

Impulse und praktische Anwendungsbeispiele zum Einsatz der Giraffen-Schatzkiste:

- **Selbstempathie als Seelenbalsam**
=> mit mir selber in Kontakt kommen, spüren wie es mir gerade geht, was mir wichtig ist
- **Wie fühlst du dich gerade?**
=> Sitzkreis, ich lege die Schlüsselkarte „Gefühl“ (Herz) in die Mitte und alle 18 Gefühlkärtchen (rosa) im Kreis rundherum.
Die Kinder dürfen mir sagen oder zeigen, wie es ihnen gerade geht.
- **Anregung zu verschiedensten Gesprächen**
=> z.B. „Warst du schon einmal traurig? Erzähl mir darüber...“
- **Begriffsbildung und Wortschatzerweiterung**
=> Wie fühlst DU dich, wenn du ein neues Spiel bekommst? Wenn dein Teddybär kaputt gegangen ist? Gefühlkärtchen betrachten: Was meinst du – wie fühlt sich dieses Kind?
- **Hilfe zum Selbstausdruck**
=> für junge Kinder, Kinder mit anderer Muttersprache oder bei der Aufarbeitung emotional bewegender Erlebnisse (Bildkärtchen anbieten!)
- **Selbstbewusstseins- und Eigenwahrnehmungsförderung, Selbstempathie**
=> Wie fühlt sich z.B. „traurig“ in deinem Körper an, was spürst du, und wo?
- **Gefühle-Pantomime**
=> Jedes Kind zieht verdeckt ein Gefühlkärtchen und stellt das gezogene Gefühl durch Körperhaltung, Mimik und Gestik dar, die Mitspieler raten.

- **Was brauchst du jetzt gerade?**

=> Ich lege die Schlüsselkarte „Bedürfnis“ (Schatzkiste) in die Mitte und alle 22 Bedürfniskärtchen (blau) im Kreis rundherum.
Die Kinder dürfen mir sagen oder zeigen,
was ihnen *jetzt gerade* am wichtigsten ist (z.B. „Ich brauche gerade Bewegung!“)

- **Was brauchen wir Menschen um glücklich zu sein?**

=> Die Kinder dürfen aufzählen, was ihnen dazu einfällt. Dazu die Bedürfniskärtchen anbieten und ergänzen. Wenn die Kinder eine Strategie statt einem Bedürfnis nennen (z.B. „Roller fahren“ statt „Bewegung“ usw.):
in Bedürfnisse übersetzen helfen „Meint ihr, brauchen das wirklich *alle* Menschen, ist das allen so wichtig?“ usw.

- **Wertschätzende Konfliktlösung und Mediation mit Hilfe der "4 Schlüssel" der GFK**

=> Die Kinder empathisch beim Selbstaussdruck unterstützen. Ihnen helfen, auszudrücken was gerade in ihnen vorgeht – ohne dass sie den anderen dabei beschuldigen. Ihnen helfen, Worte dafür zu finden, welche Gefühle und Bedürfnisse die Konfliktsituation in ihnen auslöst.

Hier können die Schlüsselkarten und die Gefühle- und Bedürfniskärtchen eingesetzt werden.

Wichtig: Nicht die genaue Wortwahl ist entscheidend, sondern die annehmende und wertschätzende innere Haltung!

Diese Art der Konfliktlösung und Mediation kann in Workshops in *Gewaltfreier Kommunikation* erfahren und trainiert werden.