

# MitGEFÜHL

Gewaltfreies Konfliktlösetraining.  
Störungen erkennen, bewerten, lösen.  
Ein Projektvorschlag für die Grundschule.  
Hartmut Grimm



Projektvorschlag „Gewaltfreies Konfliktlösetraining für die Grundschule“  
Störungen suchen, bewerten, beseitigen.

Liebe LehrerInnen, helfen Sie bei diesem Projekt mit!

Vielleicht machen auch Sie sich noch einmal besonders die Stärken Ihrer SchülerInnen bewusst und fördern sie.

Diese Stärken sollen auch von anderen wahrgenommen und anerkannt werden!

Rufen Sie sich immer wieder, trotz oder gerade wegen großer Zeitprobleme ins Gedächtnis, Ihren SchülerInnen zuzuhören, ohne gleichzeitig mit anderen Gedanken beschäftigt zu sein oder eine manuelle Tätigkeit auszuüben. Wenn SchülerInnen von ihren Sorgen und Nöten berichten, hören Sie zu, ohne sich schon in Gedanken mit Lösungsmöglichkeiten oder Patentrezepten zu beschäftigen, ermutigen Sie die SchülerInnen nach Möglichkeit, eigene Lösungswege zu finden und unterstützen Sie sie bei der Durchführung ohne ihnen die Initiative aus der Hand zu nehmen. Zuhören ist eine Übung in gegenseitigem Verständnis.

Aktives Zuhören ist, wie Thomas Gordon es einmal genannt hat, ein guter Türöffner, um Problemlösungen zu erleichtern.

Ein wesentlicher Baustein des Projektes ist die Konfliktlösung ohne Niederlage, deren Hauptmerkmale: „Aktives Zuhören und - Ich – Botschaften“ ebenfalls wichtige Bestandteile des Projektes sind.

Auf diesem Wege lassen sich Ihre Bedürfnisse und die Bedürfnisse Ihrer SchülerInnen ermitteln und eine akzeptable Lösung finden.

Sprechen Sie mit Ihren SchülerInnen über Einfühlungsvermögen, Verständnis und Mitleid. Kontrollieren Sie sich auch selbst; wie kann ich meine eigenen Wünsche und Bedürfnisse durchsetzen, ohne anderen zu schaden.

Eine Hilfe dazu ist die von mir auf deutsche Verhältnisse übertragene Ampelkarte, die Sie im Projekt kennenlernen.

Ebenso in der Anlage finden Sie eine kleine 45 minütige Arbeitshilfe zum Plakat MitGEFÜHL, das noch einmal auf das Thema Verschiedenheit erkennen, akzeptieren und schätzen lernen eingeht.

Thomas Gordon sagt dazu: Ich weigere mich, aufgrund meiner Machtposition auf eure Kosten zu gewinnen, aber ich weigere mich gleichermaßen, euch auf meine Kosten gewinnen zu lassen.

Ich respektiere eure Bedürfnisse, aber ich muss auch meine eigenen Bedürfnisse wahrnehmen. Versuchen wir also eine neue Methode, die uns hilft eine Lösung zu finden, die sowohl eure als auch meine Bedürfnisse zufrieden stellt.

Wir suchen eine Lösung, bei der jeder gewinnt!

Wenn Sie also motiviert sind, aktiv eine Änderung Ihres Klassenklimas herbeiführen zu wollen, wird dieses Projekt erfolgreich sein.

## Projektvorschlag „Gewaltfreies Konfliktlösetraining für die Grundschule“

Störungen suchen, bewerten, beseitigen.

Grobziele: Sensibilisierung für die Achtung vor sich selbst und anderen, lernen zuzuhören, Steigerung sozialer Kompetenz.  
 Intensivierung von Gruppengefühl und Vertrauen.  
 Auseinandersetzung mit konstruktiver und destruktiver Aggression.  
 Stärkung der niederlagelosen Dialogfähigkeit zwischen SchülerInnen (und LehrerInnen).  
 Störungen erkennen und sich konstruktiv mit ihnen auseinandersetzen können.  
 Einüben von gewaltfreien Konfliktlösungsstrategien.  
 Positives Denken kennenlernen.

Bitte nach Absprache bereitstellen:

Zwei Klassenräume, in denen es auch einmal etwas lauter zugehen darf und die keine feste Bestuhlung haben.

Stromanschluss 220V.

Zu öffnendes Fenster.

Buntstifte und Malpapier für alle Kinder.

2 Edding 3000 schwarz.

Tafel, weiße und eine farbige Kreide.

1 Rolle einfaches Malerabklebeband 2cm breit.

1 abschließbarer stabiler Briefkasten mit Befestigungsmaterial und nötigem Werkzeug zum Anbringen des Briefkastens.

Kassettenrekorder o.ä. mit ruhiger Musik.

Bitte kopieren Sie die Verträge, wenn möglich auf etwas festerem, bunten Papier.

Ca. 100 kleine Tütchen Gummibärchen o.ä.

Kernzeiten: Täglich 4 Unterrichtsstunden nach Vereinbarung ( hat sich auch für dritte Klassen als sinnvoll herausgestellt).

Aus Beaufsichtigungsgründen bemühen wir uns, die Pausenzeiten der jew. Schule einzuhalten. Nach der Kernzeit empfehlen wir ein kurzes gemeinsames Resümee des Tages.

Bitte beachten Sie: Jugendarbeit ist nicht Schule.

Beide können voneinander lernen. Seien Sie offen in Ihrer Kritik dessen, was Ihnen nicht gefällt. Suchen Sie den Dialog mit uns.

Der umgangssprachliche Stil entspricht vielleicht manchmal nicht dem Schulstandard. Dies kann gewollt sein.

Bitte seien Sie bereit, den Klassenraum auf Wunsch für einige Zeit zu verlassen.

Bitte machen Sie sich während der Projektzeit von allen anderen Verpflichtungen frei. Sie geben Ihren SchülerInnen damit ein wichtiges Signal über das Projekt hinaus.

Projektvorschlag „Gewaltfreies Konfliktlösetraining für die Grundschule“  
 Störungen suchen, bewerten, beseitigen.

Kurzübersicht:

Dienstag:

08.00 - 08.45 PE 1	Begrüßung der Teamer, Miteinander warmwerden.
08.50 - 09.35 PE 2	Mobbing am Beispiel von Beschimpfungen.
10.00 - 10.45 PE 3	Lösungen gegen Mobben einüben.
10.50 - 11.35 PE 4	Konflikte austragen, Ich-Botschaften senden.

Mittwoch:

08.00 - 08.45 PE 1	Mensch-ärgere-dich-nicht mit lebenden Figuren.
08.50 - 09.35 PE 2	Störungen erkennen, Störungen benennen.
10.00 - 10.45 PE 3	Lösungen erkennen, benennen, einüben.
10.50 - 11.35 PE 4	In belastenden Situationen kann ich mich entspannen.

Donnerstag:

08.00 - 08.45 PE 1	Das Regelwerk. Die Strafen.
08.50 - 09.35 PE 2	Belohnungen für sozial kompetentes Verhalten.
10.00 - 10.45 PE 3	Der Kümmernkasten.
10.50 - 11.35 PE 4	Der Vertrag. Verabschiedung der Teamer.

Projekteinheit: 1

Dauer: 45min

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: Tafel, Kreide

Begrüßung aller Schüler in ihrer Klasse.

Wie geht es euch heute morgen? Nennungen der Kinder (1= sehr gut; 2= gut usw.) auf einer X/Y Achse an die Tafel schreiben.

Dies spiegelt in etwa das Klassenklima (gilt nur für den Moment) wieder, macht aber auch auf mögliche Problemfälle aufmerksam: „Sechser“ werden sehr selten vergeben, die Erfahrung unterscheidet zwei Fälle:

Wichtigmacher (?) und Kinder, denen es, aus welchen Gründen auch immer, wirklich nicht gut geht.

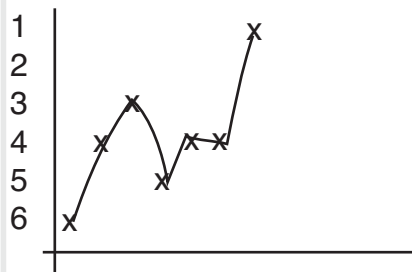
Im Auge behalten!

Miteinander warm werden: Wattwanderung oder Bärenspiel.

Zeigt das „wie geht's“ Spiel ein schlechtes Ergebnis? Gab es Sechser (auf Nachahmer achten, sie verfälschen das Ergebnis)

„Wie geht's“ Spiel wiederholen, Erkenntnisse beachten.

Bei Bedarf: Aufteilung der Klasse in zwei Gruppen. Einrichten der Räume.



Projekteinheit: 2

Dauer: 45min

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: Tafel, Kreide,

Miteinander warm werden: Staffellauf. In diesem Spiel machen wir die Regeln bekannt, die für uns gelten sollen: wir warten auf Schwächere, wir gehen erst, wenn alle soweit sind.

Mobbing am Beispiel von Beschimpfungen:

Was sind die Beschimpfungen, die dir am meisten wehgetan haben?

Jeder wird gefragt, die Antworten an die Tafel geschrieben.

Doppelnennungen durch Striche kenntlich gemacht.

Zentrale Fragen dieser Runde sind:

Wenn du schon einmal böse beschimpft oder beleidigt worden bist,

- was ist vorher passiert?
- hast du dich gewehrt?
- wie hast du dich gewehrt?
- und was ist dann passiert?

Wenn wenige oder ungenaue Antworten kommen wie "nichts", oder „weiß nicht mehr“, Situation kurz nachspielen lassen.

An einem Beispiel deutlich machen, warum gemobbt wird:

Um Stärke zu demonstrieren; um wichtig zu erscheinen;  
um Aufmerksamkeit zu erregen;

weil es funktioniert - die Schüler die mobben bekommen in aller Regel was sie wollen, die Opfer schweigen und wehren sich nur selten oder gar nicht.

Projekteinheit: 3

Dauer: 45min

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: Tafel, Kreide, Kamera, Mikrofon, Monitor.

Was kann man gegen Mobben tun?

Die Kinder an einem aktuellen Beispiel nach ihrer Meinung fragen.  
Mehrere Möglichkeiten sammeln, alle Nennungen aufschreiben,  
so seltsam sie auch klingen.

(Brainstorming-Regeln einhalten lassen:  
keine Bewertung, keine Kritik, kein Kommentar.)

Wenn keine guten Vorschläge dabei sind, eigene anbieten.  
Lösung wählen.

Lösung einüben, je nach Situation als Rollenspiel oder Radiosendung  
oder kleinem Spot gegen Mobbing etc.  
Jeder kommt dran.

Die Kinder sollen darin bestärkt werden, Mobbing zu erkennen und  
etwas dagegen zu tun.

Projektinheit: 4

Dauer: 45min

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: Tesa-Krepp,

Konflikte austragen, Ich-Botschaften senden.

Warming up: Einen Baum, der über einer tiefen Schlucht liegt (reißendes Wasser in der Tiefe) durch auf den Boden geklebtes, ca 5m langes Tesakrepp simulieren. Zwei Teams müssen von entgegengesetzten Seiten gleichzeitig hinüber. Wie machen sie das?

Welche Lösungen sind erfolgreich?

(Unbedingt auf die Einhaltung der Regel achten: Verlässt der Fuß die Linie, ist der Spieler abgestürzt.)

Thema dieser Runde ist das Anspielen verschiedener Konfliktsituationen, wobei der Schwerpunkt im Erarbeiten und Einüben gewünschter Konfliktverläufe besteht. Es geht nicht darum, sich dem Konflikt nicht zu stellen, sondern darum, sich akzeptabel selbst zu behaupten.

Weiterhin soll versucht werden, bei der Mehrheit der Kinder ein Klima der Unterstützung für akzeptable Konfliktverläufe zu implementieren.

Motto ist: Ich finde nicht dich blöd, sondern das was du tust!

Situationssammlung:

01. Du wirst in der Pause nicht an die Tischtennisplatte gelassen.
02. Du kommst mit einem neuen Haarschnitt in die Schule und wirst ausgelacht.
03. Du ertappst einen Mitschüler, als er dein Fahrradventil abschraubt.
04. Jemand beleidigt deine Familie.
05. Jemand schubst dich absichtlich, so dass du hinfällst.
06. Zwei Mitschüler tuscheln und schauen dich schräg von der Seite an.
07. Du warst verabredet und wirst „versetzt“.
08. Jemand schlägt dir dein Brötchen aus der Hand.
09. Du wirst vom Pausenspiel ausgeschlossen.
10. Du wirst vom Gespräch ausgeschlossen.
11. Jemand knallt dir die Tür vor der Nase zu.
12. Jemand schreit dich an.
13. Dein Lehrer verdächtigt dich zu Unrecht, gestört zu haben.
14. Du wirst vor der Klasse wegen eines Fehlers bloßgestellt.
15. Jemand stört dich dauernd im Unterricht.
16. Du wirst ausgelacht, weil du im Unterricht nicht aufgepasst hast.
17. Ältere Schüler machen dich an.
18. Mitschüler hänseln dich, weil du oft die gleichen Sachen anhast.
19. Du hast Kopfschmerzen und der Lärm in der Klasse nervt dich.
20. ....

Projekteinheit: 5

Dauer: 45min

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: Würfel, Leibchen, Tische und Stühle, Symbolkarten, Gummibärchen.

Mensch-ärgere-dich-nicht mit lebenden Figuren.

bei einer großen Klasse mit Symbolkarten aus einem Zweierteam ein „Püppchen“ machen, daas Team würfelt gemeinsam.

Im ersten Durchgang, ca. 5 min, wird aufgebaut, die Gruppen eingeteilt und die Leibchen überzogen. Mit der Ansage “Los gehts” spielen die Kinder ohne weitere Hilfen.

Im zweiten Durchgang erfolgt eine kurze Analyse: Was ist passiert?

Nun erfolgt die Ansage: Einigt euch und sorgt für Regeln! Einzige

Bedingung von außen:

keine Verletzungen.

Analyse: Wie endet das Spiel? Aufmerksam beobachten: Wer spielt wie, wann beginnt aus dem Spiel „Ernst“ zu werden. Täter- Opfer?

Dritter Durchgang mit harten Regeln und „Schiri“ ,

alle SchülerInnen würfeln einmal.

Analyse: Wem hat das Spiel ohne Regeln Spaß gemacht, wem das Spiel mit Regeln? Wann nimmt das Spiel einen fairen Verlauf? Was hat gefehlt, gestört, das alle zufrieden sein konnten, alle mitspielen konnten?

Welchen Wert haben Regeln, welchen Wert haben Störungen für das Zusammensein in der Klasse?

Welche Störungen gibt es noch in der Klasse?

An die Tafel schreiben und stehen lassen. Verbindung von Störungen mit Gefühlen, Erzeugung von MitGEFÜHL und Anteilnahme für die Störungen in der Klasse:

Was heißt das eigentlich, immer Kopfschmerzen zu haben etc.

Erzählen lassen. Ermuntern, Ich-Botschaften senden.

Eine Arbeitshilfe zum Thema und Plakat MitGEFÜHL befindet sich im Anhang.

Projektinheit: 6

Dauer: 45min

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: Papiertafel, Gummibärchen, Symbolkarten, Tafel, Kreide, Filzstifte

Störungen erkennen und benennen.

Symbolkarten verteilen, SchülerInnen sollen sich still finden. Beobachten, wie das geht. Nicht kritisieren wenn es zu laut ist, positiv darauf hinweisen, das dies noch besser werden wird. Wenn es leise ist, bekommen die Joker ein Tütchen Gummibärchen o.ä.

Konflikte, Probleme, Störungen sind immer wieder vorkommende, natürliche Ereignisse des täglichen Lebens. Sie sind nicht notwendigerweise destruktiv, sondern haben ihren Platz als Bestandteil menschlicher Kommunikation. Sie müssen zu Aufgaben umformuliert werden, um kreative Lösungsansätze entwickeln zu können.

Gemeinsam mit den Schülern soll folgendes Verhalten gelernt werden:

- 1 Wir machen aus unserer Störung eine Aufgabe, die wir lösen können.
- 2 Dazu benennen wir das Problem /die Störung so genau wie möglich.
- 3 Wir sagen auch, wie wir uns mit diesem Problem/dieser Störung fühlen.
- 4 Wir sammeln mögliche Lösungsvorschläge.
- 5 Wir bewerten die Lösungsvorschläge.
- 6 Wir entscheiden uns für die „beste“ Lösung.
- 7 Wir entscheiden, wer was tut und wie mögliche Konsequenzen aussehen.

Welche Störungen gibt es in eurer Klasse?

Wir trennen Störungen von Wünschen. Nicht : Ich möchte dass im Zimmer Ruhe herrscht, sondern: Im Raum ist es zu laut. Der erste Satz beinhaltet u.U. schon eine Lösung, die aber keinen Raum für gemeinsame Lösungen lässt.

Alle Störungen an die Tafel schreiben und stehen lassen.

Verbindung von Störungen mit Gefühlen, Erzeugung von MitGEFÜHL und Anteilnahme für die Störungen in der Klasse, zB.: Was heißt das eigentlich, immer Kopfschmerzen zu haben etc. Erzählen lassen. Ermuntern, Ich-Botschaften senden, aktiv Zuhören.

Erst zwei, dann vier usw. SchülerInnen einigen sich auf die fünf größten Störungen. Dabei lernen sie, leise miteinander zu sprechen, ohne andere zu stören. Die ersten zwei Kinder finden sich mit Hilfe der Symbolkarten. Wenn es wirklich ruhiger ist, gibt es für die Joker wieder ein Tütchen Gummibärchen. Die gefundenen Störungen werden mit dickem Filzstift groß auf eine Papiertafel geschrieben, diese wird für alle sichtbar aufgehängt.

Projekteinheit: 7	Dauer: 45min	Arbeitsblätter:	Folien:
Material: Papiertafel, Filzstifte, Tafel, Kreide, Kamera?, Bärchen, Symbolkarten.			

Miteinander warm werden, Gefühle darstellen:

Zwei Kinder stellen eine Situation ohne Worte dar. Die Gruppe versucht zu erraten, um welche Situation es sich handelt, welche Gefühle dargestellt werden. 1. Tochter schminkt sich verbotenerweise mit Mutters Schminke und wird erwischt. 2. Zwei Fans von verschiedenen Vereinen beim Fußballspiel. 3. Kind bekommt von jemandem, den es nicht leiden kann, etwa Schönes geschenkt.

Wir schauen uns nun noch einmal unsere fünf Störungen an. Welche Lösungen könnte es für diese Störungen geben?

Niederlagelose Konfliktbeseitigung beinhaltet, dass Bedürfnisse unbefriedigt sind, nicht eigene Lösungen die miteinander wetteifern.

Alle Lösungsvorschläge werden zuerst akzeptiert, ohne gewertet zu werden. Sie können an die Tafel geschrieben oder auf Band aufgezeichnet werden. Kein Vorschlag muss begründet oder gerechtfertigt werden.

„Welche Lösung ist die Beste“ leitet die Entscheidungsfindung ein.

Aktiv Zuhören. „Ich“ Botschaften zur Ermutigung nutzen oder wenn man eine Lösung nicht akzeptieren kann; die Kinder ihre Vorschläge begründen oder verteidigen lassen. Jeder sollte sich äußern, nach Möglichkeit ohne Zeitdruck.

Bleiben mehrere Lösungen übrig, im Hinblick auf Verwendbarkeit, eventuelle Mängel und Gefahren des Versagens diskutieren..

Probeabstimmungen zwischendurch ja, Kampf abstimmung NEIN (Verlierer !)

Keine Entscheidung ohne allgemeinen Konsens!

Wir schreiben die fünf gefundenen Lösungen für die fünf größten Störungen auf eine Papiertafel und hängen sie zu den Störungen.

In aller Regel ist es später (Hinweis an die LehrerIn) sinnvoll, einen exakten Plan zu erstellen, der Verantwortliche, Aufgaben und Zeiten beinhaltet. Nach einer festgelegten Zeit sollte überprüft werden, ob die gefundenen Lösungen effektiv sind:

ist die Störung beseitigt?

Haben sich die Lösungen als realistische Hilfen erwiesen?

Müssen vielleicht neue Lösungen gefunden werden?

SchülerInnen spielen geeignete, an der Tafel stehende Störungen und ihre beste Lösung vor.

Projektinheit: 5

Dauer: 45

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: ruhige, entspannende Musik, Cassettenrekorder.

Muskelentspannung nach Jacobsen. Motto: Energien abführen durch kontrollierte Muskelkontraktion anstatt unkontrolliertem Abreagieren.

Entspannung: Hat das schon einmal jemand von euch geübt? Warum sollte man sich entspannen?

Schmerz, Ärger, Trauer, Angst....

Entspannung kann Kraft geben, Mut machen, mit einer belastenden Situation fertig zu werden.

Eine gute Übung, die schnelle Ergebnisse zeigt und klarmacht, was man unter „Entspannung“ verstehen kann, ist die Muskelentspannung nach Jacobsen, die auch eine hervorragende vorbereitende Übung des autogenen Trainings ist:

Könnt ihr euch eine Situation vorstellen, bei der ihr ganz angespannt seid?

Welche wirklich schwierigen Situationen kennt ihr, in denen ihr Angst oder helle Wut empfindet? Was tut ihr dann? Was passiert dann, wenn ihr versucht, etwas gegen diese Angst oder Wut zu tun?

Wir werden nun etwas üben das euch helfen soll, trotz einer großen Belastung entspannt und zuversichtlich zu bleiben. Setzt euch nun in den „Kutschersitz“ (erklären), schaut euren rechten (bei Linkshändern linken) Arm an, ballt die Hand zur Faust so fest ihr könnt. Das ist Stufe 6. Jetzt lasst die Faust langsam locker werden und teilt dieses Lockerwerden auch in Stufen auf: 5,4,3,2,1 - ganz locker, Hand fallen lassen. Nochmals dasselbe.

Jetzt den ganzen Arm bis zum Schultergelenk. Alle Muskeln ganz fest anspannen: Stufe 6. Langsam entspannen: 5,4,3,2,1 ganz locker und fallen lassen. Jetzt ist der rechte/ linke Arm dran. Zuerst die Faust.....Nochmal dasselbe. Jetzt beide Arme gleichzeitig. Nochmal dasselbe.

Jetzt nehmen wir die Hals-, Nacken- und Schultermuskeln mit hinzu:

Schultern hochziehen, Kopf einziehen und nach hinten legen. Alles fest anspannen. Stufe 6. Langsam entspannen: 5,4,3,2,1, locker! Nochmals!

Jetzt Fratze schneiden: Zähne zusammenbeißen, Augen zukneifen. Lippen zusammenpressen, Stirn runzeln, Nase rümpfen.

Langsam entspannen: 5,4,3,2,1 locker und ganz entspannt. Noch einmal.

Nun nehmen wir uns die Gesäßmuskeln vor. ....Noch einmal.

Jetzt die Oberschenkelmuskeln, gefolgt von den Unterschenkeln, dann die Füße, linker Fuß, rechter Fuß, beide ... Noch einmal.

Wenn ihr mögt, schließt jetzt eure Augen, erinnert euch an alle eure Muskeln und versucht sie alle auf einmal anzuspannen. Feste! Jetzt auf mein Kommando langsam entspannen: 5, 4, 3, 2, 1, herrlich entspannt! Alles ist leicht, warm und locker, ihr fühlt euch gut und zuversichtlich.

Das habt ihr prima gemacht!

Hört noch einen Moment der schönen Musik zu und spürt wie gut es euch jetzt geht!

Projekteinheit: 9	Dauer: 45min	Arbeitsblätter:	Folien:
Material: Papiertafel, Filzstifte, Tafel, Kreide, Decke/Jacke, Kamera? Bärchen, Symbolkart.			

Miteinander warmwerden: Rest der Gruppe wird Begriff gezeigt, der ohne Worte dargestellt wird: Hosenträger, Liebespaar, Indianertanz, Rockband, Skater, Schnupfen....Zwei Kinder raten.

Wir haben eine Menge Störungen gesammelt.

Wir haben eine Menge Lösungen gefunden.

Wir wollen nun die fünf größten Störungen in Regeln umwandeln, an die wir uns ab sofort halten wollen. Alle müssen helfen, das die Regeln ab jetzt eingehalten werden.

Meist negativ benannte Regeln in positive umwandeln.

Nicht: Ich will nicht mehr rennen; sondern: Ich gehe langsam.

Die Regeln auf eine Papiertafel schreiben und zu den Störungen und Lösungen hängen.

Wie können wir denen begegnen, die die Regeln nicht einhalten? Ein Weg ist die konsequente Bestrafung derer, die gegen eure Regeln verstoßen.

Was heißt konsequent?

Wie könnt ihr euren LehrerInnen helfen, konsequent zu sein? Warum hat diese Hilfe nichts mit Verpetzen zu tun?

Ihr habt euch diese Regeln selber gegeben, damit euch das Leben in der Schule leichter fällt, ihr besser lernen könnt und euch die Schule mehr Spaß macht. Ihr seid auch selbst für die Einhaltung der Regeln mitverantwortlich. Was heißt mitverantwortlich?

Wahrnehmungsspiel:

Ein/e SchülerIn verlässt den Raum. Ein/e andere/r wird mit Jacken, Decke etc. bedeckt. Die hereingeholte Person muss sich erinnern, wie der/die SchülerIn gekleidet ist:

Konzentration und bewusste Wahrnehmung hilft bei der Lösung uns gestellter Aufgaben:

Woraus sollen die fünf Strafen gegen die Verletzung der fünf Regeln bestehen? Wieder Vorschläge ohne Kommentar oder Bewertung sammeln. „Welche Vorschläge könnten die besten sein“, leitet die Entscheidungsfindung ein.

Die fünf Strafen auf die Papiertafel schreiben und zu den Regeln hängen.

Wir haben nun die fünf größten Störungen gesammelt.

Wir haben auch fünf von euch allen getragene Lösungen gesammelt.

Wir haben Regeln aufgestellt, an die wir uns halten wollen.

Wir haben Strafen festgelegt für die, die sich nicht an die Regeln gehalten haben.

Projektinheit: 10

Dauer: 45min

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: Bärchen, Symbolkarten, Sternchen o.ä., weiche Bänder, Papier, Stift, Kamera?

Gefühle raten: Klasse macht Gefühle vor (zeigen!), zwei Kinder müssen raten: Unzufriedenheit, Freude, Neugier, Trauer, Verliebtheit, Wut, Überraschung, Angst, Glück.

Wir haben:

- Störungen gesammelt,
- Lösungen gesucht,
- Regeln aufgestellt,
- Strafen bestimmt,

aber was machen wir mit denen, die sich an die Regeln halten?

LehrerInnen ( auch FachlehrerInnen) vergeben Klassenpunkte, (durch Sterne o.ä. an der Wand kenntlich machen) die von einzelnen SchülerInnen oder von der Klasse als ganzes „verdient“ werden können. Einzelne Kinder können „ihre“ Sterne der Klasse schenken.

Welche Belohnungen kann es für das Erreichen einer bestimmten Punktezahl geben?

Als Anregungen sammeln, oder erste Belohnung sofort miteinander absprechen?

Symbolkarten von Partnerspiel verteilen, Paare bilden lassen.

Dies soll wieder „sprachlos“ getan werden.

Wenn das klappt: Die Joker bekommen ein kleines Päckchen Gummibärchen.

Karten wieder einsammeln.

Partner „A“ und „B“:

Von „A“ wird die rechte Hand mit der linken von „B“ mit weichem Band zusammengebunden.

Ihr seid jetzt ein Team. Holt ein Blatt und einen Stift und malt ein lachendes Strichmännchen wie es an der Tafel ist (ein Beispiel vormalen).

Malt zuerst den Kopf. Wenn er fertig ist, wechselt der Maler.

Gerade wenn uns etwas zu tun schwer fällt, dürfen wir nicht vergessen, darauf stolz zu sein dass wir es getan haben, auch wenn es uns noch nicht ganz gelungen ist!

Projekteinheit: II	Dauer: 90 min	Arbeitsblätter:	Folien:
Material: Kümmernkasten, Befestigungsmaterial, Luftballons, Urkunden, Tafel, Kreide, Papiertafel, Filzstifte, Teelichte, Feuer, Cassettenrecorder, ruhige Musik. Verträge.			

Der Kümmernkasten.

Alle Kinder stehen auf: Welches Lied kennt ihr alle? In verschiedenen Lautstärken (von ganz leise bis brüllen) singen lassen. Dann Hände hoch, laut einatmen, beim Ausatmen entspannen und Hände sinken lassen. Bei Bedarf wiederholen.

Manchmal kommt es vor, das ich ein Problem habe oder etwas als Störung empfinde. Was für Gründe kann es geben, nicht sofort auf eine Störung hinzuweisen? Manchmal fühle ich mich nicht mutig genug, es laut zu sagen. Manchmal brauche ich etwas Zeit, um genau benennen zu können, was die Störung ist. Manchmal habe ich Angst vor anderen, die denken ich würde petzen, wenn ich die Störung/ mein Problem nenne. Manchmal denke ich, das ich ein Problem habe, aber ich schäme mich, es laut zu sagen.

An der Tafel sammeln: Wie fühlt man sich dann?

Damit wir trotzdem alle Störungen und Probleme loswerden können, werden wir einen Kümmernkasten in unserer Klasse anbringen. Warum heißt er wohl Kümmernkasten? Die wichtigste Hilfe des Kümmernkastens ist, das er anonym ist. Was heißt anonym?

Jede Mitteilung darf in den Kümmernkasten. Er wird regelmäßig geleert und die Mitteilung von zwei Kümmerern vorgelesen. Dann werdet ihr eine Lösung für die Störung/ das Problem finden.

Jetzt werden wir noch kurz üben, wie die Kümmerer vorgehen sollen, wenn sie den Kümmernkasten leeren.

Vielleicht fallen euch ein paar Beispiele dafür ein, was im Kümmernkasten sein könnte. Wenn der Kümmerer ein Problem vorgelesen hat, sagt der Kümmerer: Was fühlt ihr dazu?

Nun könnt ihr alle sagen, auch durcheinander, laut oder leise, wie ihr euch fühlt.

Danacht fragt der Kümmerer: Hat jemand einen Vorschlag der uns helfen könnte, das Problem zu lösen?

Nun sprecht ihr einzeln und ruhig nacheinander und macht eure Vorschläge, die alle an die Tafel geschrieben werden. (LehrerIn?!)

Wir wählen den besten Vorschlag aus, ihn setzen wir konsequent in die Tat um.

Wir werden jetzt zwei Kümmerer wählen.

Ämterhäufung ist nicht erlaubt. Aufgaben und Zeiträume der Kümmerer sollte die LehrerIn am Freitag klären und verbindlich festschreiben.

Projekteinheit: II

Seite 2

Arbeitsblätter:

Folien:

Material: siehe oben

Wie sollen wir wählen? Geheim oder in offener Wahl?

Auch bei nur einem Wunsch nach geheimer Wahl Vorschläge an der Tafel notieren und danach geheim wählen lassen. Kinder, die schon ein Amt in der Klasse innehaben, sollen nicht gewählt werden.

Nun wollen wir das Amt des Kümmeres einmal kurz üben.

Zettel mit Störungen von der Tafel dem Kümmerer geben.

Wer bittet den Hausmeister, den Kümmerkasten mit uns anzubringen? (Vorher mit "Kümmerkastenbringer" besprechen).

Luftballenspiel: Luftballons verteilen, aufblasen lassen, eventuell helfen.

Ruhig bleiben, Zeit lassen. Jeder fühlt nach Ansage, wie leicht er ist.

Plötzlich wird er schwer, ganz schwer; wärmer und heiß, ganz heiß, dann kälter, kälter als Eis; er bekommt immer neue Eigenschaften, er stinkt, ist besonders kostbar, er ist besonders zerbrechlich und muss deshalb ganz vorsichtig getauscht werden...er wird wütend, bis er zerplatzt.

Wir räumen gemeinsam die Reste weg.

Verträge kurz durchsprechen.

Feierlicher Akt der Unterzeichnung des Vertrages.

Die von allen getragenen fünf wichtigsten Regeln und Sanktionen werden feierlich auf Papiertafel oder Plakatkarton geschrieben und an einer Wand der Klasse aufgehängt.

Wie war das Projekt für uns?

Die wichtigen Punkte des Projektes:

Wir können uns beruhigen, wenn wir in einer belastenden Situation sind.

Wir haben uns entschlossen, einige Dinge in unserer Klasse nicht mehr zu dulden, und setzten uns gemeinsam dafür ein, unsere Regeln konsequent einzuhalten.

Wir sind zuversichtlich, auf Dauer ein PRIMA-KLIMA in unserer Klasse erhalten zu können.

Gemütliches Ausklingen, Verabschiedung der Teamer.

## Projektvorschlag „Gewaltfreies Konfliktlösetraining für die Grundschule“

### Arbeitshilfe zum Plakat „MitGEFÜHL“

Alle Menschen unterscheiden sich voneinander, diese Unterschiede führen oft zu Konflikten und Störungen im Klassenverband. Es geht darum, Verschiedenheit zu erkennen, zu akzeptieren und schätzen zu lernen.

Gespräch über das Plakat „MitGEFÜHL“. Wie ist das Wort MitGEFÜHL geschrieben? Warum ist es so geschrieben? Was könnt ihr an den Figuren erkennen?

Verschiedene Symbole können auf verschiedene Hautfarben, auf Armut, Reichtum etc. hinweisen; die unterschiedlichen Körperhaltungen drücken Gefühle aus. (welche könnten das sein?)

Was ist den Figuren gemeinsam. (Farbe, Art der Zeichnung., Zwei Arme, Kopf, etc.)

Eine Gemeinsamkeit ist, das alle Figuren eine andere Körperhaltung einnehmen.

Was wäre denn, wenn alle Menschen gleich wären?

Welche Unterschiede kann es geben?

Kinder spielen Kinder anderer Nationalitäten (die es in der Klasse gibt, Vorurteile aufgreifen?; Deutsches Kind spielt spanisches Kind etc.),

Jungen spielen Mädchen : Unterschiede im Hinblick auf Aussehen, Geschmack, Verhalten, Meinung. Themen:

Anmache, Ich esse heute, Welche Musik mag ich.

Wie begrüßen sich z.b. Franzosen, die sich kennen?

Wie wirkt das auf uns Deutsche?

Wie gehen wir damit um, wenn jemand „anders“ ist als wir?

Interview nach Jefferys e.a. Kinder interviewen sich gegenseitig:

Woher kommt dein Name?

Welche Vorstellungen hatten deine Eltern bei deinem Namen?

Was magst du am liebsten an deinem Namen?

Was magst du am wenigsten an deinem Namen?

Würdest du deinen Namen wechseln, wenn du könntest?

In welchen ? Warum?

Hat sich schon einmal jemand über deinen Namen lustig gemacht?

Wie hast Du dich da gefühlt?

Hast du dich schon einmal über den Namen eines anderen lustig gemacht?

Wie hast du dich gefühlt? Wie hat die andere Person sich gefühlt? Warum hat sie sich wohl so gefühlt?

Erinnerung an Bewerten, Fühlen, Handeln.

Wir können unsere Bewertung jederzeit ändern!

Projektvorschlag „Gewaltfreies Konfliktlösetraining für die Grundschule“  
Anleitung für das „lebende Mensch-ärgerst-dich-nicht“ Spiel.

Spielregeln:

Jedes der vier Teams besetzt einen der vier äußeren Tische.

Das Spiel beginnt sofort mit dem ersten Wurf des Spielers z.B. ROT1.

Der Spieler ROT1 rückt vom Tisch sofort um die gewürfelte Augenzahl im Uhrzeigersinn auf den Stühlen weiter.

Jeder Spieler würfelt für sich selbst.

Der Würfel wird nach jedem Wurf eines Spielers im Uhrzeigersinn an das nächste Team weitergegeben.

Ausnahme: Die „6“ ermöglicht einen Doppelwurf.

Wer ab jetzt „rausgeworfen“ wird, darf dreimal würfeln, um sich erneut ins Spiel zu bringen.

Ist ein Platz vom eigenen Team besetzt, muss neu gewürfelt werden.

Das Spiel endet nach vorgegebener Zeit.

