

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Gewaltfreie Kommunikation in der Grundschule

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



1. Unterrichtseinheit

Zur Entstehung des vorliegenden Werkes	4
Gewaltfrei kommunizieren in der Grundschule	5
Konzept des Werkes – methodisch-didaktische Hinweise	7
Einstieg: Gefühle erkennen und benennen	8
Angenehme und unangenehme Gefühle	13
Die Giraffen- und die Wolfssprache	21
Nur fünf Gefühle	25
Bedürfnisse erkennen und benennen	30
Das Vier-Schritte-Modell der Giraffensprache	38
Giraffen-Mobile	42
Die Giraffensprache: Beispielsituationen I	46
Das Trainingslager – Ein Übungsbaustein	48
Die Giraffensprache: Beispielsituationen II	52

2. Methodensammlung

Praktisches für den Schulalltag	53
Herz-Schmerz-Runde	55
Lob- und Wunschbriefe	60
Reflexionsbogen	65
Auszeit	66
Wiedergutmachungsvorschläge	67
Gesprächsprotokoll	68



Digitales Zusatzmaterial:

- veränderbare Word-Dateien
- Bildvorlagen
- Beispielfotos für die Umsetzung

Zur Entstehung des vorliegenden Werkes

In meinem ersten Schulpraktikum ging es bereits vor dem Unterricht los. Zwei Streithähne (Klasse 3) gingen mit Stöcken massiv aufeinander los. Ich war völlig überfordert. Damit hatte ich nicht gerechnet. Ich wollte doch nur Unterricht mit lieben, netten Kindern machen! Völlig hilflos und dennoch unter Handlungszwang ging ich dazwischen, beendete mit „Machtworten“ die Gewaltaktion und wusste nichts Besseres zu sagen als „Jetzt vertragt euch wieder und gebt euch die Hand!“ Es beendete zwar die Sache, doch die Streithähne „gifteten“ sich mit Blicken und Gesten weiterhin an. Ich war mehr als aus meiner Bahn geworfen.

Diese „kleine“ Konfliktsituation prägte die Wahl meiner Ausbildungsseminare während des Lehramtstudiums entscheidend.

Am Ende meiner beruflichen Laufbahn bot sich mir die Gelegenheit, im Rahmen einer Kollegenfortbildung ein Konzept zur Gewaltfreien Kommunikation (GfK), die auf den Psychologen Marshall Rosenberg zurückgeht, an der Grundschule zu entwickeln und in den Klassenstufen 3 und 4 anzuwenden.

Nun halten Sie hier das praxiserprobte und individuell verwendbare Lehrwerk in Ihren Händen. Ich wünsche Ihnen viel Experimentierfreude und neue Erkenntnisse.

Mit besten Grüßen

Vera Nitsche

Kinder sind die Zukunft unserer Nachhaltigkeit. Lehrkräfte sind bedeutsame Begleiter. Eltern setzen Fundamente. Kinder entwickeln sich trotz – oder mit alldem. Das Leben meistern zu lernen beginnt mit dem ersten Atemzug. Mit Frustrationen umgehen, Konflikte bewältigen, ohne zu verletzen, sich verstanden und angenommen fühlen – das wollen nicht nur Kinder. „Ich fühle was, was du nicht siehst“ gilt für jeden Menschen – gleich welcher Nation oder welchen Alters. Jeder möchte verstanden und angenommen werden. Manchmal kommt es zu kleinen oder großen Konflikten, die viel Zeit, Raum und Energie in Anspruch nehmen. Der Satz „Die Kinder regeln das von selbst“ ist mir oft begegnet, hat aber zum großen Teil nicht gestimmt bzw. die Regelung war nicht von langer Dauer und nicht zur Zufriedenheit aller. Lediglich die Person, die diesen Satz ausgesprochen hatte, schien erst einmal Ruhe zu haben.

Beim Einstieg eines Kindes in die Schulzeit kommt zum Umgang mit Gleichaltrigen noch der Leistungsaspekt hinzu – mit allem, was dazugehört: es richtig machen zu wollen, Anerkennung zu finden, an die eigenen Grenzen zu kommen, andere zu sehen, die es besser können, ...

Gewaltfrei zu kommunizieren heißt, sich zu spüren und Selbstmitteilungen zu machen, nicht über andere zu urteilen und Kritik nur auf der Sachebene zu äußern. Das ist als Lehrkraft ein Übungsfeld der besonderen Art. Wir wachsen mit unseren Aufgaben. Es geht nicht nur darum, den Kindern etwas beizubringen. Auch Sie als Lehrkraft können mit diesem Buch in einen Lern- und Achtsamkeitsprozess gehen. Ihre Grundschul Kinder werden staunen ... und Sie auch.

Es geht darum:

- Gefühle zu erkennen
- Bedürfnisse zu benennen
- Konflikte zu bewältigen
- Gewalt vorzubeugen

Besonders erfolgversprechend wird es, wenn Sie ein Kollegium haben, das ebenfalls daran interessiert ist, für ein entspanntes Klassenklima zu sorgen.

Warum es so wichtig ist, sich einer reflektierten, gewaltfreien Kommunikationsform anzunehmen, sollen die folgenden kleinen Beispiele verdeutlichen:

„**Du bist toll!**“: Mit dieser Aussage wird die belobte Person bewertet.

„**Hey, das ist super!**“: Hier werden das Ergebnis und die Leistung bewertet.

„**Das hast du toll gemacht!**“: Durch diesen Satz wird die Handlung gelobt, nicht die Person.

„**Ich finde das super!**“: Hier teile ich meine Meinung mit.



Sehen Sie zwischen den Aussagen einen Unterschied? Alle vier Aussagen dürften als „gut“ wahrgenommen werden, doch sie sind nur vermeintlich positiv, der Schein trügt. Das machen wir als Lehrpersonen leider oft, ohne uns dessen bewusst zu sein. Viele Aussagen, obgleich sie zunächst positiv formuliert sind, sind wertend. Indirekt sind diese Aussagen auch eine Wertung für denjenigen, der gerade nicht gelobt wird – und zwar eine negative. In einer Klasse mit mindestens 20 Kindern haben wir solche (sprachlichen) Situationen häufig. Umso wichtiger ist es, sich dessen bewusst zu werden und Sprache situativ reflektiert anzuwenden. Dazu möchte die

Gewaltfrei kommunizieren in der Grundschule

GfK einen Beitrag leisten, denn gewaltvolles Kommunizieren steckt auch in scheinbar positiven Äußerungen, weil eine Wertung ein Urteil ist und ein Urteil keine Selbstmitteilung enthält. Wenn etwas großartig gemacht wurde, ist dadurch nicht die Person toll. Sie hat es großartig gemacht – mehr nicht. Umgekehrt: Wenn etwas schlecht oder nicht richtig gemacht wurde, ist nicht die Person schlecht oder nicht richtig. Das sind feine, aber durchaus nachhaltige Unterschiede, die Frust und Wut hervorrufen können, wenn Aussagen entsprechend formuliert werden. Interessant ist es, an dieser Stelle Negativbeispiele heranzuziehen.

„**Du bist nicht toll!**“: Das sagen wir nie, oder?

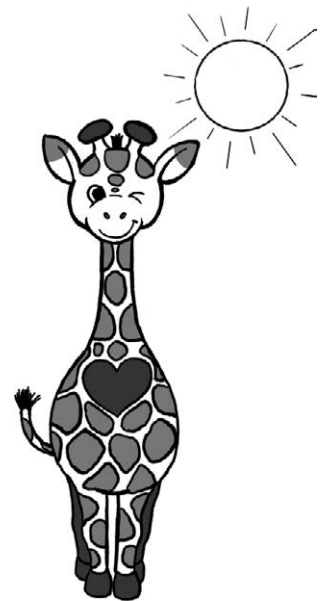
„**Das ist schlecht!**“: Das zu hören, trifft tief, wird es doch gleichgesetzt mit der eigenen Person – nicht mit dem, was getan wurde. Eine Handlung kann verändert werden, eine Person nicht. Somit kommt beim anderen an: „Ich bin schlecht!“



Allerdings lassen sich auch solche negativen Aussagen neutralisieren:

„**Mir gefällt es nicht**“, „**Das entspricht nicht ganz der Aufgabenstellung**“ oder „**Es fehlen noch ...**“: Jetzt sind es Aussagen, die nicht die Person bewerten, sondern Selbstmitteilungen mit einer integrierten Kritik auf der Sachebene. Es ist noch veränderbar. Die Person hat die Wahl, es so zu lassen oder weiß nun, was sie noch ändern oder verbessern kann.

Es wird deutlich, wie fein sich die Wirkung unserer Sprache in Nuancen der Formulierung unterscheiden kann. Sprache kann verletzen, loben oder „einfach“ nur sachlich informieren. Seien Sie daher Vorbild in (gewaltfreier) Kommunikation und erfahren Sie, was sich verändern und möglich sein kann, wenn man die eigene Art zu kommunizieren verändert und dies den Kindern mit auf den Weg gibt.



Die GfK zielt hauptsächlich auf die Umwandlung der sogenannten Wolfssprache (urteilend, anklagend) in die Giraffensprache (Gefühle und Bedürfnisse mitteilend), ab. Wer bereits freundlich und selbstmitteilend spricht, braucht kein anderes Kommunikationsmodell mehr. Oftmals finden die „negativen“ Gefühle kein Sprachrohr. Somit dienen einige Übungen in diesem Band der Bewusstwerdung und dem Versuch, Gefühle und Bedürfnisse in Worte auszudrücken.

Konzept des Werkes – methodisch-didaktische Hinweise

Sie können dieses Handbuch mit wenig oder keinem Hintergrundwissen einsetzen. Vielleicht kennen Sie sich auch schon aus, haben eine oder mehrere GfK-Fortbildungen besucht und sich dann gefragt: Wie geht das nun praktisch im Primarbereich? Ihnen ist eine Fülle an Literatur begegnet oder Sie stehen davor, etwas auszuwählen und wissen nicht, wo anzufangen? Dieses Buch beschränkt sich auf die Praxis. Jegliche Weiterbildung mit Literatur oder Fortbildungen sind hilfreich, aber nicht zwingend.

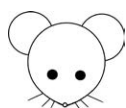
Marshall Rosenberg war ein US-amerikanischer Psychologe, der Gründer des gemeinnützigen *Center for Nonviolent Communication* und international tätiger Mediator. Das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation hat er als Methode zur Verbesserung des zwischenmenschlichen Miteinanders entwickelt. Sein Konzept findet weltweite Anerkennung und wird in unzähligen öffentlichen Einrichtungen und zur Förderung des Friedens in Krisengebieten eingesetzt.

Dies ist ein Praxisbuch nach der Theorie von Marshall Rosenberg. Das Buch beinhaltet sowohl Materialien für die Lehrer- als auch für die Schülerhand. Der erste Teil bietet eine Unterrichtseinheit von 4–6 Wochen. Ergänzend dazu bietet der zweite Teil des Werkes eine Methodensammlung, die entweder in Ergänzung oder auch ohne das vorherige Durchführen der Unterrichtseinheit angewendet werden kann.

Sie finden Kopiervorlagen und Handlungsimpulse für erfahrenden Unterricht im Kompetenzbereich Sozialkompetenz und Klassenklima zum Thema *Umgang mit Konflikten* für die Klassen 3 und 4. Bei jedem Kapitel gibt es eine Handreichung für die Lehrkraft mit orientierenden Zeitangaben für die Durchführung und einen Stundeneinstieg mit anschließenden Arbeitsaufträgen für die Kinder. Hierbei geht es weniger um das bloße Ausfüllen von Arbeitsblättern, sondern um eine individuelle Heftgestaltung. Für eine chronologische Anwendung beträgt der Zeitaufwand bei je 3 Wochenstunden ca. 6 Wochen. Sie können auch lediglich einzelne Elemente auswählen und die Inhalte nach Belieben aufteilen. Dafür gibt es zu ausgewählten Vorlagen eine editierbare Word-Version im digitalen Zusatzmaterial. Dort finden Sie außerdem Beispielfotos, wie die Gestaltung und die Bastelergebnisse aussehen können.

Einige Vorlagen werden differenziert (Level 1–3) mit neutralen Symbolen angeboten:

Level 1



Level 2



Level 3



Es ist hilfreich, den Kindern eine unterstützende Info zu den Differenzierungen zu geben. Weitere Symbole sind:



Arbeitsanweisung für die Kinder



Bedeutet: Zeige es der Lehrkraft (entweder zur abschließenden Kontrolle oder vor der Weiterarbeit).



Kennzeichnet eine mögliche Zusatzaufgabe für schnelle Kinder

Einstieg: Gefühle erkennen und benennen

Benötigte Zeit: ca. 20 min

Benötigtes Material: Bildkarten „Smileys“, Wortkarten „Gefühle“, Arbeitsblätter „Gefühle benennen“, Schere, Kleber, Stifte, Hefte

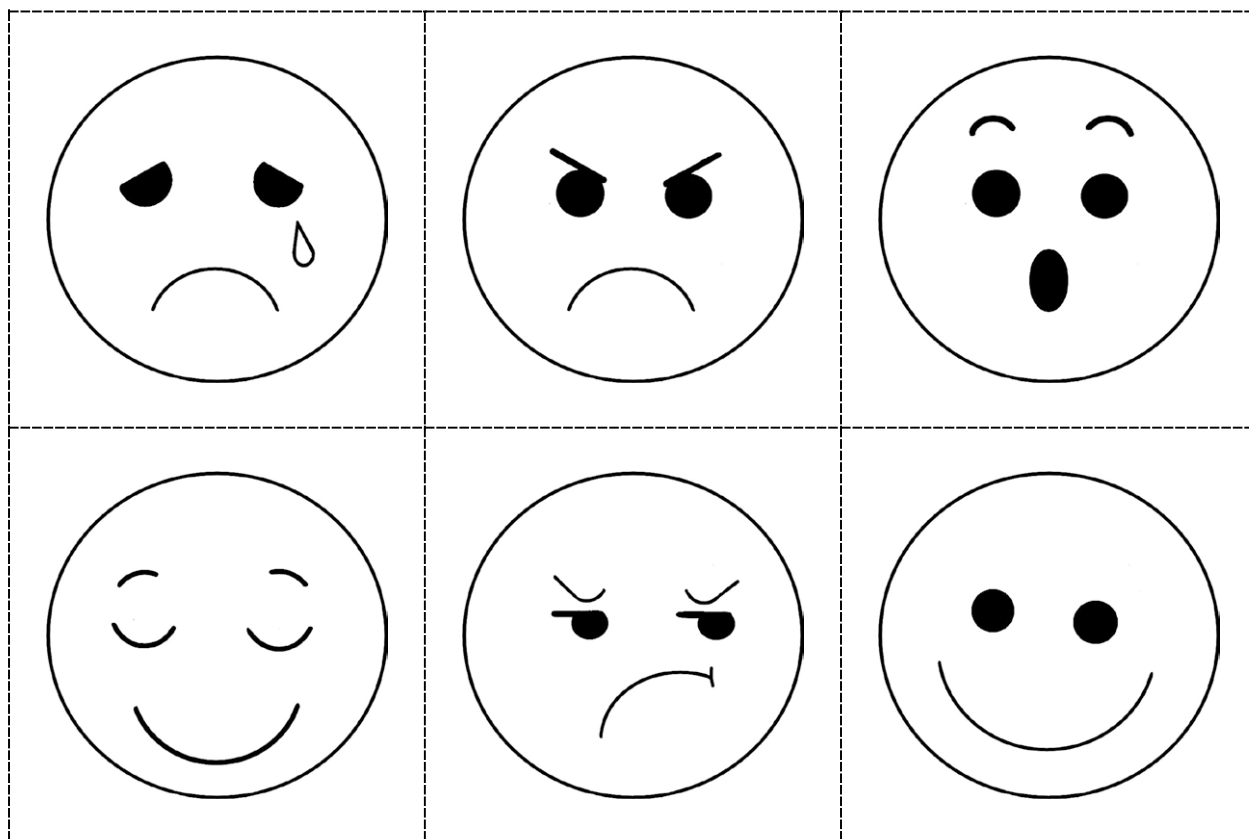
Durchführung:

- Finden Sie sich mit Ihrer Klasse zum Gespräch im Stuhlkreis zusammen.
- Platzieren Sie die Smiley-Bildkarten für alle sichtbar, z. B. in der Mitte auf dem Boden oder an einer Tafel.
- Lassen Sie die Kinder die Gefühle benennen.
- Sie können die Kinder zusätzlich Beispiele erzählen lassen. Animieren Sie die Kinder, über Gefühle zu sprechen (z. B.: „Wie geht es dir, wenn du am Montagmorgen für die Schule geweckt wirst?“, „Es ist der Morgen deines Geburtstags. Du denkst ...“).
- Nun legen Sie die Wortkarten (Adjektive) aus und die Kinder ordnen sie den Smileys zu.

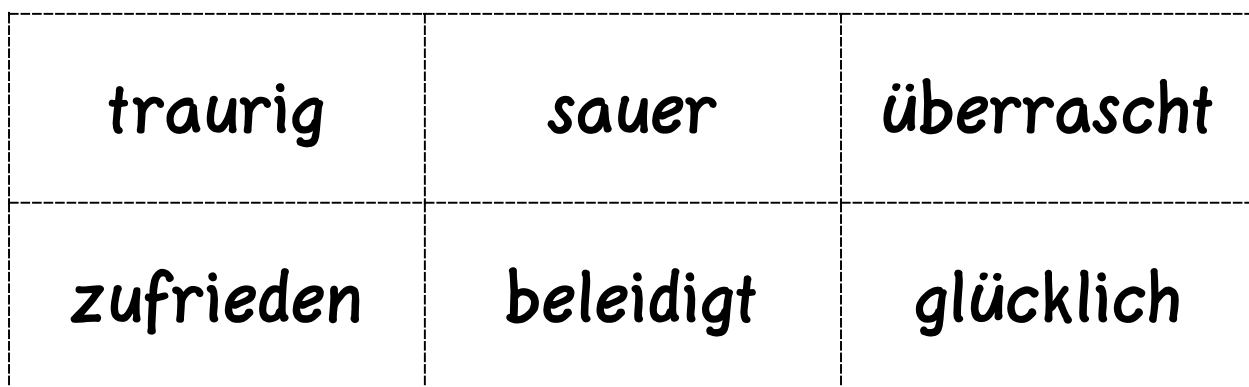
- Im Anschluss bearbeiten die Kinder je nach Leistungsstand das entsprechende Arbeitsblatt.
- Als Puffer, Hausaufgabe oder in der Lernzeit kann alles bunt gestaltet werden.

Einstieg: Gefühle erkennen und benennen

Bildkarten „Smileys“



Wortkarten „Gefühle“



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Gewaltfreie Kommunikation in der Grundschule

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

