

LERNPROGRAMM ZUM SOZIALEN WOHLBEFINDEN IN DER SCHULE

Das von uns entwickelte Lernprogramm hat das Ziel, die sozialen Beziehungen in der Schule und damit langfristig das soziale Wohlbefinden in der Schule zu stärken. Die Themenfelder der angebotenen Übungen basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen über Bereiche die maßgeblich für den Aufbau sozialer Beziehungen sind. Die einzelnen Übungen konzentrieren sich auf den Aufbau konkreter Stärken, die Kindern helfen, sich im Schulalltag zurechtzufinden, mit Problemen umzugehen und eine gute Klassengemeinschaft aufzubauen.

Hier finden Sie einen Überblick über die angebotenen Übungen. Zu jeder Übung gibt es ein Lehrer*innen –Skript, Arbeitsblätter für die Schüler*innen und Reflexionsfragebögen. Nach einer Rückmeldung an: anna.maedge@kl.ac.at senden wir Ihnen die entsprechenden Unterlagen zeitnah zu.

1) Selbstwirksamkeit: Was ich beeinflussen kann

Die vorgestellten Übungen haben zum Ziel, Kindern zu vermitteln, dass sie ihre Handlungen, Gedanken und Reaktionen kontrollieren und verändern können. Dies ist eine wichtige Voraussetzung, um eine positive Selbstwahrnehmung, positive sozialer Beziehungen zu entwickeln und prosoziales Verhalten zu fördern. Kinder sollen lernen, dass sie ihre Handlungen, Gedanken und Reaktionen gezielt kontrollieren können, auch wenn sie manchmal keine Kontrolle über die Situation haben.

- * Einstiegsspiel zur Gruppendynamik
- * Arbeitsblatt & Lehrer*innenskript „Was ich beeinflussen kann..“
- * Reflexionsbögen

2) Klassenverband & Klassenregeln

Klassenregeln sind das Gerüst für ein positives Zusammen im Schulalltag. Die Schüler*innen nutzen ihre Fähigkeiten zum kritischen Denken und entwickeln Ideen für ein positives Zusammen in der Klasse. Schüler*innen sollen selbst Verantwortung für ihre Umgebung übernehmen, wodurch es wahrscheinlicher wird, dass die besprochenen Verhaltensregeln eingehalten werden. Durch das Aufstellen der Regeln soll eine positive und sichere Lernumgebung geschaffen werden, in der sich alle wohl und sicher fühlen und gut lernen können.

- * Einstiegsspiel zum Thema „Außenseiter“
- * Posterdruckvorlage & Arbeitsblätter & Lehrer*innenskript „Klassenregeln“
- * Reflexionsbögen

3) Empathie

Die Übungen haben zum Ziel, Kinder an die Wahrnehmung von Gefühlen anderer Menschen heranzuführen und die Grundlagen für empathisches Handeln zu legen. Empathie ist eine wichtige Voraussetzung für den Aufbau guter sozialer Beziehungen und das empathische Einfühlen in andere Menschen ist Voraussetzung für prosoziales Verhalten. Daher ist Empathie auch für ein gutes Miteinander und gute Peer Beziehungen in der Klasse sehr relevant.

- * Einstiegsspiel Emotionen erkennen
- * Gesichtsausdrücke und Verhalten zu Emotionen zuordnen
- * Arbeitsblatt & Lehrer*innenskript „Andere verstehen“
- * Reflexionsbögen

4) Mindfulness Übungen

Mindfulness kann Kindern helfen, sich in schwierigen Situationen zurechtzufinden, Gefühle zu beruhigen und positiv zu denken. Mindfulnessübungen sind daher ein wichtiges Tool der Konfliktlösung und der Emotionsregulation, zwei Kompetenzen, die wiederum für den Aufbau von guten sozialen Beziehungen maßgeblich sind.

- * Mehrere Mindfulnessübungen und Atemübungen mit Anleitung zum Ausprobieren in der Klasse
- * Lehrer*innenskript & Mindfulnesskarten für Kinder
- * Reflexionsbogen

5) Konfliktlösung

Konflikte können entstehen, wenn Kinder verschiedene Dinge wollen, brauchen oder erwarten. Alle Menschen erleben von Zeit zu Zeit Konflikte; Konflikte sind völlig normal. Durch das Vermitteln von Konfliktlösungsstrategien sollen Kindern lernen, wie sie Konflikte auf friedliche Weise lösen können, bzw. um Hilfe zu fragen, wenn sie die Konflikte nicht mehr lösen können. Bessere Strategien können das Klassenklima verbessern und negativem Verhalten vorbeugen.

- * Lehrer*innenskript zur Einführung in Konflikte
- * Arbeitsblatt „Konflikte“ mit kleinen Mindfulnessübungen um sich zu beruhigen, Skalierungsübungen und Konfliktlösungsstrategien
- * Reflexionsbogen

6) Bystander Effekt Rollenspiel

Mobbing in der Schule ist ein schwieriges und ernstes Thema. Kinder wissen oft nicht, wie sie mit Mobbing Situationen umgehen können. Tatsächlich ist es für das Kind, das gemobbt wird, schwierig alleine aus der Situation herauszukommen. Daher ist es wichtig, den Bystander Effekt zu besprechen und Kindern Strategien zu geben, Mobbing Situationen, die sie beobachten zu unterbrechen. Dies soll die sozialen Kompetenzen stärken und den Klassenzusammenhalt erhöhen.

- * Anleitung zu 4 Minirollenspielen mit Rollenkarten für die Schüler*innen
- * Lehrer*innenskript zur Reflexion der Strategien
- * Arbeitsblatt zum Bystander Effekt für Schüler*innen
- * Reflexionsbogen

7) Kooperationsspiele

Kennen Sie tolle Kooperationsspiele, die sie mit Ihren Schüler*innen testen und selbst weiterentwickeln wollen? Sie können diese im Klassenkontext ausprobieren, mit Hilfe unsere Diskussionsanleitungen besprechen und mit ihren Schüler*innen überarbeiten.

- * Lehrer*innenskript Diskussionsanleitung
- * Reflexionsbogen

Folgt noch...

Wir haben zur gemeinsamen Erarbeitung und Reflexion von sozialen Kompetenzen und prosozialem Verhalten in der Klasse kleine Comic Geschichten entwickelt. Diese werden im Moment von unserer Graphikerin umgesetzt und sind aller Voraussicht nach ab Mai verfügbar. Ab Mai wird es daher auch die Möglichkeit geben, Comics zu unterschiedlichen Themen (neue Schule, Mobbing, Freundschaft) zu lesen und mit den Schüler*innen zu besprechen.