

Seid nett zueinander. Gar nicht so einfach? Doch!

Autorin Edith Konrad aus Schneegattern hat in der „Giraffensprache“ ein Buch für Kindergartenkinder geschrieben

VON MONIKA KREISEDER

LENGAU. Seit mehr als 30 Jahren beschäftigt sich Edith Konrad mit Kommunikation. Nun hat die 54-Jährige ein Buch herausgebracht, das Kindern Wege zeigt, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Die Warte bat sie zum Interview.

Worum geht es im Buch „Yana, Paul und die Giraffensprache“?

Edith Konrad: Es handelt von Yana, einem kleinen Mädchen aus einem kleinen, friedlichen Dorf, ihrem Freund Paul und der Giraffe SAM. Von Königin Ludmilla lernt Yana eine Geheimsprache, die dabei hilft, gut miteinander auszukommen, ohne sich gegenseitig zu beschimpfen, zu bewerten und abzuwerten.

Was bedeutet die Giraffensprache?

Marshall B. Rosenberg, ein Amerikaner, ist der Erfinder der Giraffensprache. Die Giraffe ist ja das Landtier mit dem größten Herzen. Die Giraffensprache ist also die Sprache des Herzens. Wichtig war ihm zwischen Wahrnehmung und Bewertung zu unterscheiden. Eine Beobachtung löst ein Gefühl in mir aus. Jetzt gilt es zu erkennen, warum habe ich dieses Gefühl, was irritiert mich oder macht mich wütend, welches Bedürfnis wird nicht befriedigt. Es geht im Grunde immer um Anerkennung, Respekt und Wertschätzung. Das Gegenteil



Dr. Edith Konrad mit ihrem Buch

Foto: OÖN-krei

ist die Wolfssprache, hier wird kritisiert und schlecht bewertet.

Wie schafft man es, nicht zu bewerten?

Sobald einem auffällt, dass man in der Bewertung ist, kann man sich korrigieren. Ich habe weniger Stress, wenn ich nicht bewerte. Ich

muss anderen nichts beweisen und versuche einfach Widersprüche so zu nehmen wie sie sind, ohne sie aufzulösen. Manchmal braucht es vielleicht auch einen Streit. Mit der gewaltfreien Kommunikation habe ich jedoch ein Werkzeug zur Hand, mit dem beide Seiten ihr Gesicht wahren können. Und ich kann sa-



Ich habe weniger Stress, wenn ich nicht bewerte. Ich muss anderen nichts beweisen und versuche einfach Widersprüche so zu nehmen, wie sie sind, ohne sie aufzulösen. Manchmal braucht es vielleicht auch einen Streit.

Edith Konrad, Autorin aus Schneegattern

gen, was mich persönlich betroffen macht.

Für wen ist das Buch gedacht?

Das Buch wurde für Kinder geschrieben, aber auch Erwachsene profitieren davon. Es ist ein Vorlese- und ein Lesebuch, besonders geeignet für Kindergärten und Schulen. Im Internet gibt es ergänzende Materialien zum Üben als Download. Die Illustrationen und der Text des Giraffenliedes stammen von meiner Schwester.

Haben Sie selbst Kinder oder Erfahrungen mit Kindern und mit der Giraffensprache?

Keine eigenen Kinder – aber viele

Patenkinder, auch in Asien und einen Neffen. Seit meiner Jugend habe ich mit Kindern zu tun und versuche das Wissen rund um die Giraffensprache auch in der Praxis anzuwenden. Die Yana gibt es wirklich und mit ihr habe ich auch die Geschichten des Buches durchgespielt.

Ist dies Ihr erstes Buch?

Nein, es ist das zwölfte. Ich habe mehrere Bücher über „Soziales Lernen“ geschrieben und ein Reisebuch über Südostasien. Seit 35 Jahren fahre ich dorthin, weil mich der Respekt, die Wertschätzung und die Spiritualität der Einwohner fasziniert.

Was motiviert Sie, über gewaltfreie Kommunikation zu schreiben?

In unserer schnelllebigen Welt der Digitalisierung und Anonymisierung, in der ich in sozialen Netzwerken einen Freund ganz schnell mal löschen kann, ist es besonders wichtig, wieder zu kommunizieren. In Workshops und Seminaren möchte ich auch aufzeigen, wie ich als soziales Wesen in wertschätzender Beziehung mit meinen Mitmenschen zusammenleben kann.

Das Buch „Yana, Paul und die Giraffensprache – Gewaltfreie Kommunikation für Kinder ab dem Kindergartenalter“ ist im Innsalz Verlag erschienen.

Mit neuer Leitung in das Schuljahr gestartet

Union Höherer Schüler (UHS) hat einen neuen Vorstand

BRAUNAU. Zum Schulstart bekam die Ortsgruppe der Union Höherer Schüler (UHS) Braunau eine neue Leitung: Philipp Enhuber (18) ist Obmann, Michael Hochradl (18) Geschäftsführer und Paul Hamminger (17) sein Stellvertreter. Bereits in der ersten Schulwoche startete die Braunauer Ortsgruppe ihre Arbeit und verteilte Süßigkeiten-Sackerl, Getränke, Jahresplaner und Gutscheine an die Schüler, damit diese motiviert werden, sich über den Schulalltag hinaus zu engagieren.

Die UHS Oberösterreich hat sich für das Jahr viel vor-



Ambros Weiß

Fotos: privat



Der neue Ortsgruppen-Vorstand

genommen. Neben Softskill-Seminaren und anderen Veranstaltungen werden Dienstleistungen für Schülervertreter geboten. Im Lan-

desvorstand der größten Schülervertretungsorganisation Oberösterreich ist auch Ambros Weiß aus Munderfing vertreten.

Herbst am Hof in Altheim

Kolumnistin und Bloggerin lädt zu gemütlichem Herbstmarkt

ALTHEIM. 25 Anbieter aus der Region, von Engelhartzell bis Ostermiething, von Schärding bis Ried, bieten beim Herbst am Hof kreative und ungewöhnliche Geschenkideen, Kunsthandwerk, floralen Türschmuck, Produkte vom Schaf, Marmeladen und Einkochtes, Buchweizenprodukte und Kräutertees aus dem Innviertel an, aber auch Baby- und Kinderbekleidung sowie

vieles mehr. Der Markt findet am Samstag, 28. September, 10 bis 17 Uhr auf dem Mosauerhof statt. Denn die kreative Innviertlerin, Bloggerin und OÖN-Kolumnistin Astrid Aichinger alias die Mosauerin öffnet die Tore ihres 1850 erbauten Hofes (Weidenthal 2, Altheim).

Eine Besonderheit erwartet die Besucher ebenfalls, und zwar der „Tauschtisch.“ „Jeder, der mitmachen mag,

nimmt von zuhause ein bis drei Gläser Einkochtes, Marmelade oder sonstiges selbst Haltbargemachtes mit, stellt es auf den Tauschtisch und nimmt sich dieselbe Anzahl an anderen Gläsern wieder mit heim“ erklärt die Mosauerin das einfache Prinzip. Kinder können um 11 und um 14 Uhr mit der Mosauerin Hühnerfüttern gehen. Der Eintritt ist kostenlos.

WERBUNG

Die neue
Volkspartei



Am 29. September:

ÖVP - Andrea Holzner

**FÜR UNSEREN
BEZIRK
BRAUNAU!**

„Vom Rand ins Zentrum rücken und dort dem ländlichen Raum Gehör verschaffen. Dafür setze ich mich ein!“

Andrea Holzner