



# Das Projekt Giraffentraum®

Achtsame Kommunikation (GFK nach Marshall B. Rosenberg) in Kindergärten

Die Babygiraffe hat sich verlaufen und taucht im Kindergarten auf:

*„Mama, wir haben eine Baby-Giraffe in unserer Gruppe!“*

Mit diesen Worten begrüßt Lisa ihre Mama, als diese ihre Tochter am Montagmittag abholen will:

*„Sie ist allein, aber wir kümmern uns alle um sie.“*



Die Erzieherinnen haben begonnen, das Projekt Giraffentraum® umzusetzen. Die Kinder lernen die nächsten 10 Tage zusammen mit der Baby-Giraffe die so genannte „Giraffensprache“ kennen. Dabei geht es darum, sich aufrichtig auszudrücken, indem sie genau beschreiben, was sie gesehen haben, über ihre Gefühle und Bedürfnisse reden und schließlich konkrete Bitten äußern. In den folgenden Wochen vertieft das pädagogische Personal die Thematik im Hinblick auf Empathie und Perspektivenübernahme, Streitschlichtung und gelebte Demokratie im Kindergarten.

Giraffentraum® ist ein Projekt, das auf der Gewaltfreien Kommunikation von Marshall B. Rosenberg beruht. Ziel ist, wesentliche Basiskompetenzen und Förderschwerpunkte der Orientierungs-, Bildungs- und Erziehungspläne der Länder zu vermitteln:

- das Selbst-Bewusstsein der Kinder zu stärken,
- vor allem für Stress und Krisensituationen, die Fähigkeit zur Kommunikation und des sozialen Umgangs zu fördern
- und Möglichkeiten zur Konfliktfähigkeit zu vermitteln.
- Daneben zielt es darauf ab, Sprachkompetenzen und Einfühlungsvermögen zu fördern.

„Wir können unsere Kinder so viel erziehen, wie wir wollen -  
es hilft nichts, sie machen das, was sie von uns sehen“

Das Projekt verfolgt aus unserer Sicht idealerweise diesen ganzheitlichen Ansatz:

- Das **pädagogische Fachpersonal** wird trainiert, um mit den Grundzügen der Achtsamen Kommunikation vertraut zu werden.
- Danach erfolgt die Umsetzung mit den **Kindern**, anhand eines vorgegebenen Leitfadens, den die Erzieherinnen eigenständig durchführen.
- Parallel werden **Elternkurse** angeboten, um diese mit an Bord zu holen.
- Während die Achtsame Kommunikation in den Kindergarten etabliert wird, **begleiten Trainer das Team. Konfliktlösungsecken** werden im Kindergarten integriert.

Mittlerweile haben mehr als 500 Kitas im deutschsprachigen Raum dieses Projekt umgesetzt und unzählige andere sich mit der Achtsamen Kommunikation befasst. Die Achtsame Kommunikation hält Einzug in die Ausbildung für Kinderpflegerinnen, Erzieherinnen und Sozialpädagogen, Lehramtsstudenten, ...

Einige Grundschulen und Kinderhorte haben bereits den Giraffentraum® in angepasster Form umgesetzt. Wir sind gespannt, wohin die Giraffenreise noch geht.

## Wer bin ich?

Darauf basiert mein Angebot: „Ich will verstehen, was du wirklich brauchst“– Das Projekt Giraffentraum®, erschienen im Kösel Verlag, Frank und Gundi Gaschler



Christian Hinrichsen  
Trainer, Coach, Vater

Als Vater von **6 Kindern** zwischen `90 und `06 geboren – **Patchwork-Familie** – hatte ich vieles ausprobiert, viele Ratschläge gehört ...

„Du musst geduldig sein“ „Schreien hilft nicht“ „so darf man das

nicht machen“ „man darf nicht alles durchgehen lassen“...

...bin euphorisch von Seminaren zurückgekehrt, voller Kraft und Zuversicht ... es hat oft nur wenige Tage gebraucht und ich bin in alte Muster verfallen, immer mit dem Wissen, es ginge anders, nur wie???

Heute bin ich glücklich einen **gangbaren Weg** für mehr **Gelassenheit** gefunden zu haben – den Weg der achtsamen Kommunikation ...

⇒ mein Anspruch – diesen Weg anzubieten

**Ich freue mich auf Ihren Anruf und stelle Ihnen gerne persönlich meinen Ansatz vor!**