

Frank und Gundi Gaschler

Ich will verstehen, was du wirklich brauchst

Gewaltfreie Kommunikation
mit Kindern
Das Projekt *Giraffentraum*

Mit einem Vorwort von
Marshall B. Rosenberg

Kösel

Inhalt

| | |
|--|------------|
| Vorwort von Marshall B. Rosenberg. | 9 |
| Vorwort von Isolde Teschner. | 10 |
| Einführung. | 11 |
| Wie soll die Beziehung zu meinem Kind sein? | 17 |
| <i>Verstehen und verstanden werden</i> | 19 |
| <i>Der Schutt in den Kindergarten</i> | 23 |
| <i>Wurzeln und Flügel</i> | 25 |
| | |
| Gewaltfreie Kommunikation: In vier Schritten zum Verständnis. | 26 |
| <i>Die Symbole der Gewaltfreien Kommunikation</i> | 28 |
| <i>Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation</i> | 31 |
| <i>Über Konflikte und: » Wer trägt eigentlich die Verantwortung für meine Gefühle?«</i> | 32 |
| <i>Die vier Schritte der Gewaltfreien Kommunikation</i> | 35 |
| <i>Feiern und Bedauern</i> | 53 |
| | |
| Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern. | 56' |
| <i>Ab welchem Alter funktioniert die GfK?</i> | 56 |
| <i>Ab welchem Alter der Kinder kann ich aufrichtig sein?</i> | 59 |
| <i>Versteht das Kind meine Worte überhaupt?</i> | 61 |
| <i>Muss man immer »gewaltfrei« sein - oder darf man auch mal Grenzen setzen?</i> | 68 |
| <i>Sollten Kinder nicht auch manchmal einfach etwas tun, ohne dass man darüber diskutiert?</i> | 72 |
| <i>Gibt es mit GfK auch so etwas wie Disziplin?</i> | 73 ~~ |
| <i>Sind die Bedürfnisse der Kinder wichtiger als die der Erwachsenen?</i> | 75 |

Das Projekt »Giraffentraum« 78

Der Traum der Giraffe 81

1. Einheit: Die Babygiraffe hat sich verlaufen 83

2. Einheit: Wie fühlt sich die Babygiraffe? 85

3. Einheit: Was braucht die Babygiraffe? 88

4. Einheit: Welche Bitte hat die kleine Giraffe an uns? 90

5. Einheit: Wir feiern ein Fest: Die Mamagiraffe kommt 92

Vertiefungsübungen zur Beobachtung 97

Vertiefungsübungen zu den Gefühlen 101

Vertiefungsübungen zu den Bedürfnissen 105

Vertiefungsübungen zu den Bitten 108

Vertiefungsübungen zu Prozessen der GfK 111

<^-

Projektelemente, Zeitrahmen und Ablauf 119

*Gewaltfreie Kommunikation und die Bildungspläne
der Länder 122*

Anhang 129

Danke 129

Anmerkungen 131

Weitere GfK-Projekte in Kindergärten und Schulen 134

Zertifizierte Trainer und Trainerinnen (CNVC)

im deutschsprachigen Raum 139

Wer wir sind: Über die Autoren 141