

Die Giraffensprache



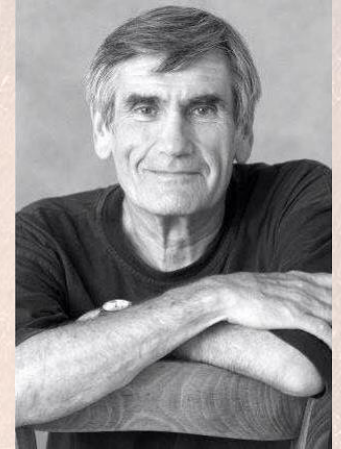
an der Gebrüder-Grimm-Schule
Heilbronn

Gewaltfreie Kommunikation

- von **Marshall Rosenberg** in den 60er Jahren entwickelt
- wertschätzender Kommunikationsstil
- inzwischen weltweite Anwendung in verschiedenen Bereichen
- auch in Krisen- und Kriegsgebieten z. B. in Israel, Palästina, Ruanda und Kroatien

Marshall Rosenberg

* 1934 † 2015



- US-amerikanischer Psychologe
- 1984: Gründung des Center for Nonviolent Communication in Texas:
 - half dabei, die Rassentrennung in Amerika an Schulen und Institutionen auf friedvollem Wege zu überwinden

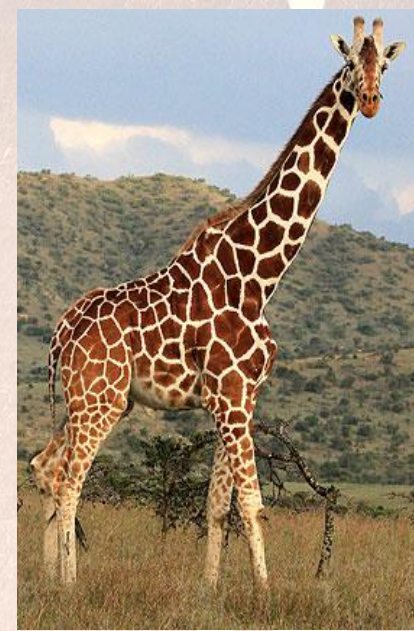
Die Giraffensprache

- Rosenbergs Methode der Gewaltfreien Kommunikation für Schulen und Kindergärten.

Die vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation	Die drei Schritte der Giraffensprache
Lebenshaltung: Wertschätzendes Miteinander	Primär: Konfliktlösung
1. Beobachten ohne zu bewerten	1. Ich sage dem anderen, was mich stört, ohne ihn zu beleidigen.
2. Erkennen und Benennen von Gefühlen	2. Ich sage, was ich fühle.
3. Eigene Bedürfnisse benennen	3. Ich sage deutlich, was ich wünsche. Ich formuliere eine Bitte oder einen Wunsch.
4. Eine Bitte formulieren	

Die Giraffensprache

- Giraffe = **Symboltier**
- Sie hat das größte **Herz** aller Landsäugetiere
-> steht für Mitgefühl.
- langer Hals -> Weitsicht

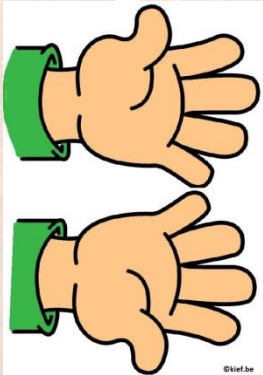




1. Mich stört, dass ...



2. Ich fühle mich ...



3. Ich wünsche mir, dass ...

Giraffensprache nach M.Rosenberg

Die Giraffensprache

Die Giraffe fragt:

- Wie geht es dir?
- Was brauchst du?

Die Giraffe sagt:

- Ich bin ...
- Ich brauche ...

Die Wolfssprache

Der Wolf ...

- ... greift an.
- ... beschuldigt.
- ... schimpft.



Medientipps

