

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte,

Die Klasse Ihres Kindes wird durch das Förderprogramm „Lubo aus dem All“ gezielt in der Entwicklung der sozialen und emotionalen Kompetenzen gestärkt. Dieses Schreiben dient dazu, Sie genauer darüber zu informieren, welche Ziele das Projekt verfolgt und welche Themen behandelt werden.



Ziele des Projekts

Das Lehrmittel „Lubo aus dem All!“ ist im Rahmen eines Forschungsprojekts der Universität zu Köln entwickelt worden und hat die Förderung sozialer und emotionaler Kompetenzen von Schulkindern zum Ziel. Aufgaben, die von Schulkindern bewältigt werden müssen, betreffen u. a. die Eingliederung in den Klassenverband, den Aufbau dauerhafter Kontakte, das Konfliktlösen mit Worten, die Fähigkeit, sich an aufgestellte Regeln halten zu können, das Erkennen der eigenen Befindlichkeit, den Umgang mit Lob, Kritik und Enttäuschungen, die Fähigkeit, sich etwas zutrauen können etc. Auch das Erlernen eines kontrollierten Umgangs mit den eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer stellt eine wichtige Entwicklungsaufgabe in der Primarschule dar. Insofern ist für eine **erfolgreichen Schullaufbahn** die Entwicklung sozialer und emotionaler Kompetenzen eine wichtige Voraussetzung,

Aufbau des Förderprogramms

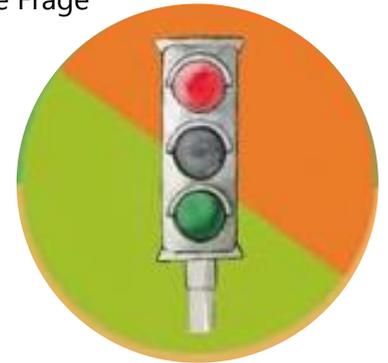
Im Laufe des Förderprogramms werden die Lernenden an den Problemlösekreislauf herangeführt. Es handelt sich dabei um eine Denkstrategie, die dabei hilft, Problemsituationen zu lösen. Sie wird im letzten Drittel des Förderprogramms eingeführt wird. Der Problemlösekreislauf ist folgendermassen aufgebaut:

Problemlösekreislauf	1. Baustein: Grundagentraining
Phase 1: „Was passiert gerade?“ (Wahrnehmung)	Selbstwahrnehmung Fremdwahrnehmung Wahrnehmung und Interpretation somatischer Marker
Phase 2: „Wie fühle ich mich? Und du?“ (Interpretation)	Entschlüsselung und Interpretation sozialer Hinweisreize Emotionsausdruck / Emotionssprache kognitive Perspektivübernahme / Empathie Aufmerksamkeitsfähigkeit
2. Baustein: Emotionsregulationstraining	
Zentral - Phase 1–6: „Wie bleibe ich ruhig?“ (emotionale Prozesse)	Emotionsregulationsstrategien Emotionswissen
3. Baustein: Transfer- und Problemlösekompetenzen	
Phase 3: „Was möchte ich?“ (Zielklärung)	mentale Zielklärungsfähigkeit soziale Problemlösungsstrategien Selbstinstruktionsfähigkeit
Phase 4: „Was kann ich tun?“ (Handlungsalternativen)	angemessenes Handlungsrepertoire / soziale Skills angemessene Selbstwirksamkeitserwartung Einschätzung der Handlungskonsequenzen
Phase 5: „Ob das wohl gut ist?“ (Lösungsbewertung)	angemessene Lösungsbewertung positives Selbstkonzept angemessene sozial-kognitive Informationsverarbeitung

Damit die Kinder den Problemlösekreislauf anwenden können, müssen sie bereits über grundlegende sozio-emotionale Kompetenzen verfügen. Diese werden im ersten & zweiten Baustein angebahnt.

Im **ersten Baustein** des Lehrmittels geht es folglich um die Förderung der Emotionswahrnehmung in sozialen Kontexten. Hierbei ist die genaue Beobachtung und Interpretation von Gefühlen wichtig, um die sozialen Botschaften entsprechend ihres Zusammenhangs und ihrer Intention zu verstehen. Zentrales Symbol dieses Bausteins ist Lubo mit Auge („Was sehe ich?“), Ohr („Was höre ich?“) und Herz („Was fühle ich/und du?“). In diesem Baustein geht es noch nicht um die Sammlung und Bewertung von Handlungsalternativen. Der angemessene Umgang mit den eigenen Emotionen wird in Baustein II trainiert. Baustein III erarbeitet verschiedene Handlungsmöglichkeiten und deren Bewertung.

Der **zweite Baustein** nimmt sich gezielt der Emotionsregulation an. Die Stopp-Ampel ist das zentrale Symbol des Emotionsregulationstrainings. Aufbauend auf dem im ersten Baustein erlernten Emotionswissen geht es nun darum, aufkommende Gefühle wahrzunehmen und zu steuern. Die zentrale Frage hierbei ist: Wie bleibe ich ruhig, um in emotional aufwühlenden Situationen überlegt zu handeln? Die Stopp-Ampel erinnert die Kinder in schwierigen Situationen daran, inne zu halten, zu überlegen und erst dann zu handeln. Dieser Baustein erarbeitet explizit noch keine Lösungsansätze für Konflikte, sondern Strategien, um sich emotional in die Lage zu versetzen, über entsprechende Handlung überhaupt erst nachzudenken. Die Erarbeitung verschiedener Handlungsmöglichkeiten und deren Bewertung wird dann im dritten Baustein thematisiert und stützt auf den Problemlösekreislauf.



Weiterführung des Gelernten im Alltag

Für einen langfristigen Lerneffekt ist es entscheidend, die Themen der Stunden des Förderprogramms auch ausserhalb dieser wieder aufzugreifen und zu vertiefen. Es gibt vielfältige Möglichkeiten, die emotionale Entwicklung von Kindern zu unterstützen. Die folgenden Ideen sind selbstverständlich nur als einige Anregungen zu verstehen!

Achten Sie darauf, in alltäglichen Konfliktsituationen die Gefühle zu verbalisieren und zu thematisieren und mit Ihrem Kind zu beschreiben, woran das jeweilige Gefühl zu erkennen ist. Erlauben Sie Ihrem Kind auch unangenehme Gefühle (z. B. Angst, Wut, Traurigkeit) auszudrücken - aber nicht grenzenlos. Führen Sie bestimmte Regeln ein, an die sich die ganze Familie hält. „Verordnen“ Sie keine Gefühlslagen (z. B.: „Das tut doch gar nicht weh“, „Deshalb ist man doch nicht traurig!“). So können Sie Ihr Kind darin fördern, den eigenen Wahrnehmungen zu vertrauen und mit diesen umzugehen. Benennen Sie als Bezugsperson zudem häufig gegenüber Ihrem Kind Ihre eigenen Gefühle und die körperlichen Erkennungsmerkmale, an denen das Gefühl zu erkennen ist. Sprechen Sie auch über die Emotionen anderer Personen. So kann Ihr Kind insgesamt lernen, sich in andere hineinzusetzen und die Gefühle von anderen zu verstehen.

Es gibt verschiedene Strategien, die Menschen dabei helfen in emotionalen aufwühlenden Situation ruhig zu bleiben: Selbstinstruktion, Ablenkung, körperliche Aktivität, Entspannung oder auch der Kontakt mit einer Bezugsperson. Sprechen Sie mit Ihrem Kind Strategien ab, die es bei Bedarf zu Hause anwenden kann und darf. Erinnern Sie Ihr Kind in emotional stark geladenen Situation an diese abgesprochenen Strategien und bieten Sie ihm die Möglichkeit, diese auch eigeninitiativ einzusetzen.

Wir freuen uns, gemeinsam mit Ihnen, die sozio-emotionale Entwicklung ihres Kindes fördern zu dürfen und stehen Ihnen bei Rückfragen gerne zur Verfügung.

Freundliche Grüsse

Die Lehrpersonen des IFplus Teams der Stadtschulen Sursee