



## Gewaltfreie Kommunikation im Kindergarten Labuch



Das Team vom Kindergarten Labuch legt großen Wert auf die Art des Miteinanders. Um den gewaltfreien achtsamen Umgang im Kindergarten zu stärken, fand an drei Abenden eine **Teamfortbildung** mit allen Pädagoginnen und Betreuerinnen des Kindergartens mit Trainerin Christine Minixhofer statt. Das Team wendet das Gelernte seitdem aktiv im Alltag an und verbessert so die Qualität des Miteinanders mit Kolleginnen, Kindern und Eltern.

Um in herausfordernden Situationen im Kindergartenalltag nicht aus der Bahn geworfen zu werden, übt sich das Team in Achtsamkeitsübungen. Durch ein paar bewusste Atemzüge oder einen kurzen Raumwechsel gelingt es den Pädagoginnen und Betreuerinnen innerhalb weniger Minuten wieder gut bei sich zu sein. Zu Beginn jeder Teambesprechung leitet eine Kollegin die **"5-Minuten-Atempause"** an. Die Kolleginnen können sich so im Hier und Jetzt auf die Inhalte einlassen und Punkte zügiger besprechen. In besonders belastenden Situationen zieht das Team die **„Vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg“** heran: Beobachtung – Gefühl – Bedürfnis – Bitte. Stimmung und Haltung ändern sich automatisch, wenn man seinem Gegenüber in Konfliktsituationen in ehrlicher und verständnisvoller Absicht Fragen wie „Was hast du beobachtet?“ und „Wie geht es dir damit?“ stellt und eine Lösung ist leichter.

Die gewaltfreie Kommunikation wird auch **„Giraffensprache“** genannt, weil die Giraffe als mitfühlend, friedvoll und liebevoll gilt. Durch das Umformulieren von Anliegen in die Giraffensprache, gelingt es dem Team weg vom Angriff und hin zu den dahinterliegenden Bedürfnissen von Kolleginnen, Kindern und Eltern zu kommen. Das Schönste daran: Die Beziehung mit anderen wächst.

Auch die Kinder werden in Konfliktsituationen mit der gewaltfreien Kommunikation unterstützt und begleitet. Das Team arbeitet mit einem **Programm zur sozialen und emotionalen Kompetenzstärkung im Kindergartenalter – „Lubo aus dem All“**.



# PSYCHOSOZIALE GESUNDHEIT



Am Ende der Sternstunde (vergleichbar mit einem Morgenkreis), werden die Kinder gefragt, was heute das Beste war bzw. was heute das Blödeste war. Dann kommen von den Kindern Aussagen wie: "Das Beste war heute, mit Susi in der Bauecke einen Zoo zu bauen. Das Blödeste war, dass Franzi gekommen ist und einfach alles umgetreten hat!". Wenn Franzi das hört, findet schon eine Veränderung in seinem Verhalten statt, denn er merkt, dass es Tanja traurig gemacht hat. Tanja kann lernen, ihm ihre Beobachtungen, Gefühle und Bedürfnisse zu sagen und ihn bitten, sie zu beachten. Franzi hört zu und kann sich ebenfalls mitteilen. Vielleicht ist seine Bitte, mitzuspielen!?

Der Kindergarten Labuch freut sich, dass die Fortbildung vom „Gesunden Kindergarten“ unterstützt wurde und die achtsame gewaltfreie Kommunikation nachhaltig im Kindergartenalltag integriert ist.

## Welche Bildungsbereiche wurden berührt?

Ästhetik und Gestaltung

Bewegung & Gesundheit

Emotionen und soziale Beziehungen

Ernährung



Ethik und Gesellschaft

Natur und Technik

Sprache und Kommunikation

