Das Projekt hat am Wettbewerb Deutscher Präventionspreis 2004 mit Erfolg teilgenommen.

» ..., ganz schön stark!!«

Lebenskompetenzförderung in Schule und Hort

Ein Präventionsprojekt des Landesinstituts für Schule, Gesundheit und Suchtprävention, Bremen

Landesinstitut für Schule Bremen

Das Projekt »..., ganz schön stark!!« findet seit dem Schuljahr 2000/2001 an Bremer Grundschulen statt. Unser Angebot richtet sich direkt an Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler und deren Eltern.
Die Idee für dieses Projekt zur Förderung der Lebenskompetenzen wurde gemeinsam von Margrit Hasselmann und Nico Zwahlen entwickelt.

Projektleitung:
Margrit Hasselmann, Landesinstitut für Schule, Gesundheit und Suchtprävention

Projektdurchführung:

Nico Zwahlen, Jg. 1962, Bewegungsschauspielerin und Pädagogin, wurde in Bern (Schweiz) geboren und lebt seit 1994 in Bremen. Seit dem Jahr 2000 arbeitet sie erfolgreich in diesem Projekt mit einer Vielzahl von Lehrkräften, Eltern und Schülerinnen und Schülern.

Ina Kleiner, Jg. 1970, Förderschullehrerin, hat als Mutter » ...,ganz schön stark!!« kennen gelernt und ist seit 2008 überzeugte Mitarbeiterin in diesem Projekt.

Heidi Reinke, Jg. 1974, Diplompädagogin, seit 2008 im Projekt dabei, arbeitet als Integrationspädagogin mit verhaltensauffälligen und entwicklungsverzögerten Kindern in Schule und Hort.

Kathrin Weiß, Jg. 1964, Ergotherapeutin (M.Sc.) und Gesundheitsförderin, arbeitet neben dem Arbeitsfeld Ergotherapie mit Begeisterung seit 2008 in diesem Projekt mit.

Suchtprävention in der Grundschule

Kinder, die sich den Anforderungen des Lebens nicht gewachsen fühlen, suchen als Jugendliche oder junge Erwachsene oftmals Zuflucht in Alkohol, Tabletten oder anderen Drogen. Wer gelernt hat, Konflikte mit sich und anderen eigenverantwortlich zu lösen, braucht nicht Scheinlösungen in Suchtmitteln zu suchen.

Selbstvertrauen zu stärken, Konfliktfähigkeit zu fördern, die realistische Einschätzung der eigenen Stärken und Schwächen unterstützen heißt, Kindern die Chance zu geben, eine starke Persönlichkeit zu entwickeln. Das schützt sie mehr vor Drogen als alle Warnungen und Verbote. »Starke« Kinder können von sich aus »Nein« sagen.

Zu einer starken Persönlichkeit gehört, dass man sich wohl in seiner Haut fühlt und mit seinem Körper andere Möglichkeiten der Entspannung entwickelt, als Alkohol, Zigaretten, Medikamente oder sonstige Drogen zu konsumieren. Diese Fähigkeiten müssen so früh wie möglich gefördert werden, d. h. schon im Kindergarten und in der Grundschule.

Eine Längsschnittuntersuchung zeigt, dass Kinder mit einem späteren regelmäßigen Drogenkonsum im Alter von 7 bis 10 Jahren eher unsicher sind. Sie sind häufig unfähig, gesunde Beziehungen einzugehen und wirken emotional gestresst. Desweiteren zeigt die Forschung, dass präventive Maßnahmen für Nichtkonsumenten wirksamer sind als für Probierer und regelmäßige Konsumenten. Wenn außerdem die Förderung der Lebenskompetenz bei Kindern und Jugendlichen die am besten geeignete präventive Maßnahme ist (Expertise zur Primärprävention des Substanzmittelmissbrauchs, BZgA), dann wird ersichtlich, wie wichtig suchtpräventive Aktivitäten in der Grundschule sind.

Belastungsmomente bei der kindlichen Suche nach Identität

Die Persönlichkeits- und Identifikationsentwicklung von Kindern wird nach Ergebnissen der Kinder- und Jugendforschung (Hurrelmann, 1991) durch eine Fülle von Belastungsfaktoren erschwert:

- Einflüsse der heutigen Überfluss-, Konsum- und Freizeitgesellschaft
- Belastende Umweltfaktoren
- Sinnliche Erfahrungsdefizite durch technisierte und mediatisierte Umwelten
- Gesellschaftliche Pluralität von Normen, Werten, Zielen und Erziehungshaltungen
- Veränderungen und Umbrüchen innerhalb der Familien

u. v. m.

Kinder und Jugendliche haben es angesichts dieser Belastungsmomente zunehmend schwer, zu einem Gefühl der eigenen Identität zu gelangen.

Identität und Bewegung

Die Schule steht mit ihrer formalen Struktur häufig im Gegensatz zu den Bedürfnissen der Kinder, über Bewegung, Gedanken, Gefühle, Leiblichkeit eine identitätsstiftende Entwicklung umzusetzen. Was würde passieren, wenn das Lernen über Bewegung neue Kräfte freisetzen könnte? Grundschulkinder bekommen Anerkennung häufig nur über die geforderten kognitiven Leistungen – eine Grundschule der Körperlichkeit, der Leiblichkeit, der Bewegung ist nicht in Sicht –, so bleibt das szenische Spiel neben Sport und Musik zunächst die kleine Münze, um den Kindern die Entwicklung neuer Lernpotenziale zu ermöglichen.

Fernseher, Computer, Nintendo, ...

sind auch Systeme, d.h. die Kinder begeben sich wieder in Systeme, Programme, und nicht in einen Bereich, wo sie ihre Erfahrungen selbst schaffen. Kontakte nach außen, Phantasie und Bewegung kommen zu kurz, der Raum dazu ist nicht mehr vorhanden. Oder: Raum für Phantasie, Bewegung und Persönlichkeitsentwicklung ist kaum vorhanden. Akzente dafür müssen heute also bewusst gesetzt werden indem Räume und Möglichkeiten vorgehalten werden.

Lernen geschieht nicht nur im Kopf

Lernen, Denken, Kreativität und Intelligenz sind nicht nur Prozessabläufe des Gehirns, sondern des ganzen Körpers. Empfindungen, Bewegungen, Emotionen und Funktionen zur Integration des Gehirns gründen im Körper. Die menschlichen Qualitäten, die wir dem Geist zuschreiben, können nie getrennt vom Körper existieren.

Bewegung ist das Tor zum Lernen

Bewegung erweckt und aktiviert viele unserer geistigen Fähigkeiten. Bewegung integriert und verankert neue Informationen und Erfahrungen in unsere neuralen Netzwerke. Und Bewegung ist Voraussetzung dafür, dass wir das Gelernte, unser Verständnis und unser Selbst durch Handeln zum Ausdruck bringen.
Bewegung beinhaltet auch nonverbale Kommunikation und Bewegung, die erlebt wird, macht Lust auf sprachlichen Ausdruck. Zudem setzt Bewegung auch Emotionen frei. Eine Handlung, die als lustvoll empfunden wird, setzt entsprechend positive Kräfte frei. Auf die Spannung erfolgt die Entspannung, die wiederum die Basis bildet für neue Aktivität.

Phantasie

»Phantasie ist wichtiger als Wissen, denn Wissen zeigt all das auf, was schon ist, während die Phantasie auf das ausgerichtet ist, was sein wird.« (Albert Einstein)
Spielen ist die sichtbare Seite der Phantasie.
Eine lebendige Phantasie, mit der über eigene Bilder verfügt werden kann und die über das Spielen den Anschluss an die äußere Realität wiederfindet, stellt den besten Schutz gegen jedwede Suchterkrankung dar. Denn nur auf diese Weise können eigene Entwürfe für einen eigenen Sinn gefunden und erprobt werden.

Eine kraftvolle Phantasie erfordert die Erfahrung aller Sinne, einschließlich der Bewegungssinne, und fördert gleichzeitig die Entfaltung der Sinnestätigkeit für eine spannende, lustvolle Welterfahrung.

In der Phantasie bewegt man etwas und nimmt Eindrücke nicht nur passiv auf, d. h. man kann seine innere Welt aktiv selbst gestalten. Die Phantasie wird so zum besseren Land. Der Weg von dort zurück in die äußere Wirklichkeit erfolgt dann wieder über das Spielen. Im Spielen wird aus der inneren Welt heraus auf die äußere Welt Einfluss genommen und umgekehrt. (nach: Schiffer, E.: »Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde«)

Das Projekt

Aufgrund dieser Erkenntnisse wurde das Pilotprojekt »..., ganz schön stark!! – Lebenskompetenzförderung in der Schule« an einer bremischen Grundschule installiert. Für den ersten Durchlauf wählten wir eine 4. Klasse einer Grundschule mit suchtpräventivem Profil.
Die Klasse wurde in zwei gemischte Gruppen geteilt. Jede Gruppe hatte an einem Vormittag pro Woche je zwei Schulstunden bei der Klassenlehrerin und der Projektleiterin.

Grundsätzliche Überlegungen zum Projekt
Freiraum zwischen Elternhaus und Schule

Es soll ein Freiraum geschaffen werden, der den Kindern ermöglicht, sie selbst zu sein und ihnen die Möglichkeit gibt, ihre Persönlichkeit zu erfahren und zu erweitern. Ein Bereich, ein Raum, in dem sie ohne aufgesetzte Strukturen einfach Kind sein können und nicht in einer weiteren Struktur funktionieren müssen.
Ein Freiraum, in dem sie etwas lernen und erfahren können, sich das aber auch selbst aussuchen können, weil sie in dem Moment nicht in der »Erwachsenenwelt« sind. Die Erfahrungen werden von ihnen selbst gesammelt, sie bekommen sie nicht von den Erwachsenen vorgesetzt.
Sie müssen ihre eigenen Entscheidungen treffen und das macht stark, selbstbewusst im wörtlichen Sinne. Die Kinder lernen, eigenverantwortlich zu handeln.
Sie sind unter Kindern, üben soziales Verhalten, das aus ihnen selbst kommt. Nicht über Verhaltensregeln; die schaffen sie sich gemeinsam.
Die Erfahrung wird stabiler, ist nicht angelernt.

Ziele des Projektes

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

- Entwicklung von Phantasie, Eigenkreativität und Ausdrucksfähigkeit
- Förderung des Selbstbewusstseins und der Eigenwahrnehmung
- 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

Methodik des Projektes

Übungen und Spiele aus der Theaterpädagogik werden genutzt, um auf spielerische Art und Weise die affektiven Lernziele zu ermöglichen:

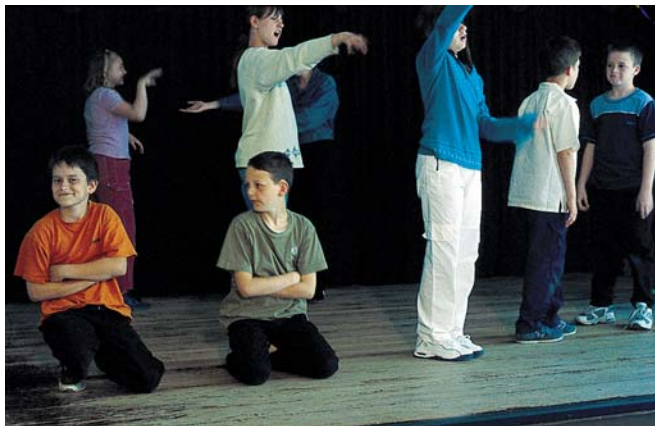
- Bewegungs- und Rhythmusspiele
- Rollenspiele
- Phantasiereisen
- Geschichten erfinden und spielen
- Improvisationen
- Spiele zu Assoziationsvermögen, Spontaneität, Konzentration, Reaktion, Beobachtungsvermögen

Durchführung des Projektes »..., ganz schön stark!!«

1. Phase des Projektes

- Kennenlernen
- Theaterspiele

Die ersten Unterrichtseinheiten dienen dem gegenseitigen Kennenlernen, dem Entdecken und Erforschen der, den Kindern meist unbekannten, Übungen und Spiele aus dem Theaterbereich. Die »Übungen« werden jedoch nicht als solche benannt, sondern immer als Spiele dargestellt. Die Lerninhalte der Spiele bleiben versteckt. Über ausgesuchte Spiele, die vor allem erst einmal Lust und Spaß machen, werden die Kinder motiviert, sich mit Freude und Neugierde in den etwas anderen »Unterricht« einzubringen.
Im Spielen werden Stärken wie Schwächen der Einzelnen und Problematiken innerhalb der Gruppe sichtbar. Ausgehend von den Interessen und Bedürfnissen der Kinder werden mit Bewegungs-, Rollen-, Phantasie- und psychomotorischen Spielen die Schüler und Schülerinnen in ihrer Entwicklung intensiv gefördert.
Anders als sonst im Unterricht ist nicht die Lehrende der antreibende Motor, sondern die Kinder. Funktion der Leiterin 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.



2. Phase des Projektes

– Schrittweise den Kindern den »Raum« (Freiraum) überlassen
– Struktur (die Kinder schaffen sich selbst eine Struktur)
– Eigenverantwortung stückweise übernehmen
– Verantwortlichkeit in der Gruppe entstehen lassen
– Wahrnehmen der eigenen Bedürfnisse
– selbstbestimmtes Handeln üben
– Regeln entwickeln

Um an die Ziele des Projekts heranzukommen, ist es notwendig, dass die Kinder erst einmal erfahren, wie sie mit dem Raum, der ihnen zur Verfügung gestellt wird, umgehen können.
Schnell merken die Kinder, dass das übliche Lehrer/Schülerverhältnis in diesem Raum nicht vorhanden ist. Sie reagieren teils mit Überforderung und Orientierungslosigkeit.
Der erste Schritt muss sein, den Kindern klar zu machen, dass es IHRE Zeit ist, die sie nutzen können, dass es um SIE und IHRE Bedürfnisse geht (... brauche ich Bewegung? ... muss ich mich austoben? ... brauche ich jemanden, der mir zuhört? ... wie geht es mir eigentlich heute? ... was wünsche ich mir, um mich gut zu fühlen?).
Die Moderatorin (im Weiteren wird der Begriff »Moderatorin« benutzt, da die Begleitperson eher ein Wegweiser, ein Stimmungsbarometer, ein Spielleiter oder Zuhörer ist) muss die Situation, die Tagesbefindlichkeit der Gruppe erkennen, sofort darauf reagieren und dementsprechend die Vorgehensweise ausrichten. D.h. die Kinder werden aus ihrer aktuellen Befindlichkeit bzw. ihrem Zustand »abgeholt«. Dies erfordert Flexibilität und Improvisationsvermögen, ist aber zu leisten, wenn man auf eine Vorplanung zurückgreifen kann und sich als Person authentisch verhält. Die Moderatorin ist in der gemeinsam erlebten Zeit auch Mitglied der Gruppe.

Jede Unterrichtseinheit beginnt damit, dass den Kindern erst einmal die Möglichkeit gegeben wird, im »Freiraum« anzukommen. Einige Kinder toben sich aus, andere unterhalten sich oder beobachten das Geschehen, sind orientierungslos oder gehen in Konsumhaltung. Diese Situation ermöglicht der Moderatorin, die Bedürfnisse der einzelnen Kinder zu erkennen, mit ihnen in direkten Kontakt zu kommen, und die Tagesbefindlichkeit der Gruppe einzuschätzen:
Aufbauend auf den Spielerfahrungen der Kinder in der ersten Phase fordere ich sie auf, sich zu überlegen, wie sie ihre Zeit nun nutzen wollen. Dabei gebe ich einen Impuls, indem ich z.B. die ersten Stühle für einen Stuhlkreis aufstelle. Ich zeige meine Bereitschaft, ihre Themen aufzugreifen, setzte mich hin und erwarte ihre Aktionen oder Reaktionen.
Bei Projektbeginn kann diese Phase einige Zeit in Anspruch nehmen, da sich die Kinder zu dem Zeitpunkt noch nicht für die ganze Gruppe verantwortlich fühlen.
Einige übernehmen Initiative, stellen weitere Stühle auf und fordern die anderen auf, sich dazu zu setzen, ...(Eine Stoppuhr z.B. kann eine Möglichkeit sein, ihnen anschaulich zu zeigen, wie ihre Spielzeit vergeht.)
Mit der Zeit machen die Kinder die Erfahrung: wenn sie etwas erleben wollen, müssen sie dafür auch was tun. Durch eigene Motivation und Initiative nutzen sie ihren Freiraum für sich und können so etwas erleben und erfahren. Für die Kinder ist es neu – und deshalb auch spannend –, die Erfahrung zu machen, durch selbstbestimmtes Handeln etwas zu bewirken.

Wenn sie in der Bereitschaft sind, gemeinsam etwas zu erleben, versuchen wir zusammen herauszufinden, was sie an diesem Vormittag für sich brauchen. Jedes Kind bekommt die Möglichkeit, seinen Grundzustand körperlich und verbal auszudrücken, sein Bedürfnis nach Ruhe oder Aktion anzumelden. Indem die Kinder lernen, zuzuhören und andere Bedürfnisse wahrzunehmen, entsteht eine Verantwortlichkeit in der Gruppe.
Der Vormittag wird von den Kindern so strukturiert, dass die verschiedenen Bedürfnisse ihren Raum finden. Dabei überlässt die Moderatorin natürlich nicht ganz alles den Kindern: sie hat bis zu diesem Zeitpunkt eine Auswahl an Spielen getroffen, denn es sollen gezielt förderspezifische und situationsbezogene Inhalte vermittelt werden. D.h. mit den Förderzielen im Hinterkopf sehe ich mir die heutige Situation in der Klasse an. Ich knüpfe mit den ersten Spielen an die Tagesstimmung der Kinder an und leite sie in die Aufmerksamkeit und Aufnahmebereitschaft. Die vorherrschende Stimmung (z.B. Aggressivität) kann ich dann mit ihnen durch Förderspiele bearbeiten.
Innerhalb des Prozesses treten Verhaltensformen auf, die mit den Kindern geregelt werden müssen. Das heißt, Regeln werden in dem Moment aufgestellt, wenn sie notwendig sind und sie werden mit den Kindern zusammen entwickelt, indem die Moderatorin fragt: »Wollt ihr das, oder findet ihr das richtig?«

Einige der Regeln:
- Jeder bekommt seinen Zeitraum, in dem die anderen ihm zuhören
- Um nicht schreien zu müssen, hebt die Moderatorin oder eines der Kinder die Hand, wenn man etwas sagen will. Wir alle versuchen, das auch wahrzunehmen
- Wir lassen einander ausreden
- Niemand will verletzt werden oder dass ihm jemand weh tut
- Regeln innerhalb eines Spieles werden nur verändert, wenn alle damit einverstanden sind
- Die Teilnahme an den Spielen ist freiwillig, als Beobachter außerhalb des Geschehens sein ist möglich

3. Phase des Projektes

- Klare individuelle Wünsche und Bedürfnisse werden geäußert
- Selbstbestimmtes Handeln wird intensiviert
- Freiräume werden genutzt
- Förderziele werden vertieft

Von dem Moment an, in dem die Kinder ihren Freiraum wahrnehmen, werden sie neugierig auf diesen neuen Erfahrungsbereich. Sie entwickeln Eigenmotivation und zeigen Freude daran, durch selbstbestimmtes, kreatives Handeln etwas zu bewegen. Sie spüren, dass sie in ihrer ganzheitlichen Person ernstgenommen werden. Diese Bestätigung im individuellen persönlichen Bereich gibt ihnen den Mut, sich zu öffnen sowie ehrlich zu sein, sich und anderen gegenüber. In der Offenheit sich selbst und dem Umfeld gegenüber lernen sie, ihre Bedürfnisse auszudrücken und Problematiken zu lösen.
Spielen bedeutet auch immer Bewegung. Die Kinder entwickeln darüber Selbst- und Sozialkompetenz, d.h. sie machen Körper- und Sozialerfahrungen.
Die Kinder entwickeln sich während des Projektes in einem Bereich zwischen Chaos und Ordnung. Dieser ist stark mit Neugierde und Freude gekoppelt. Wird diese sensible Phase unterstützt, so erreicht das Kind einerseits Konzentration und andererseits einen umfangreichen Erfahrungsschatz.
Die Moderatorin benutzt die Spiele – die in ihrer Vielseitigkeit an die in der Gruppe herrschenden Stimmungen andocken können –, um die Kinder in ihrer Persönlichkeits- und Identifikationsbildung zu einem STARKEN ICH zu führen.

Beispiel einer Sequenz

Um das beschriebene Projekt plastischer erfahrbar zu machen, soll hier beispielhaft ein Vormittag aus der 2. Phase präsentiert werden:

Während wir den Raum frei machen (Tische und Stühle weg), setzen sich die drei Mädchen aufs Sofa und schauen den Jungs bei der Arbeit zu. Die Jungs bemerken das erst gar nicht, reagieren dann aber mit Empörung. »Hej, ihr helft ja gar nicht mit!« Ich unterbreche das Aufräumen und weise die Jungs an, sich gegenüber den Mädchen aufs Fensterbrett zu setzen und, gleich den Mädchen, »nichts zu tun« und zu beobachten:

- »Das ist ja wie im Theater«
- Gespräche über Zuschauer und Spieler entstehen (unter den Jungs)
- Sie stellen fest, dass beide Seiten beobachten.
  Die Mädchen kichern, einigen gefällt es, beobachtet zu werden, andere werden schüchtern
- Wir auf der Fensterbank versuchen, im offenen Gespräch herauszufinden, wie sich die einzelnen Mädchen fühlen; über ihre Körperhaltung, Mimik und Gestik
- Die Mädchen hören stumm zu, einzig ihre Körper, ihre Körpersprache, spiegeln ihre Gefühle
- Dann wechsle ich die Seite und setze mich zu den Mädchen aufs Sofa. Wir analysieren Verhalten und Gefühlszustand der Jungs.

Nachdem wir uns gegenseitig beobachtet haben, spreche ich die Mädchen an: »Habt Ihr erwartet, dass dieses Spiel entsteht, wenn Ihr Euch auf das Sofa setzt und uns das Wegräumen überlasst?« Nele: »Nee, wir haben gedacht, dass Du sauer wirst und uns vom Sofa wegschickst.« Ich: »Habe ich aber nicht, weil Ihr mir diese Idee gegeben habt. Ich brauche Eure Mithilfe, wenn wir hier in dieser Stunde etwas erleben und erfahren wollen.«

Gemeinsam räumen wir das Zimmer frei und machen weiter.
Nele, die sich letztes Mal äußerst miesepetrig und gelangweilt zeigte, reagiert hoch erfreut und motiviert und macht den weiteren Vormittag intensiv mit.
Dieses mich auf die Kinder und ihre Ideen beziehen wirft auch meine weitere Planung über den Haufen: der geplante Rhythmuskreis wird, da ich kalte Finger habe und diese zum Aufwärmen schüttle, zum »Papageienspiel«, da die Kinder mein Fingerschütteln nachahmen und mein darauffolgendes Lachen ebenso.
Die Kinder ahmen mich weiter nach – ich ahme die Kinder nach –, gemeinsam entwickeln wir komische, absurde, lustige Bewegungen, bis hin zu einer kleinen pantomimischen Geschichte.
Die Kinder haben die Erfahrung gemacht, in ihrer Befindlichkeit ernstgenommen zu werden und durch selbstbestimmtes Handeln etwas Neues in Bewegung setzen zu können.

Auswertung

Das halbe Jahr in einer 4. Klasse einer Grundschule hat für die Kinder und anderen Beteiligten (Lehrerin, Schulleitung, Eltern...) einen so positiven Effekt, dass die Eltern sich bereit fanden, die Fortsetzung dieses Projektes über ein weiteres Vierteljahr mitzufinanzieren.
Da dieses Projekt so angelegt ist, dass eine Evaluation laufend stattfindet und wieder in den Prozess einfließt, sind die verschiedenen Aspekte in der Projektbeschreibung enthalten. Ein wichtiges Ergebnis war, dass die intensive Förderung von Lebenskompetenzen auf diese Art und Weise sehr erfolgreich ist, aber eigentlich zu spät ansetzt. Deshalb wurde im Folgeschuljahr ein weiterer Durchgang mit einer dritten Klasse geplant und umgesetzt.

Rückmeldung der Klassenlehrerin:

Seit der Durchführung des Projektes ist fast ein Jahr vergangen. Die Kinder, die an diesem Projekt teilgenommen haben, sind auf viele verschiedene weiterführende Schulen in Bremen verteilt.
Beim Rückblick auf die vier Schuljahre kamen von vielen Kindern noch einmal – neben anderen Aspekten – viele positive Rückmeldungen zu dem Projekt mit Nicole Zwahlen.

Mir fällt – rückblickend – ein:

- Kinder, die strahlten, wenn Frau Zwahlen in die Klasse kam.
- Kinder, die enttäuscht waren, wenn ich mitteilen musste: Frau Zwahlen kommt heute leider nicht.
- Kinder, die Spielszenen mit mir nachspielen oder mir vorspielen wollten.
- Steven, der nach einer besonders gelungenen Übung völlig verändert wieder in den Unterricht kam.
- Paul, der Regeln akzeptierte, weil er bei Frau Zwahlen mitmachen wollte und dies nur möglich war, wenn Regeln eingehalten wurden.
- Oskar, der endlich sofort etwas konnte, was die anderen erst lernen mussten.
- Ludwig, der auch einmal etwas nicht gleich konnte, und endlich auch mal erlebte, nicht der Erste und Schnellste zu sein.
- Louise, die offener wurde und plötzlich lächeln und sich richtig freuen konnte.

Die Kinder haben in diesem Projekt Fähigkeiten erworben und trainiert, die für das Lernen im Unterricht notwendig sind: Fähigkeiten wie zuhören, Regeln einhalten, sich der eigenen Stärken bewußt werden, Konzentration. Die Kinder haben es genossen, haben wichtige neue Erfahrungen gesammelt und kamen mit Freude und Stolz darüber in den Unterrricht zurück.

Rückmeldung der Schulleiterin:

Die Arbeit von Frau 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 auch »heil«.
Diese Ganzheitlichkeit zu stärken, erst unbewusst und dann auch bewusst zu erleben, vermittelt Glücksgefühle, die Kinder sind ihrer selbst sicher. Dies ist ein ganz wichtiger Ausgleich in der so sehr Kopf und Auge zentrierten Arbeits- und Erlebniswelt.
An unserer Schule startet ein Projekt, in dem die Kinder viel mit dem Computer arbeiten. Dies wird für viele später ja Lebensrealität. Umso wichtiger ist es, die »Ganzheit« nicht zu vernachlässigen und als Ausgleich und um der Gesundheit (umfassend gemeint) und des Glücks der Personen willen alle Sinne zu stärken, teilweise sind sie erst zu erwecken. Dies geht über die traditionell gemeinten fünf Sinne Sehen, Hören, Tasten, Schmecken, Riechen noch hinaus, denn der Körper verfügt über durchaus mehr Aufnahme- und Mitteilungsmöglichkeiten.

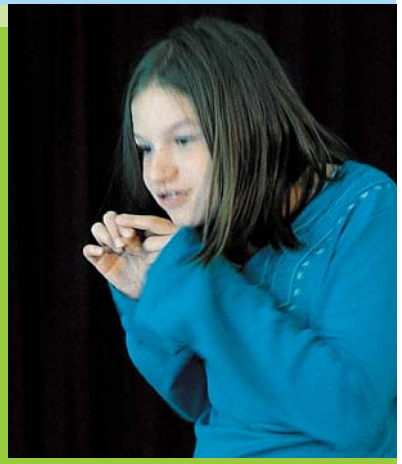
Impressum:

Herausgeber:
Landesinstitut für Schule
Gesundheit und Suchtprävention
Große Weidestraße 4–16
28195 Bremen

Telefon: 0421/361-8209 oder -8196
mhasselmann@lis.bremen.de
www.suchtpraevention-bremen.de

Redaktion: Margrit Hasselmann, Nicole Zwahlen
Gestaltung: catrin bäuerle gestaltung
Fotografie Titel: Irina Rasimus
Alle anderen Fotografien: Hubert Steffe
Druck: merlin druckerei

Der Nachdruck dieser Broschüre 2009 wurde von der AOK Bremen/Bremerhaven finanziert.

Landesinstitut für Schule
Gesundheit und Suchtprävention
Große Weidestraße 4–16
28195 Bremen

Telefon: 0421/361-8209 oder -8196
mhasselmann@lis.bremen.de
www.suchtpraevention-bremen.de