer behauptet, dass Kommunikation hauptsächlich zur Übermittlung von Informationen (Inhaltsaspekt) notwendig ist, doch bei Watzlawick ist das etwas anders. Er setzt den Beziehungsaspekt über den Inhaltsaspekt: er sagt, dass Kommunikation vielmehr dazu da ist, zu einer Gemeinschaft dazu zu gehören und sich mitteilen zu können. Kommunikation verbindet, unabhängig vom Inhalt. Anhand des Gesagten kann man erkennen, welche Beziehung man zu der Person hat. Sicher geht es dir manchmal in der Schule auch so, dass du mit einem bestimmten Lehrer besser auskommst als mit einem anderen und dann auch das Fach lieber machst. Auch hier spielt die Kommunikation mit rein, die zwischen euch stattfindet, sodass du dich entweder angesprochen oder aber abgelehnt fühlst.

## 3. Kommunikation ist immer Ursache und Wirkung (Interpunktion v. Ereignisfolgen).

Menschen bilden sich ihre Wirklichkeit aufgrund von persönlichen Erfahrungen und Urteilen, und halten diese dann für "wahr". Diese "subjektive" Wirklichkeit bestimmt dann unser weiteres Handeln. Die Konstruktion unserer Wirklichkeit vollziehen wir nach Watzlawick als Interpunktion von Ereignisfolgen, d.h. wir legen auf bestimmte Ereignisse besonderen Wert und betrachten diese

gewissermaßen als Ursache bzw. Anlass für weitere Ereignisse, die für uns daraus folgen.

Das kann auch in der Schule vorkommen. Stellt euch eine Klasse vor, die lustlos ist, wo der Lehrer viel schimpft und allgemein ein schlechtes Lernklima herrscht. Der Lehrer sagt: „Ich muss viel schimpfen, weil ihr so lustlos seid.“

Die Schüler sagen: „Weil er dauernd rummeckert, haben wir keine Lust mehr mitzumachen.“

Wer von beiden hat denn nun schuld an der Situation? Diese Frage führt zu nichts, da beide auf ihre Art recht haben und nur gegenseitige Rücksichtnahme kann helfen.

#### 4. Menschliche Kommunikation bedient sich analoger und digitaler Modalitäten.

Ø digitale Modalitäten = Sprache

Ø analoge Modalitäten = Körpersprache, Gestik und Mimik, die Körperhaltung, die Sprechweise und der gesamte weitere Kontext

Meist unterstützen die analogen die digitalen Modalitäten, doch manchmal widersprechen sie sich auch. Dies kann dann zu Verständnisproblemen führen, da man etwas anderes hört, als man sieht. Deshalb sollte man sich um Einheitlichkeit bemühen.

Eine Geste oder eine Miene sagt uns mehr darüber, wie ein anderer über uns denkt, als hundert Worte. Ihr werdet es vielleicht jemandem ansehen, dass er lügt, obwohl er euch beteuert, dass er die Wahrheit sagt.

#### 5. Kommunikation ist symmetrisch (gleichwertig) oder komplementär (ergänzend).

Da wir im Laufe eines Tages ganz verschiedene Rollen einnehmen, z.B. die der Freundin/des Freundes, Sohn/Tochter, Schüler/Schülerin etc., wechselt natürlich auch die Art unserer Kommunikation. Bei der Unterhaltung mit dem besten Freund oder der besten Freundin seid ihr zum Beispiel gleichwertige Gesprächspartner, eure Kommunikation verläuft symmetrisch. Wenn der Lehrer euch in der Schule ermahnt, weil ihr gequatscht habt oder euch Hausaufgaben gibt oder Arbeitsaufträge, dann übernimmt er in dem Moment die Rolle des Stärkeren und ihr des Schwächeren. Eure Kommunikation ist dann komplementär. Genauso gut könnt ihr aber bei einer Klassenfeier oder wenn ihr euren Lehrer beim Einkaufen trifft eine symmetrische Kommunikation durchführen. Das hängt immer von der Situation ab.