



Das 4-Ohren-Modell mit Kita-Beispielen (Schulz von Thun)

Sachinhalt, Selbstoffenbarung, Beziehung, Appell: das 4-Ohren-Modell mit Beispielen aus Team, Elterngespräch und Gruppenraum, plus Prüfungsfragen.

Von Tom Frischmuth · Stand: Juli 2026 · erziehero.de/magazin/4-ohren-modell-beispiele

DAS WICHTIGSTE IN 30 SEKUNDEN

- Nach Schulz von Thun hat jede Nachricht vier Seiten: Sachinhalt, Selbstoffenbarung, Beziehung und Appell.
- Der Empfänger hört mit vier Ohren und kann jede Nachricht auf jeder Seite verstehen.
- Missverständnisse entstehen, wenn Sender und Empfänger verschiedene Seiten betonen.
- Das Modell ist ein Werkzeug: Wer die Seiten kennt, kann Missverständnisse gezielt klären.
- Andere Namen für dasselbe Modell: Vier-Seiten-Modell, Kommunikationsquadrat, Nachrichtenquadrat.

Frühstückszeit im Team. Erzieherin Sandra sagt im Vorbeigehen: "Der Tisch ist noch nicht gedeckt." Ihre Kollegin fährt herum: "Ich mache doch schon alles allein!" Sandra ist verblüfft, sie wollte nur informieren. Was hier passiert ist, erklärt eines der prüfungsrelevantesten Modelle der Ausbildung.

Was steckt hinter dem 4-Ohren-Modell?

Der Hamburger Psychologe Friedemann Schulz von Thun veröffentlichte das Modell 1981 in seinem Buch "Miteinander reden". Er baute dabei auf zwei Vorarbeiten auf: auf Watzlawicks Unterscheidung von **Inhalts- und Beziehungsaspekt** und auf dem Sprachmodell von Karl Bühler. Das Ergebnis kennt die Fachwelt unter mehreren Namen: **Vier-Seiten-Modell**, Kommunikationsquadrat oder eben 4-Ohren-Modell.

Die Kernidee: Wenn ich etwas sage, sende ich immer vier Botschaften gleichzeitig, ob ich will oder nicht.

Welche vier Seiten hat jede Nachricht?

Nimm Sandras Satz "Der Tisch ist noch nicht gedeckt" und dreh ihn einmal im Quadrat:

Sachinhalt (worüber ich informiere): Der Tisch ist nicht gedeckt.

Selbstoffenbarung (was ich von mir zeige): Ich habe die Zeit im Blick, ich bin vielleicht im Stress.

Beziehung (wie ich zu dir stehe): Ich traue mir zu, dich darauf hinzuweisen.

Appell (wozu ich dich bewegen will): Deck bitte den Tisch.

Die Selbstoffenbarung ist dabei oft unbeabsichtigt: Mit jeder Äußerung gibst du etwas über deine Stimmung, deine Werte und deinen Zustand preis. Genau diese Seite macht das Modell für die Kita so wertvoll, dazu gleich mehr.

MERKSATZ

Jede Nachricht spricht auf vier Seiten; gehört wird oft nur eine.

Und was sind die vier Ohren?

Die Ohren sind die Empfängerseite des Modells. So wie der Sender auf vier Seiten spricht, kann der Empfänger jede Nachricht mit vier Ohren hören und darauf reagieren. Welches Ohr gerade aufgedreht ist, entscheidet über die Reaktion.

Sandras Kollegin hat mit einem großen Beziehungsohr gehört: Aus dem sachlichen Hinweis wurde ein Vorwurf ("Du bist zu langsam"). Manche Menschen beziehen fast

alles auf die Beziehungsseite, andere hören überall Appelle und fühlen sich ständig in der Pflicht. Missverständnisse entstehen genau dann, wenn Sender und Empfänger verschiedene Seiten betonen, und keiner merkt es.

Wie hilft dir das Modell im Kita-Alltag?

Im Team ist das Modell dein Klärungswerkzeug. Statt den Streit eskalieren zu lassen, kannst du die Seiten entwirren: "Meinst du das als Kritik, oder geht es dir um die Sache?"

Wer so nachfragt oder eine **Ich-Botschaft** setzt, holt das Gespräch von der Beziehungsebene zurück auf die Sachebene.

Im Elterngespräch hilft es dir beim bewussten Senden. "Linas Matschhose ist schon wieder nass" kann bei einer erschöpften Mutter als Vorwurf ankommen, egal wie du es meinst. Wer das weiß, entschärft die Beziehungsseite schon beim Formulieren: "Lina war heute wieder mit Begeisterung im Matsch unterwegs, jetzt ist ihre Wechselkleidung aufgebraucht. Bringen Sie uns morgen gern frische mit." Gleicher Sachinhalt, gleicher Appell, aber die Beziehungsseite sagt jetzt: Ihr Kind ist hier richtig, und wir lösen das gemeinsam.

Bei den Kindern lohnt vor allem das Selbstoffenbarungs-ohr. Wenn der vierjährige Ben "Du bist doof!" ruft, ist der Sachinhalt wertlos, die Selbstoffenbarung aber Gold wert: Ich bin wütend, ich bin überfordert, ich brauche Hilfe. Wer bei Kindern gezielt dieses Ohr aufdreht, reagiert auf das Gefühl statt auf die Provokation. Das ist gelebtes **aktives Zuhören**.

Wo liegen die Grenzen des Modells?

Für die Klausur brauchst du zwei Abgrenzungen. Erstens: Das Modell beschreibt und deutet, es beweist nicht. Welche Botschaft eine Nachricht "wirklich" trägt, bleibt Interpretation; seriös ist, mögliche Lesarten zu benennen und nachzufragen. Zweitens: Verwechsle die vier Seiten nicht mit den fünf **Kommunikationsaxiomen** von Watzlawick. Schulz von Thun hat dessen Inhalts- und Beziehungsaspekt zu vier Seiten verfeinert. Die Axiome selbst sind ein eigenes Modell und ein eigener Prüfungsklassiker.

Häufige Fragen

Heißt es nun 4-Ohren-Modell oder Vier-Seiten-Modell?

Beides bezeichnet dasselbe Modell, dazu kommen Kommunikationsquadrat und Nachrichtenquadrat. Die Seiten beschreiben den Sender, die Ohren den Empfänger. In der Klausur kannst du alle Namen nutzen, solltest aber Sender- und Empfängerperspektive sauber trennen.

Was ist der Unterschied zum Modell von Watzlawick?

Watzlawick formulierte fünf Axiome, also Grundannahmen über Kommunikation, darunter die Unterscheidung von Inhalts- und Beziehungsaspekt. Schulz von Thun baute genau diese Unterscheidung zum Vier-Seiten-Modell aus. Die Axiome erklären, dass Kommunikation immer stattfindet; das Quadrat analysiert, was in einer einzelnen Nachricht steckt.

Wie nutze ich das Modell in einer Fallaufgabe?

Immer im Dreischritt. Erstens den Satz auf allen vier Seiten durchdeklinieren. Zweitens benennen, welches Ohr der Empfänger aufgedreht hat. Drittens einen Klärungsweg vorschlagen: nachfragen, Ich-Botschaft, zurück zur Sachebene. Damit zeigst du Wissen und Anwendung in einem.

QUELLEN UND ZUM WEITERLESEN

Schulz von Thun, Friedemann (1981): Miteinander reden 1. Störungen und Klärungen. Psychologie der zwischenmenschlichen Kommunikation. Rowohlt, Reinbek.

Schulz von Thun Institut für Kommunikation: Das Kommunikationsquadrat, frei zugänglich unter schulz-von-thun.de.

Watzlawick, Paul, Beavin, Janet H. und Jackson, Don D. (1969): Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien. Huber, Bern.

Konsens ist der Wert des Modells als Analyse- und Klärungswerkzeug in Ausbildung und Praxis. Empirisch überprüfen lässt sich die Vierteilung kaum; welche Botschaft eine Nachricht trägt, bleibt Deutung und muss im Gespräch geklärt werden.

QUELLE

Frischmuth, T. (2026): Das 4-Ohren-Modell mit Kita-Beispielen (Schulz von Thun). In: ErzieHero-Magazin. Online unter: <https://erziehero.de/magazin/4-ohren-modell-beispiele> (Zugriff am 25.07.2026).



Scannen und am Tablet lesen