

An die
Eltern und Erziehungsberechtigten
der „Ben & Lee“-Klassen



3. Informationsbrief zum Sozialkompetenztraining „Ben & Lee“

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte,

wir sind bereits im letzten Drittel unseres Trainings „Ben & Lee“ angekommen. Wie zuvor möchten wir Sie über die anstehenden Lernziele und Inhalte informieren. Auch diesmal ist die Problemlöseformel noch einmal für Sie abgedruckt – denn im 3. Baustein werden die noch fehlenden Inhalte gemeinsam mit Ihrem Kind erarbeitet.

Wenn Sie Fragen haben, können Sie sich gern an uns wenden!

Die Problemlöseformel

	STOPP – erst mal beruhigen
	Genau hinschauen – hinhören – hinfühlen! Wie geht es mir? Wie geht es den anderen?
	Welches Ziel habe ich?
	Welche Lösungswege fallen mir ein?
	Check 1: Führt der Lösungsweg zum Ziel?
	Check 2: Ist der Lösungsweg okay für die anderen?
	Check 3: Ist der Lösungsweg okay für mich?
	Ich entscheide mich für einen Weg.

Der dritte Baustein

Im dritten Baustein reisen Ben und Lee in die Zukunft und es erwarten uns viele verschiedene Themen auf der fachlichen Seite. Die Kinder werden mehr über eine gesunde Lebensführung erfahren, Experimente zum Thema Luft durchführen und zu den Themen Energie und Energiesparen arbeiten.

Dabei sind wir ganz besonders auf Ihre aktive Mithilfe angewiesen. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, was aus Ihrer Sicht gesund ist und was nicht. Überlegen Sie gemeinsam, wie richtig gesundes Essen aussehen könnte. Vielleicht haben Sie ja sogar Lust, andere Familien zu einem gemeinsamen Essen einzuladen? Auch beim Thema Energiesparen könnten Sie gemeinsam überlegen, an welchen Stellen Sie Strom sparen können. Fragen Sie doch Ihr Kind nach Ideen – Sie werden überrascht sein, was ihm so alles einfällt.

Im Fokus der sozialen und emotionalen Kompetenzen sind den Kindern die Hintergründe zu den ersten beiden Schritten der Problemlöseformel bekannt. Nun werden die restlichen Schritte erarbeitet. Konkret bedeutet dies, dass die Kinder lernen

- eigene Ziele zu formulieren und an die eigenen Möglichkeiten anpassen („Ziele klein machen“)
- Handlungsmöglichkeiten aufzudecken und zu überprüfen:
Wenn ich dieses oder jenes mache, führt das zu meinem Ziel? Sind meine Mitmenschen damit einverstanden? Bin ich damit einverstanden?
- die Problemlöseformel als Ganzes zu kennen und in verschiedenen Situationen anzuwenden

Auch hierbei gibt es viele Ideen, wie Sie Ihr Kind unterstützen können:

- Sprechen Sie in verschiedenen Kontexten über die Ziele Ihres Kindes (z. B. wenn ein Kind keine Lust hat, Klavier zu üben oder Fußball zu spielen „*Was ist denn dein Ziel?*“, um es so über die Teilnahme an einem Vorspielen oder einem Turnier für das Üben zu motivieren).
- Bringen Sie Ihre eigenen Ziele zum Ausdruck (z. B. indem Sie sagen „*Mein Ziel ist es, dass du morgen früh ausgeschlafen in der Schule sitzt, damit du viel lernen kannst. Deshalb möchte ich, dass du jetzt ins Bett gehst.*“).
- Verweisen Sie darauf, welche Folgen unterschiedliche Verhaltensweisen haben werden (Beispiel 1: „*Wenn du mich freundlich fragst, können wir uns besprechen. Wenn du unfreundlich bist, möchte ich nicht mit dir darüber reden.*“ Beispiel 2: „*Wenn du die Türe knallst, geht sie kaputt. Das macht mich dann wütend.*“).
- Wenn es darum geht, eine Handlung auszuwählen, sollten Sie darauf achten, immer auch andere Perspektiven mit in den Blick zu nehmen (z. B. wenn zwei Kinder ein Eis wollen und nur noch eins vorhanden ist, könnten Sie die Kinder fragen, wie man das Problem lösen könnte, sodass beide zufrieden sind).
- Bei Problemen oder Streitigkeiten können Sie die Problemlöseformel nutzen, um gemeinsam mit dem Kind das Problem zu lösen. Dabei gilt: Haben Sie Geduld mit sich und Ihrem Kind. Zu Beginn ist es bestimmt ungewohnt und etwas umständlich, aber Sie werden sicher bald merken, dass Ihr Kind immer selbstständiger Probleme lösen kann!