

MEINE STARKE SEITE

ca. 20 Minuten

- Lernziel:** Eigene Stärken erkennen, Legitimierung zum Aussprechen der eigenen Stärken erfahren
- Alter:** ab 8 Jahren
- Gruppengröße:** egal
- Material:** Arbeitsblatt „Meine starke Seite“ (Anhang S. 36), Stifte

Anleitung:

Die Förderkraft spricht mit den Kindern über ihre starken Seiten. Dabei soll klar werden, dass jeder Mensch auch viele Stärken besitzt, die wir oft gar nicht kennen oder über die wir nicht sprechen möchten. Die Kinder sollen sich nun ihrer starken Seite bewusst werden und diese auf dem Arbeitsblatt notieren. Auch Kleinigkeiten dürfen gerne genannt werden. Die Lehrkraft kann mit Beispielen unterstützen (Ich bin gut in ..., Mit mir kann man gut ..., Ich habe ...) Jedes Kind sollte dazu ermutigt werden, mindestens zwei Stärken zu nennen. Die Förderkraft kann mithilfe der anderen Kinder auch selbstbeobachtete Stärken zu Kindern nennen, die große Schwierigkeiten haben, sich positiv darzustellen. Die Ergebnisse des Arbeitsblattes werden von jedem einzeln genannt.

Reflexion:

Warum ist es so schwer, sich positiv darzustellen? Was könnte passieren, wenn wir das öfter machen würden? Wie geht es anderen damit, wenn sich jemand seiner Stärken bewusst ist und sie auch ausspricht? Was wünschen wir uns für uns selbst?

SCHIFF IM STURM

ca. 50 Minuten

- Lernziel:** Hineinspüren in die eigenen Kräfte
- Alter:** ab 6 Jahren
- Gruppengröße:** egal
- Material:** Papier und Stifte

Anleitung:

Die Kinder stellen (oder setzen) sich in einen Kreis und schließen die Augen. Die Förderkraft beginnt mit folgenden Instruktionen:

Stell dir vor, du bist ein kleines Schiff auf dem Meer. Die Wellen sind hoch, denn es wütet ein furchtbarer Sturm. Der Regen peitscht dir auf die Planken. Der Wind rüttelt an jeder deiner Schrauben. Die hohen Wellen schlagen auf dein Deck. Du drohst aber nicht unterzugehen. Du hältst dem Unwetter stand. Der Sturm wird stark wie ein Orkan. Du hältst stand. Die Wellen türmen sich über dir auf. Aber du bist stärker. Es ist anstrengend dem Unwetter zu widerstehen, aber du bist dir gewiss, dass dir nichts etwas anhaben kann. Du bist stärker ...

Im Anschluss daran, soll jeder sich als Schiff im Sturm malen.

Reflexion:

Wie ging es dir im Sturm? Wie hat es sich angefühlt, so stark zu sein?

Soziale Kompetenz fördern

In den folgenden Übungen geht es um die Steigerung der sozialen Kompetenz. Hierbei werden besonders Konfliktbewältigung und Interaktionsfähigkeit in den Blick genommen.

Gerade im Kontakt mit anderen sind selbst unsichere Kinder sehr zurückhaltend. Schon eine normale Kommunikation kann schwierig sein, ein Konflikt wird zur großen Belastung. Bei Kindern kommen Konflikte mit anderen zwar häufiger vor als bei Erwachsenen, aber ihre Bedeutsamkeit kann von Kind zu Kind variieren. Das selbstwertschwache Kind wird die Schuld für den Konflikt vielleicht nur bei sich suchen oder die Ungerechtigkeit, die ihm vielleicht widerfährt, für sich behalten. Diese emotionale Zusatzbelastung ist Stress für die kindliche Befindlichkeit.

Kinder, die nicht angemessen mit Konflikt- oder Stresssituationen umgehen können, haben ein erheblich größeres

Risiko psychosomatische Erkrankungen zu erleiden. Daher wird im Folgenden eine differenzierte Wahrnehmung von Belastungsreaktionen, Stressreaktionen und Bewältigungsstrategien erprobt. Ebenso wird eingeübt, eigene Gefühle verbal und nonverbal auszudrücken und die der anderen anzuhören und zu akzeptieren. In spezifischen Spielen werden die Kinder Gemeinsamkeit als Stärke erleben. Außerdem werden sie die eigene Verantwortung und Handlungsfähigkeit bei Stresssituationen wahrnehmen und akzeptieren lernen.

Diese Übungen eignen sich auch für Kinder, die keine ausgeprägte LRS zeigen, sondern mit anderen Schwächen belastet sind. Konflikt- und Stresssituationen kennt jedes Schulkind. Diese Übungen sind für eine gesunde und friedliche Entwicklung jedes Einzelnen, aber auch für die Dynamik der Gruppengemeinschaft sinnvoll.

Konfliktbewältigung

Vor allem selbstwertschwache Kinder haben in Konfliktsituationen das Nachsehen. Viele trauen sich nicht angemessen zu reagieren. Oft fehlt ihnen auch die Kompetenz zu situationsgerechten Handlungsalternativen. Wie bewältige ich einen Konflikt am besten? Warum soll ich den anderen dabei nicht kränken? Wann ist mir das schon selbst passiert? Dies sind die Fragen, mit denen sich Kinder beschäftigen müssen, um ein angemessenes Verhaltensrepertoire für Konfliktsituationen zu erlangen.

Im Bereich der Konfliktbewältigung lernen die Kinder zum einen ihrem Alter angemessene Rechte und Bedürfnisse kennen und verstehen und zum anderen die eigene Verantwortung bei Konflikten wahrzunehmen und zu akzeptieren. Auch auf Hänseleien und Kränkungen angemessen reagieren zu können, ist ein wichtiger Baustein der kommenden Übungen.

Die Übung „Im Unterricht“ soll die Selbst- und Fremdwahrnehmung fördern. Gemeinsamkeiten und Unterschiede der einzelnen Kinder können verglichen und diskutiert werden. Hierbei werden die Kinder darin bestärkt ihre Empfindungen und ihre eigene Meinung auch einer Autorität gegenüber angemessen äußern zu können.

Das Spiel „Die verbale Attacke“ soll den Kindern ein Verhaltensrepertoire aufzeigen, um mit Hänseleien besser umgehen zu können. Hier kann jedes Kind seine individuelle Konfliktsituation mit anderen ansprechen. Auch Konflikte innerhalb der Fördergruppe können thematisiert werden.

Die „Positive Rückmeldung“ ist eine Übung, die regelmäßig in die Förderung oder den Unterricht eingebunden werden kann und sollte. Nur durch regelmäßige Rückmeldungen können sich Einstellungen und der Glaube an sich selbst festigen.

Die Übung „Klassenarbeit“ zeigt den Kindern dagegen die Möglichkeiten für eigene Handlungs- und Einstellungsalternativen auf. Die Verantwortung für die eigene Einstellung soll übernommen werden, dabei werden Einstellungsalternativen getestet und eventuell durch bessere ersetzt.

Bei der „Stresspolizei“ lernen die Kinder ihre individuellen Stressmomente zu benennen. Hier sollen die Kinder erleben, dass ihr selbstgemachter Stress eine für sie lösbare Aufgabe ist.

IM UNTERRICHT

30–45 Minuten

Lernziel: Sich in andere hineinversetzen können, Unterschiede und Ähnlichkeiten wahrnehmen, persönliche Empfindungen spüren, eigene Entscheidungen treffen und durchhalten lernen

Alter: ab 10 Jahren

Gruppengröße: mindestens 4 Kinder

Material: Arbeitsblatt „Im Unterricht (1) und (2)“ (Anhang S. 37/38)

Anleitung:

Die Förderkraft beschreibt die Szene, die von vier Kindern dargestellt werden soll. Alle erhalten das Arbeitsblatt „Im Unterricht“. Diejenigen, die nicht mitspielen, sind aufmerksame Beobachter. „In dieser Stunde soll das Lesen beurteilt werden. Tom ist an der Reihe, weigert sich jedoch mit dem Vorwand sehr heiser zu sein, was ihm das Sprechen erschwere. Die Lehrerin, Frau Bergmann, versteht Tom nicht und versucht ihn zu überreden, doch einen Absatz zu lesen. Zwischendurch mischen sich Ben und Finn ein. Während Ben versucht Tom zu verteidigen, drängt Finn dazu, härter vorzugehen.“

Reflexion:

Im Anschluss an das Rollenspiel beantwortet jeder für sich die Fragen auf dem Arbeitsblatt. Diese werden dann mit allen besprochen.

DIE VERBALE ATTACKE

20 Minuten

Lernziel: Erkennen und verbalisieren von verbalen Verletzungen, sich in andere hineinversetzen können, eigene Verletzungen aufspüren und neue Reaktionsmöglichkeiten ausprobieren

Alter: ab 8 Jahren

Gruppengröße: egal

Material: Tafel

Anleitung:

Die Förderkraft sammelt an der Tafel, welche Erfahrungen die Kinder mit Hänseleien und verbalen Verletzungen gemacht haben. Die Kinder sollten dazu ermutigt werden, auch Situationen aus der Schule mit eventuell anwesenden Kindern oder sogar der entsprechenden Lehrkraft anzusprechen. Wer dann möchte, kann sein eigenes oder ein anderes besonders belastendes Ereignis mit einem anderen Kind nachspielen. Dabei sollen unterschiedliche Reaktionen auf die Hänselei probiert werden (z. B. Rückzug, Aggression, Traurigkeit).

Reflexion:

Beide Darsteller sollen im Anschluss erklären, wie es ihnen in der jeweiligen Rolle erging. Auch die Beobachter-Kinder geben ihre Eindrücke wieder.