



Gewaltprävention  
und Konflikttraining  
im Kindergarten  
Leineberg

## **Literatur und Links**

Eine ausführliche Dokumentation dieses Projektes können Sie bestellen bei:  
Kinderhaus e. V., Obere Masch 20, D-37073 Göttingen, Tel. 0551/521 39 30, Fax 0551/  
521 39 39, eMail [info@kinderhaus-goettingen.de](mailto:info@kinderhaus-goettingen.de)

### LITERATUR

**Marshall Rosenberg**, Gewaltfreie Kommunikation. Junfermann Verlag 2001

**Ders.:** Eine Einführung in die Giraffensprache. Ein Abendworkshop mit Marshall Rosenberg. Broschüre, Zentrum GFK Berlin

**Ders.:** Intime Beziehungen. Ein Abendworkshop mit Marshall Rosenberg. Broschüre, Zentrum GFK Berlin

**Ders.:** Ärger einführend hören und ausdrücken. Ein Workshop mit Marshall Rosenberg. Broschüre, Zentrum GFK Berlin

**Ders.,** Kinder einfühlsam erziehen. Elternsein mit Gewaltfreier Kommunikation. Broschüre, Zentrum GFK Berlin

**Ingrid Holler**, Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation, Junfermann Verlag, 2003

**Nada Ignjatovic-Savic**, u.a. Worte sind Fenster – oder sie sind Mauern – Ein Programm in Gewaltfreier Kommunikation (Band 1-3), Zentrum GFK Berlin

**Nancy Sokol Green**, Das Giraffenklassenzimmer – Wo Lehren ein Vergnügen und Lernen eine Freude ist. Zentrum GFK Berlin

(Bezug aller Materialien über: Zentrum GFK Berlin e.V., Tel. 030 66 46 05 27, [www.gewaltfrei.de](http://www.gewaltfrei.de))

### LINKS

USA	<a href="http://www.cnvc.org/">http://www.cnvc.org/</a>
Deutschland	<a href="http://www.gewaltfrei.de">http://www.gewaltfrei.de</a>
Niederlande	<a href="http://www.geweldlozecommunicatie.nl/">http://www.geweldlozecommunicatie.nl/</a>
Schweden	<a href="http://www.pi.se/webpage/giraff">http://www.pi.se/webpage/giraff</a>
Dänemark	<a href="http://www.beritmikkelsen.dk/">http://www.beritmikkelsen.dk/</a>
Italien	<a href="http://www.centroesserci.it">http://www.centroesserci.it</a>
Schweiz	<a href="http://de.groups.yahoo.com/group/nvc-ch/">http://de.groups.yahoo.com/group/nvc-ch/</a>

© 2003 by Kinderhaus e.V. Göttingen (Hrsg.)

Alle Rechte, auch der fotomechanischen Wiedergabe, vorbehalten. Nachdruck und Auszüge nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers.

## **Die Beteiligten**

### **Die Kinder**

30 Kinder im Alter von 2 bis 6 Jahren, davon drei Kinder mit Beeinträchtigungen

### **Das Kindergartenteam**

Alexandra Kazmierczak (Erzieherin), Aurelia Krause (Heilpädagogin), Stephanie Scharle (Kinderpflegerin), Zoi Tzoukmani (Erzieherin), Renate Wenghöfer (Erzieherin)

### **Die Fachberatung**

Kirsten Rickmann, pädagogische Leitung im Kinderhaus e.V., Tanz- und Ausdrucks-therapeutin, Mediatorin

### **Die Projektbegleiter**

Dr. Gerhard Rothhaupt, freier Berater und Moderator mit Schwerpunkt auf Konflikttransformation in Göttingen. ⇒ [www.visionenundwege.de](http://www.visionenundwege.de)

Markus Sikor, Mediator und Berater in Steyerberg, zertifizierter Trainer für gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg. ⇒ [www.institut-sikor.de](http://www.institut-sikor.de)

### **Der Kinderhaus e.V.**

seit 1981 Träger von Kindertageseinrichtungen für Kinder im Alter zwischen ein und zwölf Jahren in Göttingen und Umgebung, anerkannter Freier Träger der Jugendhilfe. ⇒ [www.kinderhaus-goettingen.de](http://www.kinderhaus-goettingen.de)

### **Das Land Niedersachsen**

übernahm die Förderung als Innovationsprojekt im Rahmen der Impulsprogramme des Kinder- und Jugendplans des Landes Niedersachsen

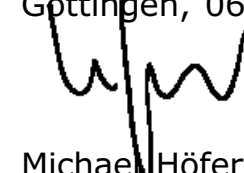
Zwischen Januar und Juli 2003 fand im Kindergarten Leineberg des Kinderhaus e.V. ein Projekt zu Gewaltprävention und Konflikttraining nach der Methodik der Gewaltfreien Kommunikation von Marshall Rosenberg statt.

Dieses Projekt stellt insofern ein Novum dar, als die Prinzipien der Gewaltfreien Kommunikation zum ersten Mal im Bereich des Kindergartens eingesetzt und erprobt wurden – bisher gab es Erfahrungen mit dieser Methode nur im schulischen Bereich. Das Projektteam, bestehend aus den Kindern und MitarbeiterInnen des Kindergartens, der Fachberatung des Kinderhaus e.V. und den Projektbegleitern, ließ sich über ein halbes Jahr auf eine spannende Reise in die Gewaltfreie Kommunikation ein. Herausgekommen ist neben einer Erweiterung des Erfahrungshorizontes aller direkt Beteiligten auch eine ausführliche Dokumentation des gesamten Prozesses, die auch für andere Kindertageseinrichtungen als Leitfaden für die Beschäftigung mit der Thematik dienlich sein kann. Diese kurze Broschüre soll dabei nur als kurzer Einstieg dienen, wer Lust auf mehr Information hat, sollte die ausführliche Dokumentation zur Hand nehmen.

Mein Dank gilt in erster Linie allen Beteiligten für ihre Ausdauer und Innovationsfreude.

Mein Dank gebührt auch dem Kultusministerium des Landes Niedersachsen: ohne die Förderung im Rahmen der Impulsprogramme des Kinder- und Jugendplans des Landes wäre dieses Projekt nicht möglich gewesen.

Göttingen, 06.10.2003



Michael Höfer  
Geschäftsführer Kinderhaus e.V.

*Wenn man ein Kind schimpft lernt es schimpfen.  
Wenn man ein Kind auslacht, dann lernt es auslachen  
Wenn man ein Kind demütigt, lernt es demütigen  
Wenn man die Seele eines Kindes tötet, lernt es töten  
Es hat dann die Wahl, ob sich selbst, die anderen oder beides*

Alice Miller „Am Anfang war Erziehung“

Wenn man einem Kind vorlebt, wie man für sich sorgt ohne andere zu verletzen, dann lernt es alles, was es zum Leben braucht – so könnte das Motto für dieses Projekt lauten.

### **Warum? – die persönliche Ebene**

Der Grundgedanke des Projektes lautete etwa so: „Wenn Kinder von klein auf in einem Umfeld aufwachsen, das auf den Prinzipien der Gewaltfreien Kommunikation aufbaut, dann wäre das ein gewaltiger Schritt in Richtung zu mehr Frieden, Gemeinsamkeit und Harmonie auf dieser Welt!“. Also beschlossen wir ein Projekt durchzuführen, das die Gewaltfreie Kommunikation im Kindergarten Leineberg einführen sollte.

Gemeinsam wollten wir einen Beitrag leisten, dass Kinder einen konstruktiven Umgang mit Konflikten lernen und so stark werden können ohne zu verhärten. Zudem versprach sich das Team eine Erleichterung der täglichen Arbeit, wenn weniger Zeit und Energie für die immer gleichen alltäglichen Streitigkeiten aufgewandt werden müsste.

### **Warum im Kindergarten?**

Alle Untersuchungen zeigen: Die Grundlagen für ein gewaltvolles Leben werden früh gelegt. Der Kindergarten ist für viele Kinder der erste Ort, wo sie über längere Zeit mit anderen Menschen als ihrer Familie leben, spielen, zanken und lachen. Hier sind engagierte und ausgebildete Fachkräfte beschäftigt, deren Auftrag es ist, mit Kindern zu

2. **Gefühle:** Welche Gefühle löst dies aus? In dem Beispiel z.B. ärgerlich, dann auch hilflos, erschöpft, frustriert.
3. **Bedürfnisse:** Die Bedürfnisse sind das „Herz“ der Gewaltfreien Kommunikation. Sie sind die eigentliche Ursache der Gefühle, die wir empfinden. Hierbei unterscheidet sich die Gewaltfreie Kommunikation stark von der gewohnten „normalen“ Sprache und Denkweise. Sie legt großen Wert darauf, dass Menschen die volle Verantwortung für Ihre Gefühle übernehmen und nicht andere Menschen oder Umstände dafür verantwortlich machen. Im Beispiel: Wir sind gewohnt zu sagen, „Ich bin frustriert, weil Du dauernd nörgelst“. Wenn man jedoch die Verantwortung für seine Gefühle übernimmt, dann wird man die Aufmerksamkeit auf seine unerfüllten Bedürfnisse legen. Dadurch wird bewusst, dass man sich ärgerlich, hilflos, erschöpft und frustriert fühlt, weil wichtige Bedürfnisse unerfüllt sind, wie z.B. Ruhe / Entspannung, Anerkennung, Harmonie, Kontakt, Gemeinsamkeit, Freude.
4. **Bitte/Strategie:** Dieser Schritt formuliert eine konkrete Bitte oder Strategie, die dazu beiträgt die angesprochene Bedürfnisse zu erfüllen. In der Gewaltfreien Kommunikation versuchen wir das Bewusstsein dafür zu stärken, dass es für die Erfüllung eines Bedürfnisses viele Möglichkeiten gibt.

Für didaktische Zwecke unterscheiden wir in unseren Seminaren die beiden unterschiedlichen Formen der Aufmerksamkeit durch die Symbole von Wolf und Giraffe. Der Wolf wird als Symbol für eine Sprache verwendet, die unsere Aufmerksamkeit darauf legt, was an anderen Menschen verkehrt ist. Er spricht in Bewertungen, Verurteilungen und Forderungen, stellt keine oder unklare Bitten und verwendet eine Sprache, die seine Verantwortung für seine Gefühle vermeidet. „Wolfssprache“ ist dabei nicht immer „hart“ oder aggressiv, im Gegenteil, sie kann manchmal sehr „nett und sanft“ klingen – wie z.B: „Du bist doch sonst so lieb, also benimm Dich bitte etwas besser.“

Die Giraffe symbolisiert die Sprache, die aus einer Haltung entsteht, wenn wir mit unseren Bedürfnissen verbunden sind. Sie verwendet eine Sprache, die deutlich macht, dass sie sich für ihre Gefühle und Bedürfnisse selbst verantwortlich zeigt. Giraffen ist bewusst, dass sie einen hohen Preis zahlen, wenn sie gegen ihre eigenen Bedürfnisse handeln, aber auch wenn sie ihre Bedürfnisse auf Kosten anderer Menschen erfüllen. Daher legen Giraffen viel Wert auf Klarheit und Offenheit – etwas, was nicht immer als „nett“ angesehen wird oder „nett“ klingt.

Eine Frau träumte, dass sie auf dem Marktplatz ihrer kleinen Stadt ein Geschäft betrat, welches offensichtlich dort neu eröffnet hatte. Als sie sich umschaute, war sie überrascht dass Gott selbst hinter dem Ladentisch stand. „Was kann man hier kaufen?“ fragte die Frau. „Alles, was dein Herz begehrt“, sagte Gott. Die Frau konnte kaum glauben, was sie hörte und dachte eine Weile nach. Dann sagte sie: „Ich möchte innere Zufriedenheit und Mitgefühl und Weisheit und Angstfreiheit.“ Nachdem Gott schwieg, sagte sie: „Und Gerechtigkeit und Aufrichtigkeit und Wertschätzung.“ Nach einer kleinen Weile fügte sie hinzu: „Nicht nur für mich. Für alle Lebewesen auf dieser Welt.“ Gott lächelte: „Ich glaube, hier liegt ein kleines Missverständnis vor. Wir verkaufen hier keine Früchte. Nur die Samen.“

Die Gewaltfreie Kommunikation ist für uns ein solcher Samen, der, wenn er gesät und genährt wird, die Früchte von mehr Verständigung und Mitgefühl trägt.

Der Begriff Gewaltfreie Kommunikation (GFK) bzw. Nonviolent Communication wurde geprägt, als Dr. Rosenberg vor 35 Jahren seine ersten Seminare mit Teilnehmern aus der Bürgerrechts- und Friedensbewegung in den USA durchführte. Oft werden auch die Begriffe „mitfühlende Kommunikation“, „Lebensdienliche Kommunikation“ oder – auf das Symboltier der Gewaltfreien Kommunikation zurückgreifend – „Giraffensprache“ verwendet.

Es ist Philosophie der Gewaltfreien Kommunikation, dass alle Menschen prinzipiell zu Rücksichtnahme, Kooperation und friedlichem Verhalten bereit sind, wenn – und darin liegt die Herausforderung – sie darauf vertrauen können, dass ihre Bedürfnisse gleichermaßen ernst und wichtig genommen werden. Eine Kommunikation ist in diesem Sinne also gewaltfrei, wenn wir eine Haltung einnehmen, die einerseits klar und selbstbewusst unsere eigenen Bedürfnisse verdeutlicht, und dabei gleichzeitig offen und verständnisvoll die Bedürfnisse anderer Menschen einbezieht.

Um zu dieser Haltung zu gelangen, hat Marshall Rosenberg ein vierstufiges Modell entwickelt, dass Menschen unterstützt, hinter ihre Bewertungen, Ururteile und Angriffe zu schauen und ihre unerfüllten Bedürfnisse zu entdecken.

1. **Beobachtung:** Was ist der konkrete Auslöser für meine Reaktionen? Zum Beispiel, ein Kind sagt beim Mittagessen „Das mag ich alles nicht essen!“.

arbeiten. Also, so glauben wir, der ideale Ort, um kleinen Menschen zu zeigen, dass ein gewaltfreieres Zusammenleben möglich ist – und vor allem Spaß macht!

### **Wozu und wozu nicht? – die Ziele und erhofften Wirkungen**

Das Projekt verfolgte von Anfang an vor allem ein Ziel: Wir wollten den Kindern Wege eröffnen, wie sie bekommen, was sie brauchen ohne andern eins auf die Mütze zu geben. Wir wollten zweierlei deutlich machen:

Erstens: Du bist vollkommen in Ordnung so, wie du bist, und das was du brauchst, ist vollkommen in Ordnung. Sorge für dich! Gewaltfrei heißt nicht, dass man seine Bedürfnisse hinten anstellt! Wir wollten also auch ein Augenmerk auf die Kinder haben, die schnell klein begeben und vor Konflikten zurückschrecken.

Zweitens: Es gibt bessere Möglichkeiten für mich zu sorgen, als mit Gewalt in all in Ihren Formen (⇒ Gewaltfreie Kommunikation). Wir wollten Gewalt nicht verteufeln, sondern Alternativen aufzeigen, von denen alle Beteiligten mehr profitieren.

Uns ging es auch nicht darum, die „Gewalttäter“ zu ächten, zu brandmarken oder an die kurze Leine zu nehmen. Die Anwendung von (körperlicher) Gewalt ist eine Strategie wie andere auch – leider eine, die für alle Seiten mit extrem hohen Kosten für alle Beteiligten verbunden ist. (Ungeachtet dessen achten wir natürlich nach wie vor darauf, dass sich die Kinder nicht gegenseitig verletzen).

### **Warum? – die Gesellschaftliche Ebene**

Nach Erfurt und vielen gewalttätigen Ausschreitungen gegenüber anders denkenden Menschen, wollten wir auch ein Zeichen setzen, einen Beitrag leisten, dass es auch mit weniger Gewalt geht. Denn eines zeigen alle Untersuchungen: Wer als Kind und Jugendlicher Gewalt erfahren hat, neigt viel stärker zur Gewaltausübung als Menschen, die mit wenig Gewalt aufgewachsen sind.

Grundlage des Konzeptes ist das Modell der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Dieses Modell wird weiter hinten in dieser Broschüre noch ausführlich beschrieben. Im folgenden Abschnitt soll der konkrete Aufbau des Projektes im Kindergarten Leineberg in Göttingen dargestellt werden.

„Sonst gibt's war auf die Mütze“ entstand aus einer Kooperation des Kinderhaus e. V. und des Kindergarten Leineberg mit den beiden Beratern Gerhard Rothhaupt und Markus Sikor. Das Land Niedersachsen stellte Fördermittel zur Verfügung.

Das Projekt wurzelt in der Überzeugung, dass Kinder einen anderen Umgang mit Konflikten am besten dann erlernen, wenn er gemeinsam von allen Beteiligten gelebt wird. Die im folgenden beschriebenen Bausteine spiegeln diese Grundüberzeugung wider.

### **BAUSTEIN 1: *Einführungsseminare in die gewaltfreie Kommunikation***

In einem zweitägigen Seminar wurden die Grundprinzipien der gewaltfreien Kommunikation vorgestellt und eingeübt. Hier standen v.a. die vier Schritte der Gewaltfreien Kommunikation im Mittelpunkt (⇒ Gewaltfreie Kommunikation?)

An zwei weiteren Tagen erfolgte eine inhaltliche Vertiefung und die Diskussion wichtiger Unterscheidungen wie z. B. der Unterschied zwischen strafender und beschützender Machtanwendung. Zusätzlich wurden die Prinzipien des Projektes gemeinsam erarbeitet.

### **BAUSTEIN 2: *Ein anderer Umgang mit Konflikten im Kindergartenalltag***

Herzstück des Projektes war ein anderer Umgang mit Konflikten seitens des Kindergartenteams. Konflikte sollten ohne Schuldzuweisung und im Bemühen um eine win-win-Lösung bearbeitet werden. Win-Win-Lösung bedeutet dabei, dass die Lösung für alle Beteiligten einen Vorteil darstellt. Auf die Einteilung in

## **Abschlussfest des Projektes zur Gewaltfreien Kommunikation: Peter Glück wird verabschiedet**

Geborgenheit  
unterm  
Schwungtuch



Peter  
Glück auf  
dem Weg  
in seine  
Heimat



Übergabe der  
Glücksrucksäckchen



Interesse eines  
Vaters am  
Projekttagebuch



„Schuhsalat“  
- ein Spiel zum Thema  
<wertfreie Beobachtungen>



„Pizza backen“  
- ein Spiel zum Thema <Gefühle>



„Springen vor Freude und Begeisterung“  
- ein Spiel zum Thema <Bedürfnisse>

Gute und Böse, richtig und falsch sollte soweit als möglich verzichtet werden. Weil dies im Alltagsgeschehen außerordentlich schwierig zu erreichen ist, wurde ein spezielles Giraffenzimmer eingerichtet, in das sich Kinder und Erzieherinnen zurückziehen konnten, um auftretende Konflikte in Ruhe zu bearbeiten. Die Gespräche wurden schriftlich dokumentiert und reflektiert.

### **BAUSTEIN 3: Übungssequenzen mit den Kindern**

Wichtige Aspekte der gewaltfreien Kommunikation (v.a. Beobachtung, Gefühle, Bedürfnisse) wurden den Kindern in einer Vielzahl von Übungen vermittelt. Die Übungen wurden vom Kindergartenteam entwickelt und durchgeführt und in einem „Giraffenbuch“ dokumentiert. Das Buch lag für alle Interessierten zur Einsichtnahme aus. Den Abschluss des Projektes bildete ein großes Fest mit Kindern und Eltern.

### **BAUSTEIN 4: Praxisreflexion und Fallarbeit**

Begleitend zu der praktischen Phase im Kindergarten gab es ca. alle zwei Wochen Praxisreflexionen. Hier wurden schwierige Situationen besprochen, Probleme im Umgang mit einzelnen Kindern, inhaltliche Diskussionen zum Konzept geführt und Konflikte innerhalb des Projektteams ausgetragen.

### **BAUSTEIN 5: Elternarbeit**

Das Projekt wurde auf mehreren Elternabenden vorgestellt. Zusätzlich fand ein Informations- und Übungsnachmittag zur gewaltfreien Kommunikation statt. Die Eltern konnten sich laufend mit Hilfe des Giraffenbuchs und durch Gespräche mit Erzieherinnen über den Verlauf des Projektes informieren. Einige Eltern nutzen auch die Gelegenheit, selbst in das Giraffenbuch zu schreiben. Für ein vertiefendes Elternseminar gab es nicht genügend Anmeldungen. Einen Teil der Elternarbeit übernahmen die Kinder, in dem sie in einigen Fällen zu Hause die im Kindergarten erlernten Prinzipien einforderten.

**In diesem Teil wollen wir Ihnen einen kleinen Einblick in die praktische Arbeit im Kindergarten geben. Weitere Informationen finden Sie in der ausführlichen Dokumentation, die beim Kinderhaus e.V. erhältlich ist.**

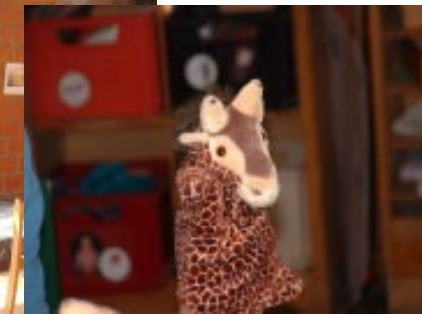
Das Giraffenzimmer wurde eingerichtet als Rückzugsmöglichkeit, um mit den Kindern „giraffisch“ sprechen zu können.



GEFÜHLSBAROMETER		
	morgens	mittags
RIKE		
MARCEL		
FREDERIK		
LUCIA		
ELIAS		

Das Gefühlsbarometer Morgens und mittags dokumentierten die Kinder mit Hilfe von Stickern ihre momentane Befindlichkeit.

nachdenklich,  
beleidigt,  
gelangweilt,  
enttäuscht,  
bedrückt,  
traurig



Die Giraffen in unterschiedlichen Varianten wurden durchgängig in das Projekt mit einbezogen. Die Giraffe steht in der Gewaltfreien Kommunikation für das „Hinter-die-Dinge-schauen“.



Besuch aus dem Land, wo man bekommt, was man braucht, um glücklich zu sein: Peter Glück