

Ich habe einen Traum ...



... einen Giraffentraum\*

Verstehen und  
verstanden werden!

Das wünscht sich jeder, ob Groß ob Klein. Es ist die  
Basis für Leichtigkeit im menschlichen Miteinander.

Der Giraffentraum bringt achtsam die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) zu Kindern in Kitas und in Familien.

In einem gut zu praktizierenden 4-Schritte-Format:



### **BEOBACHTUNG**

- wert- und interpretationsfrei



### **GEFÜHLE**

- spüren und nennen



### **BEDÜRFNISSE**

- erkennen, die immer hinter Gefühlen stehen



### **EINE BITTE FORMULIEREN**

- die eine Lösung wahrscheinlicher macht

## FÜR DIE KINDER:

- Sie bekommen einen Rahmen, in dem sie sicher sind
- Sie üben, sich und andere zu verstehen
- Sie sind in der Lage, sich mitzuteilen
- Sie finden Lösungswege für ihre Konflikte
- Sie handeln selbstverantwortlich
- Soziale Kompetenz wird spielerisch erlernt
- Verbale, physische und psychische Gewalt wird reduziert/verhindert

## FÜR DIE ERZIEHER/INNEN:

- Leichtigkeit im täglichen Miteinander erhöhen
- Unterstützung finden in ihren Ansprüchen, den Erziehungsauftrag zu leben
- Mehr Spaß im Beruf, weil sie Zusatzerfolge sehen
- Zeit für andere Dinge bleibt, wenn Kinder selbstständiger werden und ihre Konflikte selbst lösen
- Ein gezieltes Eingreifen in den Konfliktprozess, wenn Kinder Unterstützung brauchen

## DAS GEHT SO:

- Ich führe die ErzieherInnen in einem 2-3 Tages-GFK-Seminar vor Ort in den Giraffentraum ein
- Die ErzieherInnen führen den Giraffentraum 8-10 Tage lang in die Kita ein
- Ich begleite die Einführung und die Zeit danach mit Coaching-Stunden und Supervision
- **Bei Bedarf biete ich Eltern-Info-Abende an**



# Karin Krimmer

Coaching mit Herz und Verstand  
weil Kommunikation verbindet

## Karin Krimmer

Mediatorin & Coach (univ.)  
Trainerin für achtsame Kommunikation auf  
Basis der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)  
Multiplikatorin Projekt Giraffentraum\*

Wilhelm-Busch-Str. 10  
81477 München

Tel.: (089) 44 23 99 99

Mobil: (0178) 31 32 33 2

Mail: [karin@krimmer.cc](mailto:karin@krimmer.cc)

[www.krimmer-coaching.de](http://www.krimmer-coaching.de)



\*) Der Giraffentraum ist ein Programm, von Gundi und Frank Gaschler entwickelt, das die Gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg in Kindertagesstätten etabliert (Buch: Ich möchte verstehen, was du wirklich brauchst).