

„Es ist sinnvoll, bei den Kindern anzufangen“

Wertschätzend kommunizieren will gelernt sein – Grundschullehrerin Vera Nitsche hat ein Schulbuch als Anleitung geschrieben

Frauenweiler. (heb) Wie können Menschen Konflikte ohne Schuldzuweisung und Verrurteilung bewältigen? Wie bleiben sie im Streit oder bei Auseinandersetzungen wertschätzend? Und vor allem: Wie kann das alles kindgerecht an Grundschüler vermittelt werden? Mit diesen und vielen anderen Fragen beschäftigte sich Vera Nitsche als langjährige Pädagogin an der Grundschule Frauenweiler.

Bereits vor 14 Jahren hatte sie an einer Fortbildung zum Thema „Gewaltfreie Kommunikation“ (GFK) teilgenommen. Das Handlungskonzept wurde vom amerikanischen Psychologen Marshall Rosenberg entwickelt und beruht auf vier Schritten. Vereinfachend können diese anhand eines Beispiels beschrieben werden. Als erstes die Sachlage benennen: Jemand ist zu spät zu einem wichtigen Termin erschienen. Als zweites die Gefühle benennen, die diese Situation ausgelöst hat: Ich bin enttäuscht. Als drittes die Bedürfnisse benennen: Ich brauche Zuverlässigkeit. Und als viertes einen Wunsch äußern: Ich wünsche mir, dass ich mich auf dich verlassen kann.

Auf Initiative von Schulleiterin Esther Kirsch setzte sich das gesamte Kollegium der Grundschule Frauenweiler während einer Lehrerfortbildung mit GFK auseinander. Die Herausforderung war, das Gelernte kindgerecht im schulischen Alltag umzusetzen. Vera Nitsche



Die Giraffe ist das Symbol für gewaltfreie Kommunikation, erklären Vera Nitsche (l.) und Esther Kirsch. Foto/Repro: heb

wurde die Aufgabe zuteil, hierfür ein alltagstaugliches Unterrichtskonzept zu erarbeiten. Zwei Jahre vor ihrer Pensionierung erprobte sie das Unterrichtskonzept in verschiedenen Jahrgangsstufen.

Heraus kamen Unterrichtseinheiten, die aufeinander aufbauend und fächerübergreifend, aber auch einzeln verwendet werden können. Was sind ihre Erfahrungen? „Viele Kinder mussten erst

lernen, Gefühle wahrzunehmen und zu benennen. Das kann vor allem dann schwer sein, wenn diese negativ sind. Darf ich Wut und Ärger gegenüber den Eltern empfinden? Darf ich Elkel zum Ausdruck bringen, wenn meine Tante mich küsst?“

Sie rät, Kinder zu stärken und ihnen zu vermitteln: Es ist in Ordnung was ich fühle. Zum Einstieg arbeitete sie mit sogenannten „Emojis“, also einfach gezeichneten Gesichtsausdrücken. Außerdem lebte sie das Konzept im Unterricht selbst vor. Zum Beispiel sagte sie den Kindern, wenn es ihr zu laut wurde und sie sich mehr Achtsamkeit wünsche. Mit ihren Klassen entwickelte sie Kopiervorlagen für drei ansteigenden Leistungsstufen, die sie kindgerecht Maus, Katze und Hund (dem vor Anstrengung die Zunge heraushängt) nannte.

Ihr Fazit: „Die Schütlerinnen und Schütler waren immer öfter in der Lage, über ihre Ärgernisse mit Klassenkameraden zu reden, sich auszutauschen, Gefühle und Bedürfnisse zu benennen – und

das aller wichtigste: Die Lehrperson trat immer mehr in den Hintergrund und wurde zum stillen und genießenden Beobachter.“ Das Konzept funktioniert am besten, wenn alle Lehrkräfte an der Schule beteiligt sind, betont sie. Die Giraffe bezeichnet sie als das Symboltier für die Gewaltfreie Kommunikation. Dass sie das größte Herz bei den Landsäugetieren habe, stehe für Mitleid.

„Gewaltfreie Kommunikation“ zur Förderung der emotionalen und kommunikativen Kompetenzen ist längst im Schulcurriculum der Grundschule Frauenweiler verankert. „Es ist sinnvoll, bei den Kindern anzufangen, die noch nicht so eingefahren sind und die unsere Zukunft darstellen“, sagt die pensionierte Lehrerin. Damit auch viele andere Schulen und Grundschullehrkräfte von dem Unterrichtskonzept profitieren, wandte sich Vera Nitsche an einen Schulbuchverlag, der es mit Kopiervorlagen und praktischen Umsetzungsideen als Buch herausgab. Besonders freut sie sich, dass ihre Tochter den Band illustrieren durfte.

① **Info:** Das Schulbuch „Gewaltfreie Kommunikation in der Grundschule – Gefühle erkennen, Bedürfnisse benennen, Konflikte bewältigen, Gewalt vorbeugen“ ist in der Buchhandlung Eulenspiegel in Wiesloch erhältlich.