

Ich will verstehen, was du wirklich brauchst

Das Projekt Giraffentraum® in Kindergärten

Eines Morgens kam Claudia mit einem braunen Bündel in den Morgenkreis der blauen Gruppe: „Stellt euch vor, was ich im Windfang gefunden habe.“ Robin nahm vorsichtig das Tuch beiseite. Alle Kinder waren mucksmäuschenstill und schauten gespannt. Unter dem Tuch kam eine Babygiraffe zum Vorschein. Aufgeregt meinte ein Kind: „Ich glaub, die kleine Giraffe hat sich verlaufen und ist traurig.“

Seitdem vier hilflose kleine Giraffenbabys aufgetaucht sind, ist im Kindergarten der Stadt Stein vieles anders geworden.

„Wir haben durch unsere Gefühle und Bedürfnisse die Freude am Leben bei uns selbst und mit den Kindern wieder entdeckt“, sagt die Leiterin Petra Henle-Dietzel begeistert. „Wir haben zusammen mit den Kindern und den Eltern die hinter dem Konzept Giraffentraum® stehende Gewaltfreie Kommunikation von Dr. Marshall B. Rosenberg kennengelernt und erleben seitdem neue Formen des Miteinanders und der Kommunikation. Wir sind noch nicht perfekt in der „Giraffensprache“, aber wir üben. An dem Projekt Giraffentraum® haben mittlerweile fast 20 Kindertagesstätten mit insgesamt über 1.000 Kindern in ganz Deutschland und Österreich teilgenommen. Die Kinder lernen zusammen mit den Erzieherinnen und Erziehern einen „gewaltfreien“ Umgang miteinander. Dieser ist geprägt von gegenseitigem Verständnis, Vertrauen, Wertschätzung und der

Freude, einen Beitrag zur Gemeinschaft leisten zu können. Da auch die Eltern miteingebunden sind, hat das Programm die Chance, langfristig zu einer Änderung des Miteinanders beizutragen. Dabei ist der Giraffentraum® kein klassisches Gewaltpräventionsprogramm, das vor allem Änderungen auf der Verhaltensebene bezweckt. Das Projekt will viel mehr. Es geht darum, eine Beziehung zwischen allen Beteiligten zu schaffen und zu festigen, in der Gewalt als Mittel nicht mehr nötig ist. Wir brauchen dann nicht erst zu schreien, um gehört zu werden oder müssen schlagen, um zu zeigen, wie verletzt wir sind. Stattdessen lernen Kinder von und mit den Erwachsenen, aufrichtig zu sagen, worum es ihnen wirklich geht und empathisch zu verstehen, was beim anderen los ist.

Das Projekt Giraffentraum® basiert auf der Gewaltfreien Kommunikation von Dr. Marshall B. Rosenberg. Die Gewaltfreie Kommunikation beschreibt dabei eine Haltung, deren Lebensmaxime auf einen kurzen Nenner gebracht bedeutet, an-



von Gundi Gaschler und Frank Gaschler

dere Menschen so zu behandeln, wie man selbst gerne behandelt werden möchte und dabei dem Bedürfnis, das Leben anderer Menschen bereichern zu wollen, größtmöglichen Raum schenkt. Rosenberg verwendet als Symbol einer lebensdienlichen Sprache die Giraffe. Sie ist das Landtier mit dem größten Herzen und spiegelt somit eine Sprache von Herz zu Herz wider. Gewaltfreie Kommunikation wird auch als Giraffensprache bezeichnet. Die Aktualität dieser Maxime findet sich auch in Bildungsempfehlungen der Länder wieder. So liest man beispielsweise in den Bildungs- und Erziehungsempfehlungen für Kindertagesstätten in Rheinland-Pfalz: „Menschliches Zusammenleben erfordert die Bereitschaft, selbst einen Beitrag zu dessen Gelingen zu leisten, sich in Bedürfnisse anderer hineinzusetzen, Vereinbarungen für das Zusammenleben zu respektieren und auch weiterzuentwickeln. Die eigene Entfaltungsfreiheit und die Orientierung an den Rechten anderer ist eng miteinander verbunden. In Beziehungen zu anderen Kindern und zu Erwachsenen entwickelt das einzelne Kind Bindungs- und Beziehungsfähigkeit sowie notwendige soziale Kompetenzen. Hier lernt es Grundlagen für ein menschenwürdiges Miteinander.“

Dr. Marshall B. Rosenberg empfiehlt als methodische Vorgehensweise, die für das Verstehen- und Verstandenwerden äußerst hilfreich ist, die vier Schritte der Gewaltfreien Kommunikation: Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis und Bitte. An dieser Abfolge orientiert sich auch das didaktische Konzept des Giraffentraums®. Gekleidet ist es in die Geschichte einer Babygiraffe, die sich im Kindergarten verlaufen hat. Die Kinder nehmen

Fortsetzung: Seite 10



kinderdreht: 6/07

sich ihrer an und helfen ihr, bis am 5. Tag die Giraffenmama kommt. Da das Baby noch nicht sprechen kann, versuchen die Kinder durch Beobachtungen dessen Gefühle und Bedürfnisse zu erraten. Wenn die Mama dann kommt, berichtet sie von ihrem Traum: „Gestern habe ich geträumt, dass alle Menschen genauso wie wir Giraffen werden, dass sie sagen, wie es ihnen geht und sich darum kümmern, wie es anderen geht. Ich habe geträumt, dass wir uns nicht mehr gegenseitig wehtun, uns auslachen oder uns Sachen wegnehmen. In meinem Traum haben Kinder in einem Kindergarten gelernt, wie Giraffen zu sprechen und zu handeln. Sie sagen, was sie brauchen und hören zu, was der andere braucht. Sie suchen gemeinsam nach Lösungen, damit es allen gut geht. Willst Du bei der Gruppe von Kindern sein, die ich in meinem Traum gesehen habe?“ Nachdem die Kinder dieser Frage zugestimmt haben, beginnt eine Phase, in der die Elemente der Gewaltfreien Kommunikation in den Kindergartenalltag integriert werden und die Erzieherinnen und Erzieher gemeinsam mit den Kindern lernen und das Gelernte vertiefen.

In der Tageseinrichtung lernen die Kinder, die Fähigkeit zu entwickeln, sich in andere Personen hineinzuversetzen, sich ein Bild von ihren Motiven und Gefühlen zu machen und ihr Handeln zu verstehen. Zugleich lernen die Kinder, ihre Eindrücke im Gespräch mit ihrem Gegenüber zu überprüfen. Konflikte bieten beispielsweise Anlässe zum Erlernen von Empathie – insbesondere wenn nicht am Konflikt beteiligte Kinder nach ihrer Meinung über die Ursachen, die Beweggründe der Konfliktbeteiligten und deren aktuelles Erleben befragt werden. Diese Fähigkeit, sich in die Gefühls- und Bedürfniswelt des anderen empathisch hineinzuversetzen, sowohl in Konflikten, als auch im täglichen Miteinander, ist laut neuester neurobiologischer Forschung einer der wichtigsten Bau-

steine menschlicher und sozialer Entwicklung. Es geht dabei darum zu verstehen, worum es dem anderen und mir selbst eigentlich geht – verstehen allerdings weniger auf der kognitiven Ebene, sondern vielmehr auf der emotionalen, intuitiven Ebene. Spüren, was beim anderen und bei mir los ist. Und dies benennen, um Verbindung zu schaffen.

Emotionale Kompetenz bedeutet, sich seiner Gefühle bewusst zu sein und Gefühle ausdrücken und zulassen zu können. Dies heißt auch, gegebenenfalls Gefühle zu regulieren sowie mit negativen Gefühlen und Stresssituationen umgehen zu können.

Die Fähigkeit, Gefühle bei anderen wahrzunehmen und zu verstehen, ist ein weiteres Merkmal emotionaler Kompetenz.

Emotional kompetente Kinder sind in der Lage, mit den vielschichtigen Gefühlen des Lebens umzugehen. Sie lernen, sich in andere hineinzuversetzen.

Hierbei bietet die Gewaltfreie Kommunikation sehr dienliche Mittel. Aus ihrer Sicht zeigen uns die Gefühle an, inwieweit unsere Bedürfnisse erfüllt sind oder nicht und geben uns die nötigen Indizien, um herauszufinden, was wir brauchen. Indem wir ihnen Worte geben, die über „gut“, „schlecht“ und „passt schon“ hinausgehen, können wir ausdrücken, was wirklich in uns lebendig ist und dies dem anderen zeigen. Damit fördern wir gegenseitiges Verständnis und die Bereitschaft, aufeinander einzugehen. Verstanden werden zu wollen ist auch der eigentliche Motivationsfaktor, um Sprache zu erwerben. Denn Kinder wenden häufig dann Gewalt an, wenn sie anders nicht das bekommen, was sie brauchen. „Wenn du nicht hören willst (kannst), musst du

es spüren!“ Da dies in Kitas aber nicht geduldet wird, erfüllen sich die Bedürfnisse der Kinder somit nicht und es entsteht Frustration, Wut und Aggression, die zu weiteren Konflikten führt. Der Ausweg besteht darin, den Kindern eine Sprache zu vermitteln, die für alle leicht verständlich ist und bei dem der Zuhörer offen bleibt, zuzuhören. „Deine Sandburg gefällt mir. Ich bin allein und möchte gerne mitspielen. Darf ich?“ ist wahrscheinlich eine erfolgreichere Strategie als „Wenn ich nicht mitspielen darf, bin ich nicht mehr dein Freund und dann mach ich dir die Burg kaputt!“ Selbst Kinder, die sehr große Schwierigkeiten haben, Kontakt zu eigenen Gefühlen oder denen anderer zu bekommen, spricht dieses Projekt sehr an. Es bietet ihnen durch das direkte Ansprechen erfüllter oder unerfüllter Bedürfnisse Zugang zu der Welt emotional betonter Menschen. So berichtet Lorna Ritchie, Projektleiterin in Berlin, von einem autistischen Kind, das nur wenig anfangen konnte mit Gefühlen wie „traurig“, „enttäuscht“, „fröhlich“ oder „ängstlich“, sich dafür aber ohne Probleme mit den dahinter liegenden Bedürfnissen (Trost, Vertrauen, Spiel, Schutz) verbinden konnte.

Gerade die Bedürfnisse sind es, die im Mittelpunkt Gewaltfreier Kommunikation stehen und die zu Verbindung führen. Jeder hat ein Bedürfnis nach Respekt, Anerkennung, Autonomie oder Zugehörigkeit. In aktuellen politischen Diskussionen wird hier immer wieder von Werten gesprochen und bereits in den Kitas soll auf eine Erziehung dazu besonderer Wert gelegt werden. Gesellschaftliche Werte wie Respekt, Toleranz, gegenseitige Wertschätzung, Achtsamkeit und Freiheit sind Basis eines Miteinanders,

deren Wert die Kinder erkennen können, wenn sie sie verstehen und selbst erleben können. Dazu ist wichtig zu erkennen, dass all diese Werte individuell sehr unterschiedlich erlebt und erst durch eine konkrete Bitte nachvollziehbar und umsetzbar werden.



Giraffentraum – Ein Projekttagebuch im Kindergarten Stein

Am Morgen hat Petra im Büro jemanden ganz leise weinen hören: Es war eine kleine Giraffe.

Die Kinder waren aufgeregt und stellten Fragen: „Wie kommt die Giraffe in den Kindergarten?“ „Hat sie sich verlaufen?“ „Die Giraffe könnte Laura gehören!“ „Vielleicht gehört sie aber auch einem Kind aus einer anderen Gruppe?“

Leider konnte die Giraffe nicht sprechen. Es war aber nicht schwer, herauszufinden wie es ihr ging, denn sie ließ ihren Kopf hängen und sah traurig aus. Zusammen überlegten wir, was die Giraffe jetzt brauchen könnte? „Die Babygiraffe könnte Hunger haben“, meinten viele Kinder. Ein Kind wollte deshalb am nächsten Morgen Heu von seinem Opa mitbringen. „Sie ist bestimmt müde.“ Die Kinder errichteten einen Schlafplatz, ausgestattet mit Schafsfell, Kissen und Decke.

Während der Freispielzeit wurde für die Giraffe gekocht, sie wurde gestreichelt und die Kinder nahmen Rücksicht auf sie, indem sie leise spielten, damit sie schlafen konnte. Im Abschlusskreis war die große Frage: „Was geschieht heute Nacht mit der Giraffe? Wir, die Kinder werden abgeholt und dann wäre das Baby die ganze Nacht alleine.“ So kamen die Kinder auf die Idee, dass Petra auf die Giraffe aufpassen und sie mit nach Hause nehmen sollte, aber nur mit dem Versprechen, sie neben ihrem Bett schlafen zu lassen und am nächsten Tag sie wieder mitzubringen. Am nächsten Morgen waren alle gespannt, wie es dem Baby heute Nacht ergangen war. Die Giraffe hatte gut geschlafen, aber sie wirkte trotzdem noch traurig und ängstlich. Woran wir dies erkennen wie die Giraffe und auch wir uns fühlen, fanden die Kinder schnell heraus. Man erkennt es vor allem am Gesicht, an ihrer Kopf- und Körperhaltung. In einem Spiel haben die Kinder anhand von „Gefühlskarten“ ihre Gefühle gezeigt. Sie versuchten, die Gefühle darzustellen. Wer erkennt diese Gefühle? Wer kann sie nachmachen?

Der nächste Kindergarten tag begann damit, die Babygiraffe zu wecken. Dabei stellten die Kinder fest, dass sie immer noch traurig und ängstlich war. Wie können wir ihr nur helfen? Was braucht sie? „Hast du Hunger?“ „Willst du spielen?“ „Willst du gestreichelt oder getröstet werden?“ „Bist du traurig, weil deine Mama nicht da ist?“ „Sollen wir – die blaue Gruppe – dir helfen?“

Jedes Mal nickte die Giraffe – besonders bei der letzten Frage.

Da nun alle wussten, was die Giraffe braucht, bemühten sich die Kinder, ihre Bedürfnisse zu erfüllen. Nur, wie können wir ihr den Wunsch nach der Mama erfüllen? Hannah hatte eine Idee und Marcel half ihr dabei: „Wir hängen ein

Plakat an der Gruppentür auf.“ Als wir der Giraffe davon berichteten, bekamen wir von ihr auf unsere Frage, ob sie noch traurig oder ängstlich ist die Antwort: „Nein“, wir fühlten uns ganz schön erleichtert und freuten uns sehr. Die Kinder errichteten der Giraffe ihr eigenes „Reich“ – die Giraffenecke. Darin wohnt nicht nur die Giraffe. Nein, auch wir können dort viele Dinge entdecken und ausprobieren.

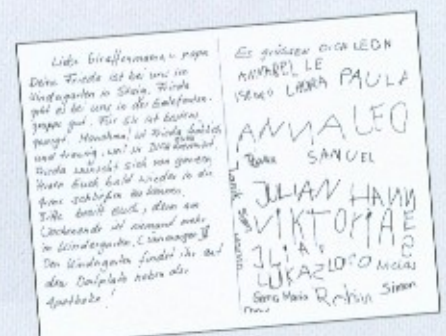
Zum Beispiel gibt es dort Gefühlskarten und einen Spiegel. Wie sehe ich eigentlich aus, wenn ich traurig, wütend, ängstlich, glücklich oder erschrocken bin?

Und was sagt uns der Gesichtsausdruck eines anderen Menschen über sein Gefühl?

Die Vorschulkinder vertieften dies, indem sie sich an erlebte Situationen zurück erinnerten in denen sie sich z.B. glücklich oder traurig gefühlt haben. Dazu malten sie Gesichter, die sie dann den anderen Kindern im Abschlusskreis präsentierten und die dazugehörige Situation schilderten. Die anderen Kinder waren nun „Detektiv“ und versuchten herauszufinden was jemand in dieser oder jener Situation braucht. Was braucht z.B. ein Mädchen, wenn es abends im Bett liegt und vor einem Geräusch Angst hat? Wir hatten schon sehr viel über unsere Giraffe (und uns) herausgefunden:

- Die Babygiraffe war ohne Mama im Kindergarten (Beobachtung).
- Sie war traurig (Gefühl).
- Sie brauchte Nähe, Trost, Spiel und Ruhe (Bedürfnisse)
- Am liebsten hätte sie jetzt ihre Mama wieder und bat uns, ihr dabei zu helfen (Bitte).

Da wir dieser Bitte leider noch nicht ganz nachkommen konnten, überlegten wir im Morgenkreis gemeinsam und machten uns dann auch gleich ans Werk unsere Idee zu verwirklichen: „Wir müssen mehrere Plakate aufhängen damit viele Menschen es sehen. Am besten in der ganzen Stadt!“ Aber wie? „Wir kopieren einfach das vorhandene Plakat. Und, damit jeder hinschaut, malen wir es noch bunt an.“



Gesagt, getan. Jeder wollte sein Plakat mit nach Hause nehmen und es am Gartenzaun, Türen und Autos usw. hängen, damit möglichst viele Menschen es lesen und schnell die Mama gefunden wird. Und nicht nur das, wir haben uns gemeinsam auf den Weg gemacht und bei der Kirche ein Plakat aufgehängt, denn: „Zur Kirche kommen viele Leute, die das Plakat lesen könnten.“

Am nächsten Tag: Die Plakataktion war erfolgreich. Die Mamagiraffe hatte einen Brief geschrieben: „Sie kommt morgen.“

Natürlich war die Freude bei der Babygiraffe sowie der ganzen blauen Gruppe riesengroß. Und als die Mamagiraffe dann kam, gab es für die Kinder kein Halten mehr.

Sie „stürzten“ sich regelrecht auf die zwei Giraffen, um an deren Wiedersehensfreude teilhaben zu können.

Wie ging es nun der Mamagiraffe? Sie war überglücklich, weil Pilou (die Babygiraffe) sich bei uns so wohl fühlte. Denn ihr ist sehr wichtig, dass wir uns umeinander kümmern.

Dann fragte Mira (die Mamagiraffe) die Kinder, ob sie die „Giraffensprache“ lernen möchten. Wichtig dabei ist es, dass jeder sagt, was er braucht und zuhört, was andere brauchen und alle gemeinsam Lösungen suchen damit es allen gut geht. Alle Kinder wollten die Giraffensprache lernen. Dazu übergab die Giraffenmama uns einen Erzählstab zum Reden sowie Giraffenohren zum Zuhören.

„Fährt Mira jetzt wieder heim?“, fragten einige Kinder besorgt und etwas betrübt. Da wir sie gerne noch etwas bei uns haben wollten, machten wir ihr den Vorschlag, noch eine Weile zu bleiben. Da sie sich bei uns wohl fühlte, sagte sie „Ja“ und zog zusammen mit Pilou in die Giraffenecke ein. Jetzt konnte es mit den vier Schritten der Giraffensprache losgehen.

„Lernen wir dabei Giraffen zu verstehen?“ „Nein, aber die Giraffensprache hilft uns Menschen, uns besser zu verstehen.“

Nach einigen Tagen wussten die Kinder schon gut darüber Bescheid. Dazu einige Aussagen der Kinder:

- „Da muss man gut hören und sehen.“
- „Man kann damit sich selbst und anderen Menschen helfen, sein Gefühl und das Gefühl beim anderen heraus zu finden.“ (über den Gesichtsausdruck)



- „Man kann mit der Giraffensprache finden, was die Menschen brauchen.“

Die Frage „Woher wissen wir was sie brauchen?“ beantworteten die Kinder folgendermaßen

- „Ins Gesicht schauen.“
- „Fragen stellen: Bist du ...? Brauchst du ...?“

So können wir uns gegenseitig helfen und besser verstehen, wenn wir wollen.

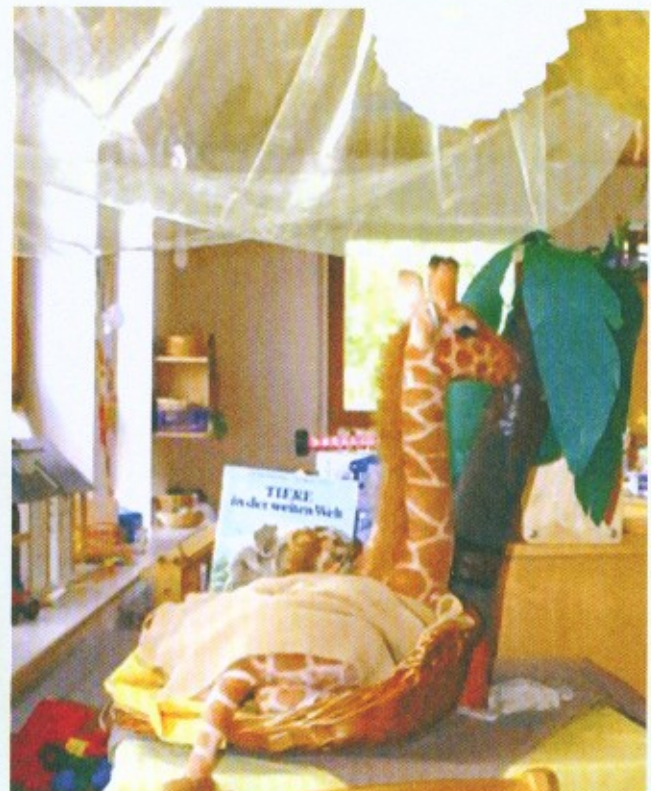
Bis Weihnachten machte die Gruppe zu den vier Schritten noch viele vertiefende Aktionen.

1. Schritt: Wahrnehmung

- Welcher Gegenstand fehlt?
- Orchesterspiel – Wer ist der Dirigent?
- Was können wir in drei Minuten alles hören, wenn wir ganz leise sind?
- Uns gegenseitig genau betrachten und auf einem Plakat festhalten (Wer hat braune Haare, eine Brille, blaue Augen, Muttermale, usw.)

2. Schritt: Gefühle

- Wir stellten beim Äußern von Gefühlen fest, dass es nicht nur „gut“ und „schlecht“ gibt, sondern viele Wörter die dies genauer beschreiben: fröhlich, überglücklich, heiter, motiviert, stolz, erleichtert, wütend, traurig, müde, ärgerlich, verzweifelt, enttäuscht, usw.
- Wir erstellten ein „Gefühls-Memory“ mit Fotos von Kindern unserer Gruppe, die verschiedene Gefühle darstellten.
- Aus Ton haben wir Gesichter gemacht, die ein Gefühl ausdrücken.



- Und immer wieder kamen Gespräche auf, wie sich jemand wohl gerade fühlt.

3. Schritt: Bedürfnisse und 4. Schritt: Bitte

Diese beiden Schritte „erarbeiteten“ wir uns durch den täglichen Umgang mit der Giraffensprache, Gesprächsrunden und in der Kinderkonferenz.

Pilou hat eines Tages nach ihrem Papa gefragt: „Wo könnte er sein?“ Diese Frage ist noch ungeklärt und die Kinder gingen ihr nicht weiter nach – aber wir sind gespannt – vielleicht kommt diese Frage ja demnächst wieder?

Vieles hat sich inzwischen verändert: Viele Kinder bekamen zu Weihnachten Giraffen geschenkt, so entstand freitags (Spielzeugmitbringtag) oft ein Giraffentreffen. Einmal die Woche findet für die Vorschulkinder eine Giraffenlernstunde statt. (Für alle die Lust haben und alle haben Lust.)

Gundi und Frank Gaschler sind zertifizierte Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC) und Elternkursleiter (Starke Eltern – Starke Kinder des Deutschen Kinderschutzbundes).

Kontakt:

Freie Kommunikation
Frank Gaschler
Franz-Schubert-Straße 5
85757 Karlsfeld
08131 505856
info@giraffentraum.de
www.giraffentraum.de

In jeder Morgen- und Abschlusskonferenz werden Pilou und Mira als vollständige Mitglieder in die Gruppe integriert. Sie werden mitgezählt, geben ihre Stimme ab, melden sich im Kreis, nehmen an Aktivitäten teil, auch an Geburtstagen usw. Die Kinder erzählen in Konferenzen ihre Erlebnisse und ebenso selbstverständlich teilen sie der Gruppe ihre dabei empfundenen Gefühle mit. Bei Konflikten hört man ganz oft: „Das hat mich traurig gemacht, da bin ich wütend, ich brauch jetzt meine Ruhe.“ Ein Kind sagte: „Das macht mich übertraurig.“

Aktuelles Seminar zum Thema:

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation und das Projekt Giraffentraum® im Bildungswerk Aachen vom 25. – 27.2.2008

Das Buch zum Artikel:



Frank und Gundi Gaschler
Ich will verstehen, was du wirklich brauchst. Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern. Das Projekt Giraffentraum
Kösel-Verlag, München 2007
ISBN: 978-3-466-30756-2