

Erschienen in: BLZ, 09 -2006, S. 14-15

„...., ganz schön stark!!“

Lebenskompetenzförderung in Grundschule und Hortbereich

„Alexander kapiert nichts, Alexander nervt, Alexander ist blöd.“ Irgendwann war auch der Zehnjährige davon überzeugt, nichts, aber auch gar nichts auf die Reihe zu kriegen. Dass ausgerechnet in ihm, dem Klassenschlechtesten, geniale Seiten steckten, überraschte Alexander ebenso wie den Rest der Klasse. „...., ganz schön stark!!“ ist ein neues Projekt betitelt, dass Eltern wie Lehrer begeistert.

So begann ein Artikel im Weser-Kurier im Mai 2003. Inzwischen haben wir noch viele spannende und interessante Erfahrungen gemacht, das Projekt an Lebensrealitäten von Kindern, Eltern und Schulen überprüft und immer weiter entwickelt.

Am Anfang (2001) stand einfach der Wille, Suchtprävention schon im Kindesalter zu verankern. Und nicht erst dann, wenn Eltern, Lehrer, Politik danach rufen, weil die Jugendlichen durch Komasaufen, Dauerkiffen oder Zu-Tode-Hungern auffällig werden. Früh vorzubeugen, stark zu machen, Wurzeln in einen kräftigen Boden wachsen zu lassen anstatt hinterher Schadensbegrenzung zu üben, wenn es denn überhaupt noch möglich ist. Unser Wertebild, unsere Haltung, war dabei geprägt vom Salutogenesemodell, der Resilienzforschung und von der Systemtheorie. Wir wollten ansetzen an den Ressourcen des Einzelnen, mit allen Sinnen den Zugang zu den eigenen Gefühlen (wieder)entdecken, Wertschätzung verankern, Bindungen ermöglichen und Angst abbauen...

<p><i>Es geht um Freiheit. Und Freiheit bedeutet keine Angst zu haben vor irgendeinem Gefühl, weder vor Glück noch vor Traurigkeit.</i></p> <p style="text-align: right;"><i>Tori Amos</i></p>
--

Inzwischen ist der idealtypische Verlauf – der je nach Situation im jeweiligen Bereich angepasst werden kann – folgendermaßen:

Das Projekt wird auf einer Konferenz / Dienstbesprechung vorgestellt und diskutiert. Das Kollegium entscheidet sich für die Arbeit in diesem Projekt. Die Elternschaft wird informiert und wenn möglich einbezogen. Auftakt ist dann eine 2-tägige Fortbildung des gesamten Kollegiums (Freitag/Samstag). Vor der Projektwoche mit der Klasse findet ein Unterrichtsbesuch statt, um die SchülerInnen und Problemlagen kennen zu lernen und mit der Klassenlehrerin die Gruppeneinteilung zu besprechen. In der Projektwoche arbeitet Frau Zwahlen erst mit der einen, dann der anderen Hälfte der Klasse. Direkt anschließend findet jeden Tag ein mehrstündiger intensiver Austausch und Einzel-Fortbildung mit der Lehrkraft statt, um eine Implementierung in die weitere Arbeit zu gewährleisten. Wenn gewünscht kann für die Eltern ein Elternabend oder sogar ein eintägiges Elternttraining am Samstag angeboten werden. Die Fortbildungen und Elterntrainings sind – bis auf eine Eigenbeteiligung für das Essen – kostenlos. Die Kosten für die einwöchige Projektarbeit mit den Kindern variieren zwischen 770 und 1100 Euro, Hilfen bei der Akquise werden angeboten.

In den letzten fünf Jahren ist dieses Projekt an vielen Schulen in Bremen durchgeführt worden. Wir haben zahlreiche Fortbildungen im Schul- und Hortbereich durchgeführt und diverse Samstage mit Elterntrainings zugebracht. Es macht uns immer noch wieder Spaß, da jede Situation einmalig ist und wir uns freuen, mit so vielen Menschen in intensiven Kontakt zu kommen und einen kleinen Weg gemeinsam zu gehen. Auch die Resonanz von außen war und ist Kraft spendend: **Das Projekt „...., ganz schön stark!!“ hat am Wettbewerb Deutscher Präventionspreis 2004 mit Erfolg teilgenommen.**

Das Projekt ist dokumentiert: im ersten Band ist der theoretische Hintergrund beschrieben, im zweiten Band werden praktische Übungen vorgestellt. Außerdem kann bei besonderem

Interesse von uns eine Mappe mit den Unterlagen der Prozessbegleitung und –evaluation angefordert werden.

Hier folgt eine Kurzdarstellung des Projektes und einige Rückmeldungen an uns aus verschiedenen Perspektiven. Bei Interesse an diesem Projekt stehen wir gerne für Nachfragen zur Verfügung und vereinbaren auch gern einen Termin mit Ihnen und Ihren KollegInnen und/oder Ihnen als Eltern.

Das Projekt „..., ganz schön stark!!“

Ein Projekt zur Förderung der Persönlichkeit, zur Förderung des sozialen Miteinanders, der persönlichen Ressourcen....kurz: ein altersangemessenes Präventionsprojekt, sowohl der **Sucht- als auch der Gewalt- und allgemeinen Prävention.**

Referentinnen: Nico Zwahlen, Margrit Hasselmann

Zielsetzungen / Zielgruppen

A: junge Menschen: Ziel ist die Förderung der Lebenskompetenz durch Training des Selbstbewusstseins, der sozialen Kompetenz und der Eigenverantwortung

- Förderung der Eigenwahrnehmung und der Fremdwahrnehmung
- Entwicklung von Phantasie, Eigenkreativität und Ausdrucksfähigkeit
- Entwicklung von Körperbewusstsein und Körpersprache
- Steigerung der sinnlichen Wahrnehmungsfähigkeit
- Ausbildung von Kritikfähigkeit und Eigenkritik
- Erhöhung der Frustrationstoleranz
- Erarbeiten eines konfrontationsfähigen ‚Miteinanders‘
- Stärkung der Kommunikationsfähigkeit
- Erkennen von Rollenverhalten
- Wahrnehmung der eigenen Grenzen und der des Anderen

B: LehrerInnen / ErzieherInnen: Als Basis für die weitere Arbeit mit jungen Menschen bieten wir in Fortbildungen die Möglichkeit, Methodik und Inhalte des Projektes „..., ganz schön stark!!“ kennen zu lernen.

Anders als sonst im Unterricht ist nicht die / der Lehrende der antreibende Motor, sondern die Kinder. Funktion der Leitung ist es, aufzunehmen was kommt und diese Impulse - zur Erreichung der Projektziele - pädagogisch zu nutzen. Es geht nicht um die Vermittlung kognitiver Inhalte, sondern um das Training des affektiven, sozialen und gruppendynamischen Lernens.

C: Eltern: Entsprechend bieten wir ein Elterntraining an, in dem mit Eltern spielerisch ein Zugang gefunden wird zur Lösung von Alltagsproblemen, den verflixten Kleinigkeiten, die manchmal eine Situation total eskalieren lassen...

Inhalt, Methode und Materialien

Übungen und Spiele aus der Theaterpädagogik, der Psychomotorik und der Erlebnispädagogik werden genutzt, um auf spielerische Art und Weise die affektiven Lernziele zu ermöglichen. (Bewegungs- und Rhythmusspiele – Rollenspiele – Phantasiereisen - Geschichten erfinden und spielen – Improvisation - Spiele zu Assoziationsvermögen, Spontaneität, Konzentration, Reaktion, Beobachtungsvermögen)

Diese Bausteine sind eingebettet in eine pädagogische Grundhaltung der „Wertschätzung“ des eigenen Ichs und das der Anderen – weg vom Blick auf die Beseitigung von Defiziten, hin zur Förderung der Ressourcen des Einzelnen und der Gemeinschaft (Salutogenese). Es sollen Erlebnis- und Erfahrungsräume zur Verfügung gestellt werden, in denen sich Identität ausbauen kann. Identität ist eine zentrale Widerstandsquelle, die einen großen

Beitrag leistet zur persönlichen, körperlichen, geistigen und sozialen Gesundheit, indem sie den Aufbau von sinnvollen Lebensperspektiven als tragenden Sinngrund ermöglicht.

Einige Auszüge aus schriftlichen Feedbacks:

D.Wendt/Rektorin (2001): „Die Arbeit von Frau Nico Zwahlen mit unseren Schulkindern ist beeindruckend, unterstützenswert und sehr wichtig. Die Kinder werden mit allen Sinnen angesprochen, und sie antworten mit allen Sinnen. Beim Interagieren haben sie wie Antennen alle Sinne „ausgefahren“, um aufzunehmen und zurückzugeben. Das Kind ist „ganz“ und damit „heil“. Diese Ganzheitlichkeit zu stärken, erst unbewusst und dann auch bewusst zu erleben, vermittelt Glücksgefühle, die Kinder sind ihrer selbst sicher...“

U.Harbrecht/Lehrerin (2003): „...Nach der Arbeit mit den Kindern besprachen Frau Zwahlen und ich täglich sehr ausführlich den Verlauf des Vormittags, die Beobachtungen und die Entwicklungen der jeweiligen Gruppe und der einzelnen Kinder. Für mich ergaben sich interessante Sichtweisen und neue Erkenntnisse, die mein Verhalten gegenüber einzelnen Kindern auch im übrigen Unterricht beeinflussen werden.

Ich konnte in dieser Woche erleben und erkennen, dass Überlegungen und Verhaltensweisen der Kinder zum Umgang mit anderen Menschen, zur Vermeidung von Konflikten und zur Wahrnehmung und Äußerung ihrer Gefühle angeregt wurden. Diese Fähigkeit bedarf jedoch der Intensivierung und des Trainings... Die Eltern waren sehr beeindruckt, und auch sie wünschen dringend, dass diese Arbeit fortgesetzt wird.“

S.Fecht/Lehrerin (2004): „... Heute sehe ich die Klasse als eine starke Gemeinschaft... Ich selbst bin durch eigens gemachte Erfahrungen in der Fortbildung empfänglicher geworden, die Bedürfnisse der Kinder wahrzunehmen und entsprechend zu reagieren... In meiner unterrichtlichen Praxis versuche ich Nicos Arbeit fortzusetzen, indem ich beispielsweise Lernsituationen schaffe, die ein selbstbestimmtes und eigenverantwortliches Handeln fordern...“

Lehrerin Ellenerbrokweg (2004): „... Ich habe das Projekt während einer zweitägigen Lehrerfortbildung im Sommer 2003 kennen gelernt und war begeistert, wie hier auf spielerische, sehr motivierende Art und Weise Verhaltensweisen wie Ehrlichkeit, „Gut-Verlieren-Können“, Gefühle ausdrücken, in einer Gruppe etwas zu erreichen („Zusammen sind wir stark!“), Körpergefühle, Körperkontrolle, Erkennen von Ehrlichkeit bzw. Unehrllichkeit von den Kindern erlernt bzw. verstärkt werden können.... Mir ist durchaus bewusst, dass ein solches Projekt lediglich eine Basis schaffen kann, auf die ich dann aufbauen kann/muss.... bei vielen Kindern meiner Klasse hat das Projekt eine Menge bewirkt, bzw. ins Rollen gebracht, „ihr Blick hat sich geweitet“.... Ich werde diese Arbeit mit den Kindern auf jeden Fall versuchen fortzuführen und im Alltag der Schule – soweit das möglich ist – zu integrieren...“

Junge (7 Jahre): „Ich fand es toll, dass wir über jemanden gesprochen haben, der traurig war oder dass wir über jemanden gesprochen haben, der Streit hatte. Ich fand auch die Spiele supertoll, zum Beispiel das Monsterspiel. Und ich fand am besten, dass wir über Gefühle gesprochen haben.“

Junge (8 Jahre): „Mir ging es gut bei Nico. Wir haben schöne Spiele gespielt. Wir konnten über unsere Sorgen sprechen. Ich wünsche, dass Nico wieder kommt.“

Mädchen (8 Jahre): „Ich fand das Projekt mal gut, mal schlecht. Als wir uns auf die Matten gelegt hatten, hat Nico Geräusche gemacht. Das hat mir nicht gefallen. Ich fand das Projekt gut, weil man über seine Sorgen und Wut sprechen kann. Nico, ich möchte dir sagen, „dass ich dich nie vergessen werde!““

Dokumentationen:

Band I: „... ganz schön stark!!“ – Lebenskompetenzförderung in der Schule

Band II: „... ganz schön stark!!“ – Bausteine für die praktische Arbeit

„... ganz schön stark!!“ – **Auswertung**

Alle Nachfragen und Bezug der Broschüren:
Suchtprävention Bremen,
Langemarckstraße 113
28199 Bremen
Tel. 0421 / 361-16050
email: mhasselmann@lis.bremen.de

TN nach Fortbildung: „Ihr habt in mir ein Samenkörnchen gepflanzt, wenn ich es pflege, wird es hoffentlich aufgehen und eine wunderschöne blühende Pflanze werden!!!“