

2. Bausteine für soziales Lernen unser „roter Faden“

2.1 Einführung in die Bausteine

Dieses Buch ist aus der Praxis für die Praxis geschrieben. Es basiert auf der Erfahrung, dass „Soziales Lernen“ **sehr früh**, bereits im Kindergartenalter pädagogisch vermittelt werden kann und in der Grundschule, in der weiterführenden Schule und im Konfirmandenunterricht vertieft wird.

Unsere **Ziele** für Soziales Lernen sind:

- die sozialen Kompetenzen der Kinder gezielt fördern,
- emotionale, sprachliche und körperliche Fähigkeiten der Kinder erweitern,
- den Zusammenhalt in der Gruppe stärken,
- verbale und nonverbale gewalthaltige Situationen abbauen.

Diese Fähigkeiten sind für das ganze weitere Leben ein wertvolles Instrumentarium im Umgang mit sich selbst und mit anderen Menschen.

Von entscheidender (!) Bedeutung ist dabei die **Wiederholung**. Es reicht nicht aus, für zwei Tage in eine Kindergruppe zu gehen und etwas zum Thema „Soziales Lernen“ mit den Kindern zu erarbeiten. Soziales Lernen lebt von der ständigen Wiederholung und Vertiefung. Wir arbeiten mit einer Gruppe in der Regel wöchentlich über ein Jahr und können dann nachhaltige positive Veränderungen im Gruppenklima und bei Einzelnen feststellen.

Unser Ansatzes ist es, **Eltern aktiv in unsere Arbeit mit einzubeziehen**. Die Lerninhalte basieren auf einem interdisziplinären Projekt das im Kreis Gütersloh seit 1994 in Kooperation von Schule, Eltern, Polizei, Jugendarbeit und evangelischer Kirche entwickelt wurde. Es wird durch die Gewaltakademie Villigst und durch die Universität Bielefeld begleitet. Initiator und kreativer Motor ist Carl Wilhelm Borgstedt von der Polizei Gütersloh.

Die in diesem Buch gesammelten Übungen sind in der Praxis dieser Eltern AG's entstanden, erfolgreich erprobt worden und auf den Bereich der Kindertagesstätten, der weiterführenden Schulen und des Konfirmandenunterrichtes ausgeweitet worden.

Bei uns hat jede Unterrichtsstunde von der Handlungsabfolge her zunächst den gleichen Aufbau:

- | | |
|----------------------|---|
| - Begrüßung/Einstieg | wir kommen zusammen, nehmen uns wahr |
| - Warming up | die Teilnehmer werden miteinander warm |
| - Hauptteil | das ist der thematische Schwerpunkt der Stunde |
| - Cooling down | der Spannungslöser, der die Stunde ausklingen lässt |
| - Abschlussritual | beschließt die Stunde |

Bei der **Begrüßung/Einstieg** versammeln sich alle Kinder und Eltern und die Trainerin im Kreis. Wir nehmen einander wahr. Wir ziehen unser T-shirt an, das jedes Kind und jeder Erwachsene für diesen Unterricht angefertigt hat mit dem eigenen Namen darauf. Wenn wir das T-shirt anhaben wissen wir, dass die Stunde „Soziales lernen“ beginnt. Dann begrüßt jeder seinen Nachbarn, oder wir uns alle gemeinsam an die Hände fassend und laut rufend: „Guten Morgen“. Oder wir singen gemeinsam ein Lied mit Gitarrenbegleitung. Oder wir begrüßen uns mit einem Begrüßungswort aus einer anderen Sprache. Oder wir lauschen dem Ton einer Klangschale.

Das **Warming up** dient der leichten und fröhlichen Kontaktaufnahme in der Gruppe. Sind die Kinder müde, werden wir sie aktivieren durch ein schnelles fröhliches Spiel im ganzen Raum. Sind die Kinder überdreht, werden wir sie durch eine Massage oder ein konzentriertes Spiel im Kreis „wieder auf den Pott setzen“. Es kann sein, dass der Hauptteil so viel Zeit in Anspruch nimmt, dass Begrüßung und Warming up zusammengelegt werden.

Der **Hauptteil** ist der arbeitsintensivste Teil der Stunde und bedarf einer besonderen Vor- und Nachbereitung. Er bildet den thematischen Schwerpunkt der Stunde und ist zielorientiert, d.h. mit dieser Übung sollen Bestimmte Erfahrungen innerhalb eines Bausteines trainiert werden. Die von uns aufgelisteten Übungen haben sich in der Praxis gut bewährt, weshalb sie gern verwendet werden. Die von uns hier erklärten Übungen können jederzeit durch andere Übungen ergänzt werden. Hier sind der Kreativität und den Erfahrungen der Eltern und der Traineein keine Grenzen gesetzt.

Je nach Intensität können diese Übungen in der kommenden Stunde weitergeführt und vertieft werden. Wichtig ist, dass diese Übungen reflektiert/bearbeitet werden. Es findet also immer eine Gesprächsrunde mit den Kindern nach der Übung statt, in der die Kinder über ihre Erfahrungen berichten und von den Erwachsenen auch gezielt gefragt werden (siehe dazu auch Kapitel 3). Ist zu wenig Zeit für die Reflexionsrunde, kann das Cooling down ausfallen.

Für das **Cooling down** gilt ähnliches wie für das Warming up. Es dient dem leichten und fröhlichen Ausklang der Stunde. Sind die Kinder müde, werden wir sie aktivieren durch ein schnelles fröhliches Spiel im ganzen Raum. Sind die Kinder überdreht, werden wir sie durch eine Massage oder ein konzentriertes Spiel im Kreis „wieder auf den Pott setzen“. Daher haben wir im Praxisteil (4. Kapitel) die Übungen für Warming up und Cool down zusammengefasst.

Für den Lernprozess „Soziales Lernen“ beschreiben wir **handlungsorientierte Bausteine**. Unsere Bausteine sind Schwerpunktthemen. Ein Schwerpunktthema bearbeiten wir über mehrere Wochen hin im Hauptteil. Unsere Bausteine lauten:

- (Vertieftes) kennen lernen
- Selbstwahrnehmung/Fremdwahrnehmung
- Kooperation
- Konfliktfähigkeit
- Selbstbehauptung

Diese Reihenfolge hat sich in unserer Arbeit bewährt und bietet einen roten Faden, wie eine Reihe zum Thema „Soziales Lernen“ aufgebaut werden kann.

Es gibt aber auch eine **situationsbezogene Arbeit** mit den Bausteinen. Ist z.B. das Thema „Gewalt“ im Moment in der Gruppe sehr akut, kann der Unterricht mit dem Baustein „Konfliktfähigkeit“ beginnen und durch eine Vielfalt an Übungen und Spielen (siehe den Übungsteil dazu in Kapitel 4) den Kindern unterschiedliche Erfahrungsräume zu diesem Thema eröffnen und Lösungen anbieten. Sind die Kinder sehr scheu und zurückhaltend, ist vielleicht mit dem Baustein: „Selbstbehauptung“ zu starten.

Wir geben nun eine kurze inhaltliche Erklärung unserer Bausteine:

Kennen lernen

Zuerst muss eine Gruppe, auch wenn sie sich bereits gut kennt, Vertrauen aufbauen und bestehende Unsicherheiten abbauen. Die Kinder entwickeln Spielregeln im Umgang miteinander.

Selbst- und Fremdwahrnehmung

Hier geht es um das Ausprobieren eigener körperlicher und geistiger Fähigkeiten. Außerdem geht es um die Erfahrung, dass meine Handlungsfreiheit dort endet, wo die Würde und die Grenze des Mitmenschen beginnt. Kinder brauchen ein Gefühl für ihre eigenen Gefühle und die ihrer Mitmenschen, sie brauchen auch ein Gefühl für Grenzen.

Kooperation

Ein wichtiges Ziel des sozialen Lernens ist es, erfolgreich gemeinsame Aufgaben zu lösen. Die Kinder erleben, dass wir als Menschen nur gemeinsam (in Kooperation mit anderen) bestimmte Situationen meistern können. Ein gemeinsames Erfolgserlebnis kann große Freude und Stolz hervorrufen, es stärkt den Gruppenzusammenhalt und ist spannend. In diesen Übungen kann man auch beobachten, wie leicht jemand übersehen/ausgegrenzt wird, ohne dass es der Gruppe bewusst wird.

Konfliktfähigkeit

Kinder lernen Konflikte auszuhalten und konstruktiv zu lösen. Sie lernen, auf sich selbst zu achten (Selbstachtung). Ich bin ja auch selbst dafür verantwortlich was mit mir geschieht. Wie gehe ich mit Gewalt um, wer definiert was Gewalt ist, wie löse ich die alltäglichen kleinen und großen Konflikte gewaltfrei? Wie zeige ich meinem Mitmenschen, wo meine Grenze ist.

Selbstbehauptung

Sag, wenn du etwas nicht willst! Sag nein! Sei stark, sei kreativ in Konflikten, lerne dich behaupten, durchsetzen und überwinde deine Unsicherheit. In dieser Sequenz sollen die Kinder lernen ihren Standpunkt klar zu vertreten, ohne ihre Mitmenschen dabei zu verletzen.

Wir stellen in 2.2 beispielhaft ein Übungsprogramm „Soziales Lernen“ vor, das mehrere Unterrichtsstunden zu je einem Baustein umfasst. Dieses Programm wurde von uns in einer dritten Grundschulklasse durchgeführt, die neu zusammen gesetzt wurde. Zu den Hauptspielen haben wir ein paar Fragen formuliert um kurz zu zeigen, welche Zielsetzung wir verfolgen. Diese Hauptspiele finden sich näher erklärt in unserem Übungsteil (Kapitel 4) wieder. Bei Ihnen vor Ort werden natürlich je nach Situation individuelle Schwerpunkte gesetzt und die Bausteine in ihrer Länge ggf. erweitert, Anregungen dafür finden Sie in unserem Übungsteil.