

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte,

Im Rahmen des Kindergartenunterrichts wird Ihr Kind mit der Klasse am Förderprogramm für soziale und emotionale Kompetenzen teilnehmen. Dieser Informationsbrief dient dazu, Sie genauer darüber zu informieren, welche Ziele das Projekt verfolgt und welche Themen behandelt werden.



Ziele des Projekts

Das Förderprogramm „Lubo aus dem All!“ ist im Rahmen eines Forschungsprojekts der Universität zu Köln entwickelt worden und hat die Förderung sozialer und emotionaler Kompetenzen von zukünftigen Schulkindern zum Ziel. Aufgaben, die von Schulanfängern 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 positiven und negativen Gefühlen und den Gefühlen anderer stellt eine wichtige Entwicklungsaufgabe im Vorschulalter dar. Insofern ist für einen **erfolgreichen Schulstart** die Entwicklung sozialer und emotionaler Kompetenzen eine wichtige Voraussetzung, die im Kindergartenalter erfolgen sollte.

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!

Eine besondere Rolle spielt hierbei das Üben des **Problemlösekreislaufts**, einer Denkstrategie, die dabei hilft, Problemsituationen zu lösen, und die im letzten Drittel des Förderprogramms eingeführt wird.

Gespräche über Gefühle

- Lesen Sie Ihrem Kind Geschichten vor oder schauen Sie sich gemeinsam Bilderbücher an und fragen Sie nach, z. B.: „Was glaubst du, wie sich das Kind fühlt, wenn es seinen Teddy verloren hat. Kannst du ihm helfen?“ Fragen Sie auch nach den Ursachen für die Gefühle.
- Sprechen Sie auch über Ihre Gefühle und die anderer Personen. So kann Ihr Kind lernen, sich in andere hineinzuversetzen und die Gefühle von anderen zu verstehen.

Umgang mit den kindlichen Gefühlen

- Erlauben Sie, negative Gefühle (z. B. Angst, Wut, Traurigkeit) zu zeigen, 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.

Problemlösekreislauf

In der 22. Stunde lernt die Gruppe „Lubos“ **Problemlösekreislauf** kennen, eine Denkstrategie, die dabei hilft, Problemsituationen zu lösen (siehe Problemlösekreislauf)

Das Ziel dieser Denkstrategie ist, sich bewusst zu machen, dass man sich entscheiden kann, wie man sich verhält, und zu üben, möglichst viele Lösungen zu finden. Während des Förderprogramms liegt der Schwerpunkt auf den ersten beiden Fragen und dem Zusammentragen möglichst vieler unterschiedlicher Lösungsideen (Frage 4, siehe unten). Kinder, die mehrere Lösungsideen zur Verfügung haben, kommen in sozialen (Konflikt-)Situationen häufig besser zurecht.

Immer, wenn „Lubo“ in eine für ihn schwierige Situation kommt (z. B.: er wird von anderen Kindern gehänselt, darf nicht mitspielen, ist eifersüchtig ...) wird gemeinsam in der Gruppe anhand der fünf Bilder (siehe Beiblatt) und der folgenden Leitfragen überlegt:

	Frage	Bild
1.	Was ist los/passiert?	„Lubo“ mit Lupe
2.	Wie fühle ich mich?	„Lubo“ mit Herz
3.	Was möchte ich? (Ich möchte mich wieder besser fühlen.)	Glühbirne (Ziel)
4.	Was könnte ich alles tun, damit ich mich wieder besser fühle?	Hand mit Karten
5.	Jetzt geht's los: Wie kann ich es tun?	grüne Ampel

Unterstützen Sie die selbständigen Problemlösefertigkeiten Ihres Kindes, indem Sie z. B.:

den **Problemlösekreislauf** anhand der Leitfragen (und evtl. der Bilder) **in aktuellen Alltagssituationen**, in denen Ihr Kind negative Gefühle zeigt (z. B. Eifersucht, Traurigkeit, Wut ...) direkt **gemeinsam durchgehen**. Hierzu ist es nicht notwendig, immer die Bilder vor Augen zu haben. Wichtiger ist es, anhand der Fragen eine gute Lösung zu finden.

Unterstützen Sie die Entwicklung der kindlichen Konflikt- und Problemlösefertigkeiten, indem Sie

– bei Konflikten oder unklaren Situationen **durch den Problemlöseprozess führen**, z. B.: „Wie können wir das jetzt lösen? Erst einmal müssen wir nachdenken: Was ist eigentlich passiert? – Kannst du mir sagen, wie du dich jetzt fühlst? – Was glaubst du, wie sich der andere fühlt? (Wie könntest du das herausfinden?) – Was möchtest du, was passieren soll? – Was könntest du jetzt alles tun? ...“

Überblick über die Stunden

Das Förderprogramm ist in 5 verschiedene Blöcke aufgeteilt. Hier erhalten Sie einen thematischen Überblick über die einzelnen Stunden:

Einführung in das Förderprogramm – Kennenlernen der Rituale und Aufbau eines Gruppengefühls		
Stunde	Titel	Ziele und Themen
1.	„Hier kommt Lubo aus dem All!“	– Einführung des Förderprogramms – Gruppenregeln
2.	„Zusammen sind wir eine Gruppe!“	– Stärkung des Gruppengefühls – Einführung der Verstärkerrunde
3.	„Lubo und die Kinder machen einen Wetterbericht“	– Einführung des Stimmungsbarometers – Erkennen und Benennen von Gefühlen
Phase 1: „Was ist passiert?“ – Förderung der Aufmerksamkeit und der Wahrnehmung von Personen und Situationen		
Stunde	Titel	Ziele und Themen
4.	„Wir lernen uns besser kennen“	– Selbst- und Fremdwahrnehmung – Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Einzelnen in der Gruppe
5.	„Das kann ich gut!“	– Förderung der Aufmerksamkeit – die eigenen Stärken kennen lernen

6.	„Auf dem nebligen See“	– einander vertrauen – Förderung der auditiven Aufmerksamkeit
7.	„Wer ist alles in der Sternengruppe?“	– Förderung der visuellen Aufmerksamkeit – Stärkung des Gruppengefühls
8.	„Wir sind die Detektive der Sternengruppe“	– Förderung der Aufmerksamkeit – Wahrnehmung von Personen und Situationen
9.	„Wir sind eine Gruppe und halten zusammen!“	– aufeinander hören – Gruppenerleben und Freundschaften

Phase 2: „Was fühle ich?“ – Wahrnehmen, Erkennen und Verstehen von Emotionen und Förderung der Emotionsregulation

<i>Stunde</i>	<i>Titel</i>	<i>Ziele und Themen</i>
10.	„Mein Körper verrät mir, wie es mir geht!“	– Körperwahrnehmung – Verbindung zu Gefühlen und Entspannung
11.	„Lubo freut sich über seine neuen Freunde“	– Erkennen und Deuten von Freude – erkennen, was einem selber Freude macht
12.	„Lubo hat Heimweh“	– Erkennen und Deuten von Traurigkeit – Anknüpfung an eigene Ressourcen
13.	„Lubo hat Ärger bekommen“	– Erkennen und Deuten von Ärger und Wut – Anknüpfung an eigene Kompetenzen
14.	„Lubo hat Angst“	– Erkennen und Deuten von Angst – Anknüpfung an eigene Kompetenzen
15.	„Lubos mutige Freunde“	– eigene Stärke und Selbstvertrauen – eigene Ressourcen und Kompetenzen
16.	„Lubo und die Gefühlsdetektive“	– emotionale Perspektivenübernahme – Zusammenhang von Situation und Emotion
17.	„Wie würdest du dich fühlen?“	– emotionale Perspektivenübernahme – Zusammenhang von Situation und Emotion
18.	„Eine Busfahrt mit viel Gefühl“	– Erkennen und Zeigen von Emotionen – Gefühlsansteckung
19.	„Die Sternengruppe wird gebraucht“	– Erkennen uneindeutiger Situationen – Unterschied zwischen Absicht und Versehen
20.	„Ich fühle mich wohl!“	– Bewusstwerden der eigenen Ressourcen und Kraftquellen

Phase 3: „Was kann ich tun?“ – Emotionsregulation: Strategien zum angemessenen Umgang mit Gefühlen und bei emotional belastenden Situationen

<i>Stunde</i>	<i>Titel</i>	<i>Ziele und Themen</i>
21.	„Lubos Raumschiff ist weg!“	– Kennenlernen einer Ärgerkontrollstrategie – Einführung der Gruppenverstärkung
22.	„Lubo darf nicht mitspielen“	– Umgang mit Gefühl der Ausgeschlossenheit – Einführung des Problemlösekreislaufs
23.	„Lubo wird gehänselt“	– Umgang mit Gefühl der Kränkung – Erweiterung der eigenen Kompetenzen

24.	„Lubo kann ganz ruhig bleiben“	– Ruhigbleiben bei Provokationen – Anknüpfung an eigene Kompetenzen
25.	„Zusammen können wir vieles lösen“	– Umgang mit verschiedenen Gefühlen – Anknüpfung an eigene Ressourcen
Phase 4: „Was kann ich tun?“ – Verhaltensregulation Strategien für ein angemessenes Verhalten in sozialen Situationen		
<i>Stunde</i>	<i>Titel</i>	<i>Ziele und Themen</i>
26.	„Lubo verliert ein Spiel“	– Umgang mit Frustration und Wut – Aufrechterhalten einer Beziehung trotz Wut
27.	„Lubo lernt, mit Enttäuschungen umzugehen“	– Umgang mit Enttäuschungen – verschiedene Situationen
28.	„Wir können gut zusammenarbeiten!“	– Kooperation – Stärkung von Freundschaften
29.	„Lubo löst einen Streit“	– Erlernen einer Konfliktlösestrategie – Anknüpfung an eigene Kompetenzen
30.	„Sternenfahrt“	– Generierung verschiedener Handlungsstrategien – Vertiefung des Gelernten
31.	„Lubo möchte gerne mitmachen!“	– Anfangssituationen in neuen Gruppen – Kompromisse aushandeln
32.	„Lubo hat gelernt, wie man gut miteinander umgeht“	– Vertiefung des Gelernten – Wert von Freundschaften vermitteln
33.	„Lubos neues Raumschiff“	– Gemeinsames Kunstprojekt – Wert von Freundschaften vermitteln
34.	„Auf Wiedersehen!“	– Abschiednehmen von „Lubo“ und der Gruppe – Ausblick auf das Kommende

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Die Lehrpersonen des IFplus Teams der Stadtschulen Sursee