

# WENN WOLF UND GIRAFFE MITEINANDER INS GESPRÄCH KOMMEN

## Einüben von Empathie und Perspektivenübernahme anhand der Gewaltfreien Kommunikation in der Grundschule

Nadine Hofmann-Driesch

### Worum geht es:

Die Kinder lernen die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg kennen, um Empathie und Perspektivenübernahme einzuüben. Die vier Schritte des Modells – formulieren von Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis und Bitte – dienen dabei als Orientierung und mögliches Sprachraster. Sie helfen, ein Handlungsmuster auszubilden, das sowohl die eigenen Gefühle und Bedürfnisse als auch die Sicht des anderen berücksichtigt.

### Autorin:

Nadine Hofmann-Driesch  
Studienleiterin RPI Nassau  
nadine.hofmann-driesch@rpi-ekkw-ekhn.de



### Klassenstufe:

Jahrgang 3-4

### Stundenumfang:

10-12 Stunden

### Kompetenzen<sup>1</sup>:

Die Schülerinnen und Schüler können

- mit Hilfe der Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg ihre Gefühle und Bedürfnisse ausdrücken und konkrete Bitten formulieren,
- die Sicht ihres Gegenübers wahrnehmen und im Gespräch miteinander berücksichtigen.



### Material:

- M1** Der Streit um den Stift
- M2 – M4** Giraffen- und Wolfssprache
- M5 – M10** Beobachtungen und Gefühle
- M11 – M13** Bedürfnisse
- M14 – M17** Bitten
- M18 – M19** So geht „Giraffisch“

### Zusammen geht es leichter

Schon bei Kindern im Alter von 18 Monaten kann man beobachten, dass sie anderen helfend zur Seite eilen. In Untersuchungen wurde gezeigt, wie sie jemanden, der beide Hände voll hat und eine Tür zu öffnen versucht, unterstützen möchten. Doris Bischof-Köhler sieht in der Fähigkeit, sich gedanklich und emotional in die Situation eines anderen hineinzusetzen die Grundlage für kooperierendes Verhalten. „Dabei geht es darum, die Intention eines anderen zu verstehen und aufzugreifen, um ihm durch komplementäre Aktionen zu helfen, ein Ziel zu erreichen.“<sup>2</sup> Kinder beobachten die Fehlversuche des Erwachsenen, identifizieren sich mit seiner Situation, ahmen sein Verhalten nach und führen die Handlung zu Ende. Bischof-Köhler spricht von „identifikatorischem Mitvollzug“ als Basis für Kooperation. Dieses Verhalten hat seine Wurzeln in „grauer Vorzeit“ und sicherte das Überleben der Individuen in der Gruppe. Zur erfolgreichen Kooperation wurden Fähigkeiten wie Perspektivenübernahme und Empathie entwickelt. „Stellvertretendes bzw. kooperierendes Problemlösen zählt sicher zu den prosozialen Konsequenzen von Empathie.“<sup>3</sup> Auch im Sinne politischer und demokratischer Bildung sind diese beiden Fähigkeiten unerlässlich.

### Aufeinander hören und miteinander sprechen lernen

Wie können die eigenen Bedürfnisse des Einzelnen so ausgedrückt und gehört werden, dass es im Interesse der ganzen Gruppe ist, sie zu erfüllen – friedlich miteinander und ohne Konflikte? Ausgehend von dieser Frage hat Marshall Rosenberg die Gewaltfreie Kommunikation entwickelt, wobei er maßgeblich durch die US-amerikanische Bürgerrechtsbewegung der 1960er Jahre beeinflusst wurde.<sup>4</sup> Im Modell der Gewaltfreien Kommunikation geht es um das Ergründen dessen, was mich und den anderen bewegt. Welche Gefühle bringen zum Ausdruck, dass grundlegende Bedürfnisse erfüllt bzw. nicht erfüllt sind, und wie sieht eine Verständigung über einen Weg des Miteinanders aus? Besonders im Konfliktfall ermöglicht die Gewaltfreie Kommunikation eine Haltung, die eine für alle Beteiligten tragbare Strategie zur Bedürfniserfüllung anstrebt.

<sup>1</sup> Im rheinland-pfälzischen Rahmenplan für die Grundschule heißt es: „Im Zusammenleben in der Gemeinschaft begegnen sie [die Kinder] anderen offen und wertschätzend und entwickeln Empathie. In Konfliktsituationen suchen sie gemeinsam und gewaltfrei nach Lösungen. Sie lernen ihre eigenen Meinungen und Standpunkte, gegebenenfalls auch gegen Widerstände, angemessen zu vertreten und lernen Grundprinzipien des demokratischen Miteinanders.“ Rheinland-pfälzisches Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur: Rahmenplan Grundschule. Allgemeine Grundlegung. Mainz, 2014. S. 12.

<sup>2</sup> Bischof-Köhler, Doris: Soziale Entwicklung in Kindheit und Jugend. Bindung, Empathie, Theory of Mind. Stuttgart 2011, S. 284.

<sup>3</sup> Ebd.

<sup>4</sup> Siehe auch den Artikel von Prof. Gottfried Orth „The Lord will satisfy your needs – Gewaltfrei kommunizieren nicht nur im RU“ in: RPI-Impulse 2/2017.



Die Materialien sind auf unserer  
Webseite verfügbar.

[www.rpi-impulse.de](http://www.rpi-impulse.de)



© Foto:  
Nadine Hofmann-Driesch

Rosenberg verwendet Wolf und Giraffe als Symboltiere für die unterschiedlichen Arten des Kommunizierens. Der Wolf sieht nur seine eigene Perspektive, er schimpft und beleidigt, verteidigt sich und beschuldigt andere, er fordert und befiehlt. Die Giraffe als das Tier mit einem großen Herzen sieht sich und den anderen aus ganz anderer Perspektive. Sie hört zu, begegnet anderen teilnehmend (empathisch), sagt, was sie braucht und bittet den anderen konkret um Mithilfe. Mit wölfischer Kommunikation sind wir vertraut. Das „giraffische“ Hören und Sprechen müssen wir nach Rosenberg mühsam lernen. Dazu hat er vier Schritte beschrieben.

Die vier Schritte sind hilfreich zum Einüben einer wertschätzenden Haltung, die eine Verständigung untereinander überhaupt erst ermöglicht. Die vier Schritte sind: Was beobachte ich? Was fühle ich? Was brauche ich? Worum bitte ich (dich)?

Diese Unterrichtseinheit beginnt damit, gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern einer dritten Jahrgangsstufe, diese Schritte einzuüben. Prinzipiell muss die Sprache der Gewaltfreien Kommunikation mit den Kindern immer wieder erprobt und thematisiert werden, damit sie verinnerlicht werden kann. Die beiden Handpuppen Wolf und Giraffe – hier: Lumpi und Kira – veran-

schaulichen die unterschiedlichen Kommunikationsstile und motivieren die Kinder zur Auseinandersetzung damit.

## Mit Lumpi und Kira Gewaltfreie Kommunikation lernen

In der ersten Stunde wird ein Konflikt zweier Mädchen um einen Stift beschrieben (**M1**). So wie er jeden Tag in der Schule vorkommen kann. Dann wird die beschriebene Situation besprochen: „Beschreibe, wie es Tina und Sarah jetzt geht. Was erzählen die beiden zu Hause? Wie kann es weitergehen am nächsten Tag? Wie hätte der Streit vermieden werden können?“ Eine Möglichkeit mit solchen Situationen umzugehen ist die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Rosenbergs Name und seine Lebensdaten (1934-2015) mit einem Foto von ihm werden der Lerngruppe vorgestellt. Rosenberg hat eine Sprache entwickelt, wie Menschen miteinander sprechen können, ohne einander zu verletzen und wo jeder das bekommen soll, was er benötigt. Die zwei Symboltiere der Sprache, der Wolf und die Giraffe, werden eingeführt. In der Lerngruppe wird überlegt, welche Merkmale die Wolfssprache und die Giraffensprache haben könnten (**M2**). Anschließend werden die Ergebnisse ins Giraffensprachbuch übertragen. (**M3** als Faltbüchlein auf DIN A3 für alle kopiert).

Die Giraffensprache mit ihren vier Schritten und dem jeweiligen Symbol wird an der Tafel veranschaulicht (**M4**):

Was sehe ich? Was höre ich? => Auge und Ohr  
Was fühle ich? => Herz  
Was brauche ich? => Mund  
Worum bitte ich? => Hand

Die beiden Handpuppen Lumpi und Kira stellen sich den Kindern als Unterrichtsbegleiter der nächsten Stunden vor.

## Beobachten

In der nächsten Stunde wird nach Massage von Augen und Ohren überlegt, was eine Beobachtung sein könnte (**M5**). Die Ergebnisse werden ins Giraffensprachbuch (**M3**) übertragen und mit Hilfe eines Spieles verdeutlicht: Die Lehrkraft verändert etwas an sich, ohne dass die Kinder es sehen, z.B. Absetzen der Brille. Durch aufmerksames Beobachten finden die Schüler\*innen schnell heraus, was passiert ist. Das Spiel kann im Klassenverband oder in Kleingruppen fortgeführt werden.

In der dritten Stunde geht es darum, eine Beobachtung von einer Bewertung zu unterscheiden. Die Schüler\*innen positionieren sich anhand von ausgewählten Sätzen (**M6**) im Raum. Anschließend erfolgt eine Bearbeitung von **M6** in Einzelarbeit. Es ist auch möglich zwei Gruppen zu bilden. Als abschließende Übung kann im Sinne einer Schärfung der Beobachtungskompetenz „Ich sehe was, was du nicht siehst“ gespielt werden.

## Gefühle

In der vierten Stunde kommt nach Augen und Ohren das Herz mit dazu. Die Kinder spüren ihr Herz und fühlen ihren Puls. Wer möchte, kann den Puls beim Partnerkind suchen, und eine halbe Minute werden die Herzschläge gezählt.

„Welche Gefühle kennst du?“. In der Lerngruppe werden angenehme und unangenehme Gefühle gesammelt. Als Unterstützung dienen Gefühle-Karten (**M7**). Einige Gefühle werden pantomimisch dargestellt: Wie geht jemand der stolz / ängstlich ist? Wie steht jemand, der glücklich / traurig ist? Wie läuft jemand, der fröhlich / wütend ist? In Einzel- oder Partnerarbeit werden weitere Gefühle gesucht (**M8**).

Die nächste Stunde beginnt mit einer Gefühlsrunde. „Hand aufs Herz: Ich bin fröhlich. Wie geht es dir?“ Die Schüler\*innen schreiben angenehme bzw. unangenehme Gefühle ins Giraffensprachbuch. In einem weiteren Schritt werden Beobachtungen mit Gefühlen verknüpft. Beobachtungen lösen Gefühle im Menschen aus. Die Satzkarten (**M9**) werden kopiert, auseinandergeschnitten und in Gruppenarbeit wieder zusammengefügt. Durch diesen Arbeitsschritt erkennen die Kinder: Es gibt kein Richtig oder Falsch. Gleiche Beobachtungen können unterschiedliche Gefühle auslösen. Jeder Schüler und jede Schülerin erprobt für sich das noch einmal anhand von **M10** „Verbinde die Beobachtung mit einem Gefühl“.

## Bedürfnisse

Im nächsten Schritt geht es um das Betrachten der Bedürfnisse. „Was brauche ich?“ Rosenberg hat gesagt, Gefühle helfen, darauf zu hören, was man zum Leben braucht. Angenehme Gefühle sagen: Mein Bedürfnis ist erfüllt – ich bin „satt“ (Mund als Symbolkarte für diesen Schritt **M4**). Wenn mein Bedürfnis nicht erfüllt ist – ich also irgendwie „hungrig“ bin, spüre ich ein unangenehmes Gefühl in mir. Was sind also überhaupt Bedürfnisse? Die Lerngruppe sammelt Ideen und notiert diese ins Giraffensprachbuch. Ergänzend überlegen die Kinder für sich, um welche unterschiedlichen Bedürfnisse es sich wohl handelt (**M11** „Was braucht du?“). Zum Festigen der Wörter kann man Bingo mit den Bedürfnissen spielen.<sup>5</sup>

Der darauffolgende Schritt beginnt mit einem Rollenspiel<sup>6</sup> der beiden Handpuppen Lumpi und Kira (**M12**). Die Kinder überlegen, wie Lumpi und Kira gemeinsam Spaß haben können und ermitteln so unterschiedliche Strategien dieses Bedürfnis zu erfüllen. Beim anschließenden Strategie-Spiel (**M13**) erhält jede Gruppe verschiedene Bedürfnis-Situationen, zu denen eine bzw. mehrere Strategien überlegt werden sollen. Die anschließende Besprechung zeigt: Es gibt viele verschiedene Lösungen für einzelne Bedürfnisse. Das Giraffensprachbuch fragt nach meiner Lieblingsstrategie, wenn ich Ruhe und Entspannung brauche. Auch das löst jeder und jede anders.

## Bitten

Ein weiteres Rollenspiel mit Lumpi und Kira (**M14**) beschreibt das Formulieren einer Bitte. Was ist eine Bitte? (**M15** „Worum bitte ich?“) Die Kinder übertragen die Merkmale ins Giraffensprachbuch. Das Symbol der Hand verdeutlicht, dass mit einer Bitte auch ein konkretes Tun oder eine gegenseitige Hilfeleistung verbunden ist. Anhand der Sätze von **M16** beschäftigen sich die Schüler\*innen mit der Frage: Höre ich eine Bitte oder eine Forderung? In Einzelarbeit übt jeder und jede noch einmal für sich (**M17**).

## So geht „Giraffisch“!

In einem Rollenspiel mit Lumpi und Kira (**M18**) wird es vorgemacht: So klingt die Giraffensprache. Die Lerngruppe vergewöhnt sich wiederholend die einzelnen Schritte und überträgt das Gelernte auf konkrete Situationen (**M19**).

Download eines Erzählvideos mit Lumpi und Kira auf <https://youtube/8HVZjJ0elo0> oder über QR Code.



Materialseiten zum Artikel auf [www.rpi-impulse.de](http://www.rpi-impulse.de)

<sup>5</sup> Nach einer Idee von Marion Müller „Wertschätzende Kommunikation in der Grundschule. Ein erlebnis- und sprachorientiertes Handbuch in neun Modulen.“ Leipzig 2016.

<sup>6</sup> Ein ähnliches Spiel findet sich bei: Evelyn und Sven Schöllmann „Respektvoll miteinander sprechen – Konflikte vorbeugen. 10 Trainingsmodule zur gewaltfreien Kommunikation in der Grundschule.“ Mülheim an der Ruhr 2014. S. 32.