



## Gewaltfrei Lernen

Liebe Eltern,

vor nunmehr zwei Jahren haben wir das Projekt „Gewaltfrei lernen“ mit der gesamten Schule eingeführt. Nun sind bereits zwei neue Kinder- und Elternjahrgänge hinzugekommen, sodass es gut ist, sich an unsere Überlegungen noch einmal zu erinnern.

Die Kinder üben die verabredeten Regeln und praktischen Übungen immer wieder in ihren Klassen. Sie als Eltern nun ebenfalls über die Grundgedanken des gewaltfreien Lernens zu informieren, ist das Ziel dieses Briefes.

### Grundannahme:

Wir sind eine große Grundschule mit über 300 Kindern. Da gibt es Auseinandersetzungen und Konflikte. Ziel ist es, dass die Kinder in die Lage versetzt werden, diese Konflikte selbstständig zu lösen.

In einer Art Trainingsprogramm üben wir mit den Kindern, wie man sich in brenzligen Situationen am besten verhält. Dabei möchten wir die Kinder selber stärken. Wir möchten die Kinder dazu bringen, dass sie selbstbewusst und eigenständig ihre Konflikte lösen können und nur noch in Ausnahmesituationen auf die Hilfe von Erwachsenen angewiesen sind.

Wie funktioniert das?

### 1. Gefühle bewusst machen

Wir üben uns darin, unsere eigenen Gefühle und die anderer wahrzunehmen (welches Gesicht drückt welches Gefühl aus? Was verrät mir die Körperhaltung des anderen?...)

### 2. Unwohlsein ausdrücken



Mit Hilfe unserer Stopp-hör-auf-Regel in drei Schritten lernen die Kinder genau das Verhalten zu benennen, was sie stört und ihrem Gegenüber zu sagen, was sie möchten, z.B.

1 Stopp, hör auf mich zu schubsen, Julian.

2 Stopp, Julian, hör auf mich weiter zu schubsen, das tut mir weh, sonst gehe ich es einem Erwachsenen sagen.

3 Stopp, Julian, ich habe es jetzt schon dreimal gesagt. Jetzt gehe ich mir Hilfe bei einem Erwachsenen holen.

4 Kind geht zu einem Erwachsenen und sagt den „Zauberspruch“:  
Ich habe schon dreimal Stopp-hör-auf gesagt, aber er hört nicht auf. Jetzt brauche ich Hilfe.



- Unterstützen Sie Ihre Kinder dabei, auf Provokationen gelassen zu reagieren und sich im Notfall Hilfe bei Erwachsenen zu holen. ("Schlag zurück" ist nicht hilfreich!)
- Zeigen Sie Ihren Kindern, dass man für falsches Verhalten auch einstehen muss, dass man es wieder gutmachen kann. Dafür muss man ehrlich zugeben, was passiert ist und nach einer Lösung suchen.
- Vertrauen Sie uns! Wir tolerieren keine Gewalt.
- Falls Sie Situationen erleben, die Ihnen Sorgen machen, bitte sprechen Sie uns umgehend an. Bitte sprechen Sie keinesfalls fremde Kinder an. Sie möchten auch nicht, dass fremde Erwachsene Ihre Kinder ansprechen.

So merken Ihre Kinder sehr schnell, dass wir gemeinsam an einem Strang ziehen, dass es uns allen sehr wichtig ist, dass die Kinder gewaltfrei miteinander lernen können, ja mehr noch, dass sie sich wohl fühlen, Freunde finden, lernen mit anderen Menschen klarzukommen und Konflikte angemessen zu lösen.

Mit herzlichen Grüßen



S. Gehrke  
Schulleiterin