

## Gewalt durch Kinder

### Ideen für den Unterricht zur Förderung einer „Kultur der Anerkennung“

#### Problemlage



Schule und Unterricht sind kommunikationsintensive Räume mit vielfältigen sozialen Ereignissen. Dass es da häufig zu Unstimmigkeiten und Reibereien, zu Streits und Konflikten kommt, scheint unvermeidlich zu sein. Die schnell wechselnden Interaktionen und unterschiedlichen Erwartungen, Ansprüche, Forderungen, Wünsche, Bedürfnisse und Gefühle stellen hohe Ansprüche an die sozialen Kompetenzen von Kindern und Lehrkräften. Und leicht wird jemand enttäuscht oder ist verärgert, weil er sich nicht verstanden fühlt, sich ungerecht behandelt, zurückgewiesen oder auch überfordert fühlt.

Kinder erleben das Miteinander im sozialen Raum Schule und Unterricht häufiger, als dies Lehrerinnen und Lehrer wahrnehmen, als emotional belastend. Die Kinder verfügen noch nicht über eine „soziale Routine“, die ihnen hilft, Diskrepanzen zwischen ihren Wünschen und Vorstellungen und dem Verhalten der anderen gelassen zu verarbeiten. Im Grundschulalter entwickelt sich gerade die Genauigkeit, mit der die eigenen Gefühle und Gedanken wie auch die Gefühle und Motive anderer Menschen wahrgenommen werden. Im Umgang mit anderen erproben sich die Kinder und bauen auf der „sozialen Bewertung“ vor allem der Gleichaltrigen ihr Selbstkonzept und ihre Identität auf. Ihr Bedürfnis nach emotionaler Zuwendung und Anerkennung macht sie empfindlich für Missverständnisse und Unstimmigkeiten in der sozialen Kommunikation (vgl. u.a. Petillon 2001).

Emotionale Belastungen, die aus unterschiedlichen Interpretationen oder aus verdeckten Enttäuschungen entstehen können, sind den Kindern selten bewusst. Sie sind häufig eine Ursache für aggressives oder gewalttätiges Verhalten gegenüber anderen Kindern oder gegenüber Gegenständen und wirken sich dann störend auf das soziale Klima in der Klasse aus.

#### Handlungsidee

Von Gewaltforschern wird zur Prävention von Aggression und Gewalt eine „Kultur der Anerkennung“ gefordert (Heitmeyer 1995). Um diese in die Praxis umzusetzen, hilft es

- ein achtsames und verstehensorientiertes Zuhören zu fördern, um sich in die Perspektive des anderen hineinversetzen zu können und zu erkennen, dass die eigene Sichtweise nur eine von vielen möglichen ist.

- vielfältige soziale Situationen zu erleben, bewusst wahrzunehmen und zu reflektieren, um Handlungsmuster und Sprachmuster zu erwerben, die dazu beitragen, dass die Verständigung untereinander gelingt.

Die folgenden Anregungen für den Unterricht zeigen einige Möglichkeiten auf, wie die Handlungsidee in die Praxis umgesetzt werden kann. Die Beispiele beziehen sich auf einzelne Unterrichtseinheiten (Handlungsfeld I), aber auch auf Rituale, Elemente und Projekte, die quer zu den Fächern dazu beitragen können, eine Kultur der Anerkennung zu fördern (Handlungsfeld II, III, IV). Sie sollen auch Sie als Lehrerin oder Lehrer anregen, das eigene Verhalten zu überdenken: Höre ich den Kindern wirklich zu? Frage ich nach mit dem Interesse, sie verstehen zu wollen? Achte ich ihre Perspektive, ihre Meinungen und Wünsche? Auf welchem Ohr habe ich in einer bestimmten Situation gehört und demnach auch reagiert?

Eine vertrauensvolle Atmosphäre zu gestalten, in der die Kinder sich wahrgenommen, geachtet und anerkannt fühlen, ist eine Aufgabe, die über die einzelne Unterrichtsstunde hinausgeht und von allen Beteiligten gemeinsam gestaltet wird.

## Zum Weiterlesen und Vertiefen

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hg.) (2002): Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule. Köln.
- Heitmeyer, W. (1995): Gewalt. Schattenseiten der Individualisierung bei Jugendlichen aus unterschiedlichen Milieus. Weinheim u.a.
- Huber, L. & Odersky, E. (Hg.) (2000): Zuhören – Lernen – Verstehen. Westermann-Verlag, Braunschweig.
- Kahlert, J.; Hagen, M. & Binder, S. (im Druck): GanzOhrSein. Westermann-Verlag, Braunschweig.
- Petillon, H. (2001): Grundschul Kinder und ihre sozialen Beziehungen. In: Einsiedler, W., Götz, M., Hacker, H., Kahlert, J., Keck, R.W. & Sandfuchs, U. (Hg.): Handbuch Grundschulpädagogik und –didaktik, Klinkhard, Bad Heilbrunn, S. 134 – 143.

## Handlungsfeld I

## Unterrichtsanregungen zum Text „Gewalt“ im LEXI - Hausaufgabenheft

Lehrplanbezug

- Deutsch
- 3.1.1. Einander Erzählen und Zuhören
  - 3.1.3. Miteinander sprechen und miteinander umgehen
  - 3.1.4. Sprache spielerisch umsetzen

Heimat- und Sachunterricht  
3.4.1. Zusammenleben in der Schule

Pädagogische Leitthemen  
3.2. Eigene Vorstellungen ausdrücken  
3.3. Konflikte fair austragen

Ziele

- Vorstellungen, Erfahrungen und Emotionen zum Thema „Gewalt“ erkennen und benennen
- sich über das gewünschte Klassenklima gemeinsam verständigen
- Hindernisse und mögliche Verhaltensweisen für einen achtsamen Umgang miteinander erkennen und benennen
- anerkennendes und achtsames Verhalten üben und reflektieren

## Erste Unterrichtseinheit

### „Wohlfühl-Wolken“

Zeit

ca. 45 min.

Material / Medien

Tonpapier für die „Wohlfühl-Wolken“  
Plakat zum Aufkleben der Wolken („Wohlfühl-Himmel“)  
Achtsamkeits-Tagebuch (siehe Anlage 1)

Einstimmung

Die Kinder stellen das Wort „Gewalt“ bildlich dar. Die Buchstaben bleiben dabei möglichst erkennbar und werden entsprechend den Assoziationen der Kinder gestaltet.

Wer möchte, zeigt sein Wortbild der Klasse. Gemeinsam wird versucht, die Emotion oder Assoziation zu erkennen und zu benennen, die hinter dem Wortbild steht.

Dabei ergibt sich ein erstes Gespräch darüber, was Gewalt für die Kinder bedeutet.

Hauptteil

Die Kinder lesen den Text „Gewalt“ (S. 98) im Hausaufgabenheft LEXI. Sicher können einige Kinder ganz ähnliche Erfahrungen erzählen. Im Gespräch sollte nachgefragt werden, wie sie sich gefühlt haben in der Situation, ob die Situation gelöst wurde und wenn ja, wie? Wichtig ist, dass die Kinder erzählen können, ohne dass ihre Erfahrungen moralisch gewertet werden. Es geht in diesem Punkt zunächst nur um die Darstellung und Beschreibung. Vielleicht stellt sich auch heraus, dass die Kinder mit „Gewalt“ ganz andere Situationen verbunden haben.

Die Kinder bekommen einige „Wohlfühl-Wolken“ aus Tonpapier (oder schneiden sich selber so viele zurecht wie sie brauchen). Darauf schreiben sie, wie sie sich den Umgang miteinander in der Klasse wünschen, um sich wohl zu fühlen und „wie auf Wolken gebettet den Tag in der Schule zu verbringen“. Die Wünsche sollten möglichst konkret sein (zum Beispiel: „Ich wünsche mir, dass, wenn es laut ist, die Lehrerin erst ein paar mal nett sagt, dass die Kinder leiser sein sollen und dann erst schreit“).

Gemeinsam werden die Wolken auf ein großes Plakat geklebt. Es entsteht ein „Wohlfühl-Himmel“.

Abschluss

Die Klasse wird in Gruppen geteilt. Jede Gruppe sucht sich eine Wolke aus, überlegt sich eine kurze Szene dazu und spielt sie den anderen vor.

Alternative: Gemeinsam wird eine Wolke ausgesucht, mögliche Szenen gesammelt und spontan von einigen Kindern vorgespielt.

Tipp:

Werden dünne Bambusstäbe, wie sie billig in Baumärkten zu kaufen sind, in einem Rechteck auf den Boden gelegt, entsteht ohne Aufwand eine „Bühne“, ein Spielraum, der es den Kindern erleichtert, in Rollen zu schlüpfen, sobald sie „auf die Bühne“, also in das Rechteck treten.

Fortführung

An den nächsten Tagen wählen die Kinder morgens eine Wolke aus und versuchen, während des Tages diesen Wunsch Wirklichkeit werden zu lassen. Bei „schwierigen“ Wolken können gemeinsam Möglichkeiten überlegt werden, wie diese Wünsche realisiert werden können.

Am Ende des Tages schreiben sie in einem „Achtsamkeits-Tagebuch“ kurz auf, wie ihnen die Umsetzung gelungen ist / was ihnen aufgefallen ist / was ihnen schwergefallen ist (siehe Anlage 1).

## Zweite Unterrichtseinheit

### „Stolpersteine“

Zeit

ca. 30 min.

Material / Medien

Tonpapier für die „Stolpersteine“ bzw. richtige, etwas größere Steine  
2 Plakate zum Aufkleben bzw. 2 Wortkarten zur Zuordnung der Steine

## Einstimmung

Zunächst lesen sich die Kinder ihre Aufzeichnungen im „Achtsamkeits-Tagebuch“ kurz durch. Dann beginnt eine „Drei-Fragen-Runde“:

- Die Kinder gehen zu dritt zusammen und besprechen die erste Frage (ca. 2 min.): Was ist dir am leichtesten gefallen an der Aufgabe, jeden Tag eine „Wohlfühl-Wolke“ in die Realität umzusetzen?
- Die Gruppen gehen auseinander, die Kinder gehen durch die Klasse, jedes Kind sucht sich zwei neue Partner. Die neuen Dreiergruppen besprechen die zweite Frage (wieder nur ca. 2 Min.): Was ist dir am schwersten gefallen an dieser Aufgabe?
- Die Kinder gehen wieder auseinander, suchen sich eine neue Dreiergruppe und besprechen die dritte Frage (wieder ca. 2 Min.): Was hat dich am meisten daran gehindert, eine Wolke umzusetzen?

## Hauptteil

Zielangabe: „Wir sammeln heute „Stolpersteine“. Stolpersteine sind die Sachen, die uns daran hindern, so miteinander umzugehen, dass sich alle wohlfühlen können. Manchmal führen Stolpersteine dazu, dass es Streit gibt oder auch eine Schlägerei.“

In Gruppen schreiben die Kinder ihre Stolpersteine auf. Sie schreiben entweder auf richtige Steine oder auf in Steinform ausgeschnittenes Tonpapier.

Alternative: Die Kinder erzählen und die Lehrerin / der Lehrer löst aus den Erzählungen durch Nachfragen mögliche Stolpersteine heraus.

Jede Gruppe wählt die zwei für sie wichtigsten Stolpersteine aus und stellt diese der Klasse vor. Auch hier ist es wieder wichtig, dass die Darstellungen nicht gewertet oder beurteilt werden. Es geht nicht um „richtig“ oder „falsch“, sondern um die individuellen Wahrnehmungen der Kinder.

Alle Steine werden zwei vorbereiteten Plakaten / drei Wortkarten zugeteilt: „Stolpersteine, die mit mir zu tun haben“, „Stolpersteine die mit den Anderen zu tun haben“.

Auf welchem Plakat sind die meisten Steine? Wahrscheinlich ist es das Plakat der Stolpersteine, die mit anderen zu tun haben. Warum ist das wohl so? Ist es leichter, die Schuld bei anderen zu suchen? Diesen Fragen wird im Gespräch nachgegangen. Es müssen aber keine eindeutigen Antworten gefunden werden, sondern es geht darum, die Gedanken anzuregen und zu formulieren.

## Ausklang

Die Steine werden unter dem „Wohlfühl-Himmel“ zu einer „Stolpersteinmauer“ aufgeschichtet bzw. auf die Plakate geklebt und zu einer „Stolpersteinmauer“ aneinandergelagert.

## Dritte Unterrichtseinheit **„Blumen der Anerkennung“**

Zeit	ca. 30 min.
Material / Medien	Tonpapier zum Basteln der Blumen
Einstimmung	Gemeinsam werden die Stolpersteine und der Wohlfühl-Himmel angeschaut und gelesen.
Hauptteil	<p>Zielangabe: „Heute geht es darum, „Blumen der Anerkennung“ in die Stolpersteinmauer zu pflanzen. Das heißt, es geht darum, zu überlegen, was jeder von uns tun kann, damit wir unserem „Wohlfühl-Himmel“ immer näher kommen und vielleicht immer weniger Stolpersteine im Weg liegen.“</p> <p>Im Unterrichtsgespräch werden Ideen gesammelt. Dabei können die Kinder auch wieder auf ihre Erfahrungen aus dem Achtsamkeits-Tagebuch zurückgreifen.</p> <p>Die Kinder malen / basteln Blumen, auf die sie ihre Ideen schreiben. Diese werden auf das Plakat geklebt bzw. in die Steinmauer gesteckt.</p>
Abschluss	<p>Zum Abschluss wird mit der Klasse die Vereinbarung getroffen, eine Zeit lang jeden Tag mindestens „eine Blume der Anerkennung zu pflanzen“.</p> <p>Auf diese Vereinbarung, auf einzelne Wohlfühl-Wolken oder auf Stolpersteine kann bei aktuellen Anlässen, Streits oder Konflikten wieder zurückgegriffen werden, um - ohne moralischen Zeigefinger und ohne das sozial erwünschte Verhalten anzumahnen – mit den Beteiligten zu überlegen, was eigentlich zu dem Streit geführt hat, welcher Stolperstein da im Weg lag. Es geht um die Erinnerung daran, dass es das Ziel ist, dass sich alle wohlfühlen können und es geht darum anzuerkennen, dass dieses Ziel immer wieder „erarbeitet“ werden muss, im Dialog mit allen Beteiligten.</p>

## **Handlungsfeld II Anregungen für „zwischen durch“ und „immer wieder“**

Ziele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gefühle wahrnehmen und benennen</li><li>• einander zuhören</li><li>• sich mit Worten mitteilen</li></ul>
Zeit	zwischen 5 und 15 Minuten

- Anregung 1                      Jeden Tag / oder jede Woche gegen Ende erzählen Kinder Situationen, in denen sie sich besonders wohlgeföhlt haben und warum.
- Anregung 2                      Immer wieder findet eine Stilleminute statt, in der jeder in sich hinein horcht, wie es ihm gerade geht. Wer mag, erzählt, die anderen hören zu.
- Anregung 3                      Die Welt im Inneren:  
Die Kinder bekommen einen Begriff (z.B. Wald, Frühling, Wasser ...) und lassen innere Bilder entstehen. Dann erzählen die Kinder reihum, welche „Welt im Inneren“ das Wort ausgelöst hat. Überlegt wird, wann es besonders leicht war, das innere Bild der anderen Kinder zu verstehen (z.B. weil Geföhle beschrieben wurden, die man kennt oder weil das Bild sehr genau, in vielen Einzelheiten beschrieben wurde, so dass man es nicht nur vor sich sieht, sondern auch riecht, schmeckt, hört, spürt; ...)
- Anregung 4                      Fünf-Minuten-Heft  
Immer wieder bekommen die Kinder 5 Minuten Zeit, um aufzuschreiben, wie es ihnen gerade geht, was sie beschäftigt, was am Tag besonderes für sie passiert ist ...
- Jedes Kind darf ganz persönlich seine Meinung, Erfahrung, Geföhle aber auch Probleme zu Papier bringen. Wenn sie wollen, geben die Kinder der Lehrkraft ihr Heft ab und bekommen es entweder in einer Sprechstunde oder mit einem schriftlichen Kommentar wieder zurück.
- Das Fünf-Minuten-Heft bietet eine Möglichkeit, schriftlich und ganz persönlich auf aufgeworfene Fragen, Erlebnisse oder Probleme zu reagieren, so dass eine vertrauliche Korrespondenz zwischen dem einzelnen Kind und der Lehrerin bzw. dem Lehrer entstehen kann.
- Wichtig ist, dass der Inhalt des „Briefwechsels“ geheim bleibt und weder rechtschriftlich noch syntaktisch korrigiert werden soll. Es sollte auch nicht darum gehen, alles zu kommentieren.
- Erfahrungen                      Die Kinder merken nach einer Weile, dass in diesem zensierungsfreien Rahmen eine größere Nähe und Empathie entsteht und sie sich wirklich mitteilen können, mit der Gewissheit, dass damit vertraulich umgegangen wird.
- Für die Lehrerin / den Lehrer bietet das Heft die Chance, das einzelne Kind wahrzunehmen und auch nachzufragen („Möchtest du mir mal erzählen, wie es jetzt deiner Oma geht?). Oft geben Kinder ohne einen Impuls ihr Heft ab und warten auf Antwort. Ein einfaches, registrierendes „Aha“ oder „Schön“, eigene Erlebnisse bis hin zu Tipps oder Fragen, ob man mit dem aufgezeigten Problem gemeinsam Hilfe suchen sollte, sind möglich.

Als gemeinsamer Schreibanlass für alle Kinder sind auch Bilder oder besondere Musikstücke denkbar.

Anregung 5

Kindersprechstunde

Wie für die Eltern, so wird auch für die Kinder eine Sprechstundenzeit eingerichtet, in der einzelne Kinder kommen können, aktuelle Anliegen oder auch Konflikte besprochen werden können, entweder mit einem Kind oder mit mehreren betroffenen Kindern gemeinsam.

### Handlungsfeld III

### Gemeinsame Aktivitäten zum Üben des „Miteinander“

Ziele

- Sensibilisierung für das Zuhören
- sich anderen anvertrauen
- unterschiedliche Wahrnehmungen und Empfindungen nebeneinander stehen lassen können

Zeit

5 bis 30 Minuten

Material / Medien

Klangherz / Klangkugel (gibt es in Geschäften mit Theater- und Zirkuszubehör) oder ein Blatt Papier (Anregung 6)  
verschiedene Klangerzeuger (Anregung 7)  
„Hörbrillen“, d.h. Augenbinden / Tücher (Anregung 7 und 8)  
(siehe Anlage 2)

Anregung 6

Klangherzrunde:

Ein Klangherz oder eine Klangkugel (oder auch ein Blatt Papier) wird vorsichtig im Kreis herumgereicht, ohne dass die kleinen Kugeln im Herz oder in der Kugel klingeln. Wie viele Runden werden geschafft, ohne dass etwas zu hören ist?

Anregung 7

Klangparcours mit Hörstationen

Die Hälfte der Klasse gestaltet für die andere Hälfte der Klasse einen Klangparcours mit verschiedenen Hörstationen. Sie wählen ca. 8 bis 12 Hörstationen aus (z.B. Regenrohr, Holzstäbe, Klang verschiedener Plastikfolien, Gießkanne, Eimer mit Wasser, Papier knüllen, Sand in einem Metallgefäß bewegen ...) und bauen diese Stationen in einem Parcours auf (z.B. auf dem Sportplatz, dem Pausenhof ...). Die Kinder werden nun einzeln von einigen „Klanggruppenkindern“ durch den Parcours geführt, am besten „blind“ mit geschlossenen oder verbundenen Augen, während die anderen Klanggruppenkinder die Hörstationen zum Klingen bringen, sobald ein geführtes Kind die Station erreicht.



Am Ende steht ein Austausch darüber, wie die Hörereignisse, wie das „Geführt werden“, wie das „Blind sein“ erlebt und empfunden wurde.

Beim nächsten Mal wechseln die Gruppen.

#### Anregung 8

##### Hörspaziergang

Die Kinder gehen paarweise zusammen. Ein Kind schließt die Augen oder verbindet sie sich mit einer „Hörbrille“. Es wird nun vom Partner vorsichtig geführt. Der Weg oder das Gelände wurde vorher gemeinsam vereinbart (z.B. Wiese, Pausengelände, Weg vom Klassenzimmer bis in die Turnhalle u.ä.). Das geführte Kind hat nur die Aufgabe, auf die Geräusche zu lauschen. Nach einer festgelegten Zeit (ca. 5 Minuten) wechseln die Rollen: Das Kind, das geführt hat, wird nun geführt.

Während des Hörspaziergangs wird nicht gesprochen, es sei denn, es muss auf ein Hindernis (Türschwelle, Treppe, Baum u.ä.) hingewiesen werden. Erst nachdem beide Kinder geführt wurden, sammelt sich die Klasse und es werden die Erfahrungen ausgetauscht.

#### Erfahrungen

Wichtig ist, dass die Kinder von einem Kind ihres Vertrauens geführt werden. Wer die Augen nicht schließen will, kann sie offen lassen. Ein Hörspaziergang mit verbundenen Augen ist intensiver, erfordert aber auch mehr Mut und Vertrauen zu dem Kind, das führt. Wer nicht mitmachen will, schaut einfach ruhig zu.

Vor dem Hörspaziergang sollten die Kinder darauf hingewiesen werden, dass das führende Kind die Verantwortung für das „blinde“ Kind hat. Mögliche Gefahren auf dem vereinbarten Gelände oder Weg sollten kurz besprochen werden.

Am Ende steht wieder ein Austausch darüber, wie die Hörereignisse, wie das „Geführt werden“ und wie das „Blind sein“ von den einzelnen Kindern erlebt und empfunden wurde.

## Handlungsfeld IV

### Mit anderen Ohren hören lernen „Die Giraffensprache“ - Ein Projekt zur Gewaltprävention -

#### Ziele

- Gefühle und Bedürfnisse ausdrücken, ohne zu kritisieren, zu verurteilen oder anzuklagen
- eigene Anliegen formulieren, ohne zu verletzen oder zu drohen
- unausgesprochene Gefühle und Bedürfnisse in eigenen Äußerungen und in Äußerungen anderer wahrzunehmen

Zeit vier Unterrichtseinheiten über einen längeren Zeitraum verteilt zur Einführung

Material / Medien Plakat zum Festhalten der Regeln der „Giraffensprache“  
Arbeitsblätter (siehe Anlage 3)  
Giraffen- und Wolfsohren (siehe Anlage 4)

### Einführung

Das Giraffenherz Die Kinder bilden zunächst allein, dann zu zweit, in Gruppen und zuletzt als Klasse ein Herz, in verschiedenen Positionen (sitzend, liegend, stehend). Dann malen sie ein Herz, so groß, dass sie alles hineinmalen können, was ihnen wichtig ist und was sie gern haben. Die Bilder werden gemeinsam angeschaut und erläutert. Die Kinder raten, welches Landtier das größte Herz hat: die Giraffe.

Was hat das große Herz und die Giraffe mit unserer Sprache zu tun? Eine Erklärung könnte so lauten:

Warum Giraffensprache?

„Die Giraffe hat das größte Herz aller Landtiere. Sie braucht ein so großes Herz, um das Blut durch ihren langen Hals bis in den Kopf zu pumpen. Die Giraffe lebt friedlich mit anderen Tieren zusammen, mit den Antilopen, den Zebras, den Elefanten. Durch ihren langen Hals hat sie einen guten Überblick und sieht vieles, was andere Tiere nicht sehen können. Wenn wir Menschen gut miteinander umgehen wollen, brauchen wir auch ein großes Herz, damit wir uns in andere hineinfühlen und ehrlich und offen miteinander reden können. Die Giraffe leiht uns ihren Namen für eine Sprache, die vom Herzen kommt und mit der wir andere besser verstehen. Wir schaffen es nicht immer, in der Giraffensprache zu sprechen. Manchmal haben wir Kummer, sind wütend, enttäuscht oder haben Angst. Dann benutzen wir die Wolfssprache. Ich nenne sie so, weil Wölfe nicht den Überblick haben wie die Giraffen. Wenn sie glauben angegriffen zu werden, schnappen sie zu und verletzen andere. Ihr werdet merken, dass wir die Wolfssprache alle gut können. Die Giraffensprache müssen wir lernen.“

Anhand eines Beispiels werden die Regeln der Giraffensprache erarbeitet.

Die Wolfssprache ...

Lena fällt im Kreisgespräch zum wiederholten Male den Kindern ins Wort. Martin, der gerade das Wort hat, ärgert sich. In der Wolfssprache sagt er: „Du bist unmöglich! Immer musst du dazwischen quasseln!“

Die Kinder überlegen, was diese Äußerung bewirkt und wie Martin reagieren könnte, damit Lena eine Chance hat, ihr Verhalten zu überdenken und zu verändern. Das Ergebnis in Giraffensprache könnte etwa so lauten:

... und was die Giraffe sagt

„ Du hast heute schon dreimal dazwischen geredet, ohne dich zu melden. Das ärgert mich, weil ich den Faden verliere und die anderen mir nicht mehr zuhören. Ich hätte gerne, dass du wartest, bis du an der Reihe bist.“

In Giraffensprache

- teilen wir unsere Beobachtungen mit, ohne Wertungen („du bist“) und Verallgemeinerungen („immer“)
- teilen wir unsere Gefühle offen mit („das ärgert mich“)
- offenbaren wir unsere Bedürfnisse („weil ich ...“)
- äußern wir Bitten („ich hätte gerne ...“)

Diese Regeln werden auf einem Giraffenplakat festgehalten:

Die Regeln der Giraffensprache

1. Wir sagen dem anderen genau, was uns stört, ohne „du bist“, „immer“ oder „nie“ zu benutzen.
2. Wir sagen, was wir dabei fühlen.
3. Wir sagen, was wir uns vom anderen wünschen.

In Gruppen werden Beispiele für Konfliktsituationen gesucht und auf das Arbeitsblatt geschrieben (siehe Anlage 3). Dann werden die Blätter ausgetauscht und die Kinder überlegen in Gruppen, wie der Fall in Giraffensprache gelöst werden könnte.

Alternative: Es werden Beispiele vorgegeben und die Gruppen überlegen sich die Lösung.

### 1. Gefühle ausdrücken

„Wie sag ich´s mit dem Körper?“

Auszudrücken, was wir fühlen und wünschen ist nicht einfach und bedarf der Übung und Ermutigung. Dazu brauchen die Kinder einen entsprechenden Wortschatz. Eine Körperübung kann den Einstieg erleichtern.

Die Kinder stellen sich in den Raum und sagen mit ihrem Bein „Ich bin wütend“, mit den Augen „Ich habe Angst“, mit dem Po „Ich bin nervös“, mit dem ganzen Körper „Ich bin froh / traurig“. Sie merken dabei, dass nicht alle die gleichen Gebärden benutzen. Daher ist es oft nicht leicht, zu erkennen, was die anderen wirklich fühlen, besonders bei einem Streit oder in Konfliktsituationen.

Gefühlvolle Wörter sammeln

Wörter können helfen, Gefühle bei sich und beim anderen zu erkennen. In Gruppen sammeln die Kinder Wörter, die ausdrücken, wie sie sich fühlen, wenn sie zufrieden sind, wenn ein Wunsch erfüllt wurde, wenn jemand sagt, dass er ihn mag ....

Die Wörter werden auf ein Plakat mit einem lachenden Gesicht geschrieben.

Dann werden in Gruppen Wörter gesucht, die die Gefühle ausdrücken, wenn sie unzufrieden sind, wenn jemand sagt „du bist blöd, du darfst nicht mitspielen, du hast Hasenzähne, du bist ein Schwächling“, wenn sie ausgelacht werden, weil sie etwas nicht können... Diese Wörter werden auf einem Plakat mit einem traurigen Gesicht festgehalten.

Erfahrungen

Die Plakate werden im Klassenzimmer aufgehängt und in späteren realen Konfliktsituationen ergänzt. Sie können hilfreich sein, wenn Kinder in sich hinein hören und herausfinden wollen, welches Gefühl vorherrscht.

## 2. Bitten und Wünsche äußern

Bitten und Wünsche zu äußern erfordert oft Mut. Dazu wird den Kindern ein Gedicht vorgelesen:

Von Scham und Schande

Von Scham und Schande  
Dusan Radovic

Einer schämte sich, nach einem Klo zu fragen.  
Und was geschah?  
Nichts. Er machte in die Hose.

Einer schämte sich, Unterhosen im Geschäft zu kaufen.  
Und was geschah?  
Nichts. Er lief ohne Unterhosen herum.

Einer schämte sich, seinem Mädchen seine Liebe zu gestehen.  
Und was geschah?  
Nichts. Sie heiratete einen anderen.

Wahrscheinlich lachen die Kinder zuerst und finden es komisch.

Sie suchen sich in der Gruppe eine Strophe aus und überlegen: Was ist das Schlimmste, was hätte passieren können? Was ist das Beste, das hätte passieren können? Die Ergebnisse werden vorgetragen oder im Rollenspiel vorgestellt. Im abschließenden gemeinsamen Gespräch wird klar, dass wir uns oft genieren zu sagen, was wir gerne hätten, weil wir Angst davor haben, ausgelacht zu werden. Die Angst schützt uns manchmal vor Unannehmlichkeiten. Doch wenn wir etwas gewinnen wollen, müssen wir diese Angst oder Scham überwinden. Machen wir dann eine gute Erfahrung, werden wir mutiger.

Erfahrungen

Die Kinder erweitern das Gedicht gerne um Strophen aus ihrem Erfahrungshintergrund.

#### 4. Giraffen- und Wolfsöhren

Der Umgang mit Giraffen- und Wolfsöhren vertieft bei den Kindern das Verständnis der Giraffensprache.

Mit Wolfsöhren hören

Die Lehrerin / der Lehrer bringt ein Paar Wolfsöhren und ein Paar Giraffenohren mit und erklärt die verschiedenen Ohren, auf denen wir hören können, mit einem Beispiel:

Mit Giraffenohren hören

Ich erkläre gerade im Unterricht etwas und Max schwätzt, grinst und sagt „Das ist uninteressant.“. Ich kann das auf verschiedene Weise hören.

Wenn ich Wolfsöhren an habe und sie nach außen drehe, also zu Max, bin ich wütend auf ihn und will ihn bestrafen. Ich frage mich, was mit ihm nicht stimmt und sage vielleicht „Du bist unverschämt!“

Ich kann die Wolfsöhren auch nach innen drehen und mir zuwenden. Dann frage ich mich, was mit mir nicht stimmt. Ich gebe mir die Schuld und denke: „Ich habe nicht genug überlegt, wie ich das Thema interessanter vermitteln kann.“

Wenn ich die Giraffenohren aufsetze und sie nach außen zu Max wende, versuche ich zu hören, was in ihm vorgeht, wie er sich fühlt. Vielleicht sage ich dann: „Langweilst du dich? Hast du einen Vorschlag, was wir machen können?“

Drehe ich die Giraffenohren in meine Richtung, höre ich auf mein Herz, was in mir vorgeht, was ich möchte. Dann sage ich vielleicht: „Wenn ich dir etwas erklären will und du schwätzt und lachst darüber, ärgere ich mich, denn ich möchte gerne zu Ende reden, weil es mir wichtig ist.“ Und wenn ich das gesagt habe, ärgere ich mich schon nicht mehr.

Beispiel

Die Kinder basteln nun mit Hilfe der Schablone (siehe Anlage 4) für sich Giraffen- und Wolfsöhren. Anhand eines Beispiels üben sie, mit verschiedenen Ohren zu hören:

Die Musik aus dem Radio läuft laut und die Mutter ruft: „Ich kann diesen Krach nicht länger ertragen.“

Erfahrungen

In vier Gruppen wird je eine Möglichkeit durchgespielt – die Wolfsoren nach außen wenden, die Wolfsoren zu sich hin wenden, die Giraffenohren nach außen wenden, die Giraffenohren zu sich hin wenden – und überlegt, wie das Gespräch verlaufen wird. Es wurde klar, dass Wolfsoren meist zum Streit oder Abbruch des Gesprächs führen, während Giraffenohren zum Verstehen beitragen.

Wichtig ist, immer wieder in konkreten Konfliktsituationen die verschiedenen Möglichkeiten, mit Wolfs- oder Giraffenohren zu hören und zu reagieren, mit den Kindern durchzuspielen. Mit den gebastelten Ohren fällt das den Kindern leichter. Wichtig ist auch, sich selbst zu beobachten und das eigene Verhalten als Lehrerin / Lehrer gerade in Konfliktsituationen mit den Kindern zu besprechen. Auf welchen Ohren kommt es bei den Kindern an?

Nach einer Idee von Marga Kajanne, entwickelt in Anlehnung an das Programm von Ignjatovic- Savic, N. u.a. (1998): Worte sind Fenster – oder sie sind Mauern. München.

### **Zur Anlage 1: „Achtsamkeits – Tagebuch“**

- Die Seite auf DIN A5 verkleinern.
- Dann 2 Seiten nebeneinander auf DIN A4 kopieren, mit Vorder- und Rückseite und so oft, dass für jeden Tag, an dem das Tagebuch ausgefüllt werden soll, eine Seite zur Verfügung steht.
- Diese Vordrucke werden aufeinandergelegt, die Kinder können einen Umschlag gestalten.
- Dann werden die Seiten in der Mitte zusammen getackert, so dass ein DIN A5 – Heft entsteht.

### **Zu Anlage 2: „Hörbrillen“**

Material: schwarzer Filz oder einen weichen, dunklen Stoff, (Gummi)Band

- Die Schablone für jedes Kind einmal kopieren, ausschneiden, auf den Filz legen und ausschneiden.
- (Gummi)Band an den Markierungen durchziehen, so dass die Maske hinter dem Kopf zugebunden werden kann.

### **Anlage 3: Arbeitsblätter (leer) für die Gruppenarbeit**

### **Anlage 4: Schablonen für Wolfs- und Giraffenohren**

Material: Pappe, (Gummi)Band

- Schablone auf Pappe kopieren (braun für Wolfsöhren, gelb für Giraffenohren)
- Ausschneiden, an den Seiten das Band durchziehen, damit die Ohren unter dem Kinn festgebunden werden können.
- Jedes Kind malt seine Ohren an.