

### Zum Thema

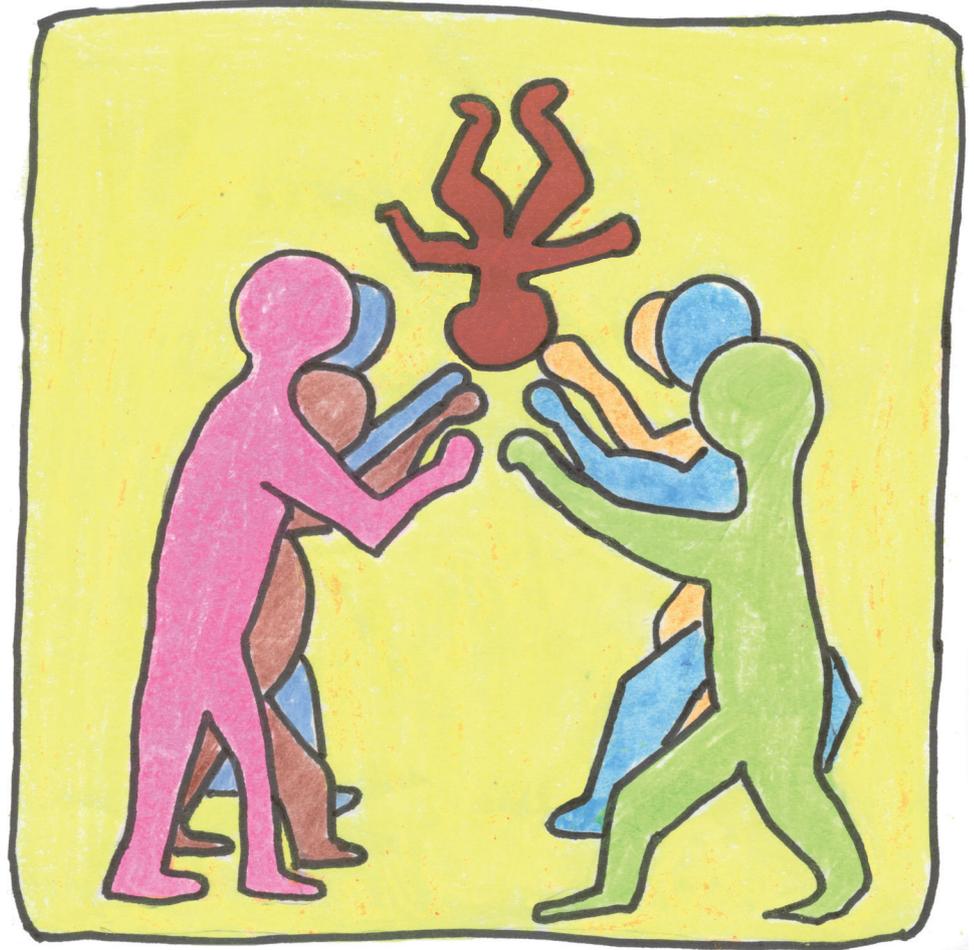
Sozial-emotionales Lernen ist eine Kernaufgabe der Grundschule und für Schüler ein Lernbereich zum Erwerb von Haltungen und Fertigkeiten, die sie beim Umgang im Klassenzimmer und in der Schulgemeinschaft täglich anwenden können. Soziale Kompetenz ist Voraussetzung für Bildungserfolg in allen Schularten und bildet die Basis für gesellschaftliches Zusammenleben.

Sozial-emotionales Lernen erfordert alltagstaugliche Konzepte, die auf der Basis eines stabilen Selbstwertgefühls den Erwerb sozialer Fertigkeiten und Haltungen anstreben.

Eine Kultur der Anerkennung, der Aufbau sozialer Routinen und das Einüben von Perspektivewechseln sind Grundlagen für sozialkompetentes Verhalten.

In der Grundschule ist zunehmend Heterogenität der Schüler im Leistungs- und im Sozialbereich beobachtbar. Die Unterschiede im sozialen Wertebewusstsein und im sozialen Verhalten sind vom Lehrer im Unterricht besser zu bewältigen, wenn innerhalb des sozialen Raums Schule verlässliche Beziehungen unter klaren gemeinsamen „Spielregeln“ aufgebaut werden. Kinder im Grundschulalter bedürfen zur Entwicklung ihrer emotionalen und sozialen Fähigkeiten stabiler Bindungen zur Lehrkraft und positiver Beziehungen in der Klassengemeinschaft.

ErziehungKonkret enthält ab sofort ein zusätzliches Angebot: Jede Ausgabe wird neben den praxisorientierten Beiträgen der täglich im Schulalltag stehenden Autoren einen Artikel eines wissenschaftlichen Autors veröffentlichen, der aus fachtheoretischer Sicht eine zusätzliche Perspektive in das Thema einbringt. Wir wünschen uns, dass Sie als Leser von dem neuen Format profitieren.



### Inhalt

- Zum Thema
- Gestaltung einer alltäglichen Kultur der Anerkennung durch sozial-emotionale Lernkonzepte
- Sozial-emotionales Lernen – ein unverzichtbarer Bestandteil der Unterrichtsgestaltung
- Wie stark sind meine Schüler schon?
- Starke Schule – Schulsozialziele
- Individuelle Sozialziele
- Kooperation fördern
- Bindungen stärken im Sportunterricht: Beispiel Akrobatik
- Stark bei der Konfliktlösung
- Rituale
- Buchtipp
- Literatur

# Gestaltung einer alltäglichen Kultur der Anerkennung durch sozial-emotionale Lernkonzepte

Dr. phil. Richard Sigel, Lehrstuhl für Grundschulpädagogik und -didaktik der Ludwig-Maximilians-Universität München

Gleich nach der Pause bestürmen aufgeregt zwei Mädchen ihre Klassenlehrerin, weil Heiner die beiden Schülerinnen auf dem Pausenhof grob angerempelt hat. Heiner kommt gerade in die Klasse, sein Knie blutet leicht, was auf einen Sturz nach dem Anrennen der Mädchen zurückzuführen war. Zudem ist er sauer, da er durch das Flanieren der Mädchen – im von den Jungen okkupierten und nur ungenau bestimmten Fußballfeld – eine gute Torchance verpasste. Und die Klassenlehrerin ist gerade in Gedanken bei einer komplizierten Einführung des Teilungsbegriffs in der direkt folgenden Mathematikstunde. Alle Beteiligten sind ad hoc emotional unter Druck, vertreten jeweils verständliche Interessen. Wie kann man dieser Situation einigermaßen gerecht werden?

## Alltagstaugliche pädagogische Konzepte sind gefragt

Eine Situation wie oben kommt oft vor. Verschiedene Interessen müssen für alle emotional akzeptabel gelöst werden. In diesem Fall könnte zum Beispiel die Lehrerin den Konflikt verbindlich auf die regelmäßige Konfliktgesprächsstunde am Freitag vertagen. Alle wüssten, dass ihr Thema nochmals auf die Tagesordnung kommt, die Lehrerin könnte den Unterricht beginnen und die beteiligten Schüler und Schülerinnen würden lernen, dass sie ernst genommen werden, aber sie sich eben noch einen Tag gedulden müssen. Erfahrungen zeigen, dass Kinder und Jugendliche mit verlässlich begrenzten Frustrationen gut umgehen können.

## Soziale Routinen aufbauen

Grundschüler haben noch keine verlässlichen und wirksamen Routinen, um Alltagskonflikte sinnvoll lösen zu können. Kinder in diesem Alter müssen ihre Perspektive mit der Sichtweise anderer erst noch abgleichen lernen. Die Diskrepanzen zwischen den eigenen Interessen und den Vorstellungen und Erwartungen anderer stellen die Kinder vor große emotionale Herausforderungen. Die Grundbedürfnisse der Kinder nach Sicherheit, Verlässlichkeit und emotionaler Zuwendung machen sie anfällig für Enttäuschungen und emotionale Krisen. Interessanterweise ist für Grundschüler der Umgang mit den Mitschülern emotional bedeutender als der Bezug zu den Lehrenden<sup>1)</sup>. Unverständene Enttäuschungen, interessenbedingte Missverständnisse und ungelöste Konflikte belasten sowohl das einzelne Kind als auch das gesamte Sozialklima in der Klasse. Bereits in der Grundschule enden Konflikte häufig mit Sieger- und Verliereremotionen, statt mit einer von allen Beteiligten getragenen Konfliktlösung. Sozial-emotionale

Belastungssituationen für die Kinder treten häufiger auf, als dies von den Lehrenden angenommen wird. Unterrichtsstörungen fallen eher auf, als Beziehungsstörungen zwischen den Kindern. Beides jedoch wirkt als belastend, sowohl für die Schülerinnen und Schüler als auch für den Unterricht.

## Perspektivenwechsel einüben und im Alltag fördern

Kinder in der Grundschule erweitern ihre Fähigkeiten, die Beweggründe und Interessen anderer zu erkennen und zu berücksichtigen. Dies zeigen verschiedene Studien:

- Die Fähigkeit, sich in andere einzufühlen und deren Perspektiven zu berücksichtigen, verbessert sich, falls die Konflikte ausführlich besprochen werden.
- <sup>2)</sup> Falls Gerechtigkeit in der Klasse im Alltag verlässlich erfahren wird, dann entwickelt dies moralische Vorstellungen und die Berücksichtigung der Perspektiven anderer<sup>3)</sup>.
- Wenn Kinder verantwortlich die Gestaltung von Beziehungen alltäglich in der Klasse regulieren lernen, dann verbessert sich die Klassenatmosphäre.

## Was bedeutet eine Kultur der Anerkennung?

Unter Anerkennung wird eine bestimmte Haltung gegenüber den Mitmenschen verstanden. Dabei werden die Interessen, Wünsche und Bedürfnisse anderer genauso als wertvoll betrachtet wie die eigenen<sup>4)</sup>. Das Prinzip der Anerkennung<sup>5)</sup> ist ein Weg, um der Würde jedes Menschen im Alltagshandeln gerecht zu werden. Die Kultur der Anerkennung hat mehrere Wurzeln:

- Anerkennung durch andere gilt als ein anthropologisches Grundbedürfnis.
- Die wechselseitige Anerkennung hat einen engen Bezug zur Identitätsentwicklung.

- Eine „Kultur der Anerkennung“ wird als Präventionschance für Kinder- und Jugendgewalt gesehen.

Anerkennung bedeutet auch die Einsicht, dass man selbst etwas falsch verstanden hat oder etwas einseitig interpretiert. Das bedeutet, dass eine Anerkennungshaltung stets verbunden ist mit der Gewährung einer „zweiten Chance“. Die Anerkennung eines anderen bedeutet somit, nicht schnell (vorschnell) ein eigenes Urteil zu sprechen, sondern nachzufragen und dem anderen die Chance geben, seine Perspektiven zu erläutern. Eine Kultur der Anerkennung ist auch verbunden mit anderen Haltungen und pädagogischen Einstellungen wie zum Beispiel Geduld, Zuversicht und Vertrauen.

**Übrigens:** Wer eine Kultur der Anerkennung vertritt, muss nicht alle Zumutungen, Unhöflichkeiten oder Aggressionen anderer ohnmächtig erdulden. Unzumutbares soziales Verhalten stößt dann an eine Grenze, wenn das Recht anderer auf Anerkennung unverhältnismäßig beeinträchtigt wird.

Konflikte zwischen Schülern sind so vielschichtig und schillernd, dass es keinerlei einheitliche Rezepte für pädagogisches Handeln geben kann. Insofern sind die folgenden Materialien zu sozial-emotionalem Lernen gute und differenzierte Angebote, um je nach den individuellen Bedürfnissen der Klassen eine Kultur der Anerkennung aufzubauen.

1) Siehe Pettillon, H. (1993a): Soziales Lernen in der Grundschule. Anspruch und Wirklichkeit. Frankfurt/M.  
 2) Siehe Pettillon, H. (1993b): Das Sozialleben des Schulanfängers. Die Schule aus der Sicht des Kindes. Weinheim.  
 3) Siehe Beck, G. u. Scholz, G. (1995): Soziales Lernen. Kinder in der Grundschule. Reinbeck.  
 4) Siehe Honneth, A. (1994): Kampf um Anerkennung. Zur moralischen Grammatik sozialer Konflikte. Frankfurt.  
 5) Siehe Tillmann, K.-J. u.a. (1999): Schülerschuld als Schulproblem. Verursachende Bedingungen, Erscheinungsformen und pädagogische Handlungsperspektiven. Weinheim/München.

# Sozial-emotionales Lernen – ein unverzichtbarer Bestandteil der Unterrichtsgestaltung

## Dienstag, zwanzig nach acht in der Klasse 2c:

Max ist immer noch wütend. Er hat sich auf dem Schulweg mit Giovanni gestritten.

Alisha hat heute die Einladungen für ihre Geburtstagsfeier verteilt. Aufgeregt überlegt sie, ob alle kommen werden.

Delara soll mit Anna beim Partnerdiät zusammen arbeiten. Sie protestiert lautstark und ruft: „Mit der arbeite ich nicht! Die stinkt!“

Der schulische Alltag stellt an die Kinder neben den kognitiven auch eine Vielzahl emotionaler und sozialer Anforderungen. Ein Teil der Schüler bewältigt dies ohne Probleme. Immer mehr Kinder brauchen jedoch die Unterstützung der Lehrkraft.

## Sozial-emotionales Lernen – läuft das nicht in der Freizeit ab?

Aus Studien des Deutschen Jugendinstituts geht hervor, dass knapp 10 % der Kinder nur noch am Vormittag mit Gleichaltrigen zusammentreffen. Die Nachmittage verbringen sie alleine, vorrangig mit elektronischen Medien. Der Großteil der Grundschüler trifft sich zwar in der Freizeit mit Freunden oder

nimmt an musischen Angeboten teil und findet hier ein Erfahrungsfeld für sozial-emotionales Lernen. Allerdings unterliegen die so zustande kommenden Gruppen einer interessenbezogenen und oft auch sozialen Selektion. So finden meist kaum Freizeitkontakte über die Grenzen des eigenen sozialen Milieus hinaus statt. Speziell die Integration ausländischer Kinder kann fast nur noch im Schulkontext stattfinden. Auf Grund veränderter gesellschaftlicher Bedingungen kann auch eine zunehmende Zahl von Familien ihre traditionell zentrale Rolle im Bereich des sozial-emotionalen Lernens nicht mehr erfüllen. Aus diesen Gründen fordert die Gesellschaft eine zunehmende Übernahme von Aufgaben im Bereich des sozialen Lernens durch die Schule.

## Was ist sozial-emotionales Lernen?

Soziales Lernen ist nur möglich auf der Grundlage emotionaler Kompetenz und einer altersgemäßen Entwicklung der kindlichen Persönlichkeit.

Emotionale Kompetenz zeigt sich in der Fähigkeit, eigene Gefühle wahrzunehmen und angemessen mit ihnen umzugehen. Auf dieser Basis können sich Fremdwahrnehmung und Empathiefähigkeit entwickeln.

Soziales Lernen findet immer in der aktiven Auseinandersetzung mit Gleichaltrigen statt. Schüler müssen sich auf einzelne Mitschüler und die ganze Gruppe einstellen können, eigene Positionen entwickeln und ein Regel- und Ordnungssystem im Umgang miteinander erarbeiten.

Zentrale Ziele des sozial-emotionalen Lernens bilden Selbstwahrnehmung und –steuerung, Sensibilität, Kommunikationsfähigkeit, Kooperationsbereitschaft, Regelbewusstsein, Toleranz und Konfliktlösefähigkeit.

## Wie funktioniert sozial-emotionales Lernen in der Schule?

Der Erwerb sozial-emotionaler Kompetenzen erfordert strukturierte Konzepte, Zeiträume sowie motivierte und dafür ausgebildete Lehrer.

Die Artikel dieses Erziehungsbriefs beschreiben praxiserprobte Anregungen zur klassenbezogenen und individuellen Erhebung des Ist-Standes, Vorschläge für praktische Maßnahmen auf Klassen- und Schulebene sowie Literatur zum Thema.

## Wie stark sind meine Schüler?

**Eine gute Basis für sozial-emotionales Lernen in der Schule ist die Bestimmung des Ist-Standes auf Klassen- und auf Schülerebene. Daraus lassen sich Ziele für ein strukturiert geplantes Vorgehen ableiten.**

**Um frühzeitig planvoll erzieherisch tätig zu werden, muss die Lernausgangssituation zu Schuljahresbeginn erfasst werden. Im Laufe des Jahres werden die sozial-emotionalen Lernziele aktuell an den Stand der Klasse angepasst.**

## Erhebung auf Klassenebene

Eine umfassende Beobachtung und Dokumentation jedes einzelnen Schülers ist besonders am Schuljahresanfang die Grundlage, um zu einer professionellen

Einschätzung der individuellen Stärken und Schwächen im sozial-emotionalen Bereich zu kommen.

Daneben ist es auch sinnvoll, das Sozialgefüge der Klasse zu erfassen. So werden

die Beziehungen der Kinder untereinander offengelegt. Der Lehrer erkennt Spannungen in der Klassengemeinschaft und kann soziale Erziehungsziele festlegen.



# Starke Schule - Schulsozialziele

Ein gemeinsam erarbeiteter „Schul-Sozial-Ziele-Katalog“ ist eine geeignete Methode, um bei Schülern klassenübergreifend sozial-emotionales Lernen anzubahnen.

## Was sind Schul-Sozial-Ziele?

Im Rahmen des Schulentwicklungsprozesses entscheidet sich das Kollegium für Sozialziele, die in einem bestimmten Zeitraum innerhalb der gesamten Schule in den Mittelpunkt gestellt werden.

Alle Klassen einer Schule arbeiten an den gleichen Sozialzielen und erweitern damit ihre sozialen Kompetenzen. Die Nachhaltigkeit ist dann am größten, wenn alle Lehrer und Schüler innerhalb und außerhalb des Unterrichts, planvoll auf das erwünschte soziale Verhalten hinarbeiten.

## Wie können Schul-Sozial-Ziele eingeführt werden?

Das Kollegium einer Schule einigt sich entweder darauf, einen veröffentlichten Sozialziele - Katalog (z. B. von M. Weidner oder G. Kleindiek) zu übernehmen oder entwickelt im Rahmen einer Arbeitsgemeinschaft einen schulhausinternen Katalog.

Der Sozialziele-Katalog ist unter anderem wirksam, weil die Sozialziele überschaubar und gut visualisiert sind. Er ist flexibel im Einsatz, denn die Sozialziele werden individuell angepasst und situativ verändert. Die permanente visuelle Verfügbarkeit der Sozialziele entlastet den Unterricht von häufigen Ermahnungen.

Folgendes Konzept wurde bereits an mehreren Schulen in adaptierter Form umgesetzt:



	ZIELE
<p><b>Voraussetzungen/Bedingungen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alle Klassen und jede Lehrkraft beteiligen sich am Konzept.</li> <li>- Neue Sozialziele werden vom Klassenlehrer mit den Schülern erarbeitet.</li> <li>- Im Schulhaus hängt gut sichtbar ein „SozialZieleCenter“ oder „Team-Pin-Board“ zur Visualisierung des Ziels.</li> <li>- In jeder Klasse hängt ein „SozialZieleCenter“ oder „Team-Pin-Board“.</li> <li>- Der Klassenlehrer erinnert zum Tagesbeginn täglich an die Gültigkeit des Ziels. Dies schließt eine kurze inhaltliche Wiederholung ein.</li> <li>- Am Unterrichtsende sowie am Ende der Woche reflektiert die Klasse über das Erreichen des Ziels.</li> <li>- Alle Lehrer der Schule melden beobachtetes erwünschtes Verhalten im gesamten Schulalltag an die Schüler zurück.</li> </ul>
<p><b>Praktische Umsetzung</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Lehrerkonferenz installiert eine AG „Schul-Sozial-Ziele“. Diese erarbeitet Vorschläge für die Sozialziele und das Konzept zur Umsetzung.</li> <li>- In der Lehrerkonferenz findet die Abstimmung über konkrete Sozialziele statt.</li> <li>- Ca. alle 4 Wochen wird ein neues Sozialziel erarbeitet.</li> <li>- Die Einführung in ein neues Sozialziel findet immer an den Montagen statt. Zusätzlich wird es bei der monatlichen Schulkonferenz „offiziell“ thematisiert.</li> <li>- Alle Lehrer tragen Verstärkerkarten („Lobkärtchen“) bei sich. Diese verteilen sie an Schüler, die durch ihr Handeln in einer bestimmten Situation zeigen, dass sie das aktuelle Ziel besonders gut umsetzen und damit ein positives Verhaltensvorbild sind.</li> <li>- Die Ermittlung der „Preisträger“ erfolgt klassenintern durch die Auszählung der gesammelten „Lobkärtchen“ und das Eintragen in eine Klassenliste. Schulhausübergreifend wird anhand der Klassenlisten ermittelt, welche Kinder und welche Klasse die meisten Verstärkerkarten bekommen haben.</li> <li>- Die „Kinder der Woche“ (Platz 1 – 3) und die „Klasse der Woche“ werden durch einen Aushang mit Fotos oder eine Durchsage sowie Urkunden und einem Wanderpokal gewürdigt</li> </ul>
<p><b>Mögliche Schul-Sozial-Ziele</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beachten der Schulhausregeln</li> <li>- Einhalten der Pausenregeln</li> <li>- Höflicher Umgangston</li> <li>- Einen Streit meistern</li> <li>- Anderen helfen</li> <li>- Beteiligen aller Kinder im Unterricht und bei Pausenspielen</li> </ul>
<p><b>Beispiel für ein Schul-Sozial-Ziel: „Verhalten in der Pause“</b></p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">Ja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Wir spielen friedlich miteinander.</li> <li> Wir gehen bei Problemen zur Aufsicht.</li> <li> Wir suchen uns eine Pausenbeschäftigung.</li> <li> Wir gehen nach der Pause sofort zum Treffpunkt.</li> </ul> </div> <div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">Nein</p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Wir schlagen und schubsen nicht. (keine Kämpfspiele!)</li> <li> Wir beleidigen uns nicht.</li> <li> Wir nehmen niemandem etwas weg.</li> <li> Wir verschmutzen die Toilette nicht.</li> </ul> </div> </div>

# Individuelle Sozialziele

Im Rahmen der individuellen Förderung kommt neben differenzierten unterrichtlichen Angeboten auch der Differenzierung im erzieherischen Bereich große Bedeutung zu. Jedem Schüler eröffnen sich so optimale Entwicklungsmöglichkeiten.

Bei Schülern, die sehr spezielle Vereinbarungen im Bereich sozialer Förderung brauchen, können Akzeptanzprobleme durch Mitschüler und deren Eltern auftreten.

Diesen Aspekt muss die Lehrkraft gezielt beobachten und gegebenenfalls geschickt ausgleichen ohne das Kind zu stigmatisieren. Individuelle Sozialziele basieren auf dem aktuellen Entwicklungsstand des Kindes, sind überschaubar und beschreiben erwünschtes Verhalten positiv (siehe ErziehungKonkret 1, Klassenklima, Regeln über Regeln).

## Praxistipp „Aufkleber“

Aufkleber am Platz (vergl. Abb.) beschreiben erwünschtes Verhalten oder stellen es in Form eines Bildes dar. Sie sind eine visuelle Gedächtnisstütze für den Schüler.

Das Erreichen der Ziele wird auf dem Tischaufkleber dokumentiert oder alternativ in einem kleinen Heft vermerkt, das auch von den Eltern einsehbar ist. „Signalkarten für den Unterricht“ (siehe Hund, W.) werden im Buchhandel angeboten.

## Praxistipp „Denkzettel“

„Denkzettel“ haben eine doppelte Funktion. Sie geben dem Schüler das klare Zeichen, dass ein Regelverstoß vorliegt, den der Lehrer nicht akzeptieren wird. Er „verpasst“ einen Denkzettel. Zugleich geben

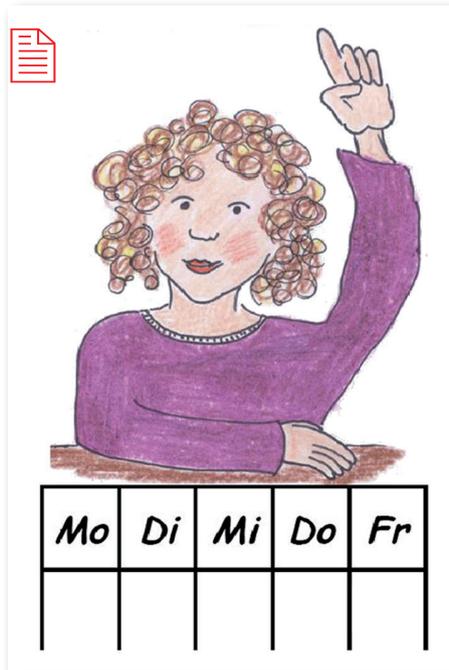


Abb.: „Tischkarte“

sie aber auch die Chance, künftig gewünschtes Verhalten zu zeigen, sind also auch „Dran-Denkzettel“. Auf einem Post-it-Zettel ist dazu das erwünschte Verhalten aufgezeichnet oder in einem prägnanten Satz entsprechend dem SoZiKa aufgeschrieben. Der Zettel wird zweimal eingeschnitten, sodass man drei Abreiß-Streifen erhält. Bei jedem Regelverstoß wird ein Streifen abgerissen. Sind alle Ermahnungen erfolglos geblieben, folgt eine vorher vereinbarte Sanktion.



Abb.: „Denkzettel“

# Kooperation fördern

## Gruppenbildung

Kooperative Arbeitsformen erfordern häufig die Bildung von Gruppen. Dies kann vom Lehrer ganz bewusst gesteuert werden oder aber auch dem Zufall überlassen bleiben.

## Familienspiel

(SOFA; Soziale Förderansätze)

Mit Hilfe von Kärtchen werden vier Familien mit mehreren Mitgliedern gebildet. So gibt es die Familien Meier/Leier/Seier/Geier mit jeweils Vater, Mutter, Opa, Oma, Sohn, Tochter, Hund und Katze. Jedes Kind zieht ein Kärtchen und kann sich damit entweder seinem Familiennamen zuordnen oder den entsprechenden Familienmitgliedern, also z. B. allen Omas.

## Gummibärchen

Gummibärchen werden entsprechend der Schülerzahl abgezählt. Jedes Kind darf sich eines nehmen. Alle roten, grünen, gelben und weißen Gummibärchen finden sich zu jeweils einer Gruppe zusammen. Alternative: gleiche Bild-/Symbolkarten

## Hitparade

Jedes Kind zieht eine Karte, auf der ein Kinderlied geschrieben steht. Im Anschluss bewegt sich das Kind – die Melodie summend – im Raum und sucht Kinder mit gleicher Melodie, um mit ihnen eine Gruppe zu bilden.

## Kooperative Spiele

Der Einsatz kooperativer Spiele verfolgt das Ziel, die Klassengemeinschaft zu stärken und baut gleichzeitig grundlegende Fähigkeiten für kooperative Arbeitsformen auf.

## „Alle an einem Strang“

Ziel: Zusammenarbeit, Vertrauen

Material: ca. 5 m langes Tau

Zeit: 5 – 8 Minuten

Ort: Klassenzimmer, Turnhalle

Hinweis: Bei Jungen ist dieses Spiel besonders beliebt.

## Ablauf:

Die Gruppe sitzt im Kreis auf dem Fußboden. Dabei berühren die Fußsohlen den Fußboden. In der Mitte liegt ein Tau, das zu einem Kreis geknotet ist. Jedes Gruppenmitglied fasst jetzt mit beiden Händen das Seil und durch gleichmäßiges Anziehen kommen alle Gruppenmitglieder in den Stand. Auf diese Weise wird durch das sprichwörtliche Ziehen an einem Strang eine Aufgabe gemeinsam und kooperativ gelöst. Besonders interessant ist es, wenn die Vorgehensweise von den Kindern selbst erarbeitet werden muss.

## Platztausch

Ziel: Vertrauen, Teamwork  
Material: Langbänke  
Zeit: ca. 10 Min.  
Ort: Turnhalle

Hinweis: Das Spiel ist gut geeignet für Gruppen, in denen sich die Mitspieler bereits gut kennen. Es sollten jeweils nur Jungen oder Mädchen in einer Gruppe sein, da die Schüler engen Körperkontakt miteinander haben.

## Ablauf:

Auf den Langbänken stehen sich zwei Gruppen von 3 bis 4 Schülern mit Gesicht zur Mitte der Bank gegenüber. Die Aufgabe lautet: Platztausch. Die äußersten Schüler der beiden Gruppen tauschen zuerst ihre Plätze, danach die nächsten Paare. Dabei darf niemand den Boden berühren. Es ist die Aufgabe der Gruppe, sich abzusprechen und die besten Strategien herauszufinden, wie man auf dem beengten Platz aneinander vorbeikommt.

Sollte jemand den Boden neben der Bank berühren, geht er zu seinem Ausgangspunkt zurück und versucht es noch einmal.



Abb.: „Platztausch“

## Förderband

Ziele: Kooperation, Bereitschaft zu Körperkontakt  
Material: Kissen, Fußmatte, Ball oder anderer Gegenstand  
Ort: Klassenzimmer  
Zeit: max. fünf Minuten

## Ablauf:

Die Klasse sitzt im Kreis und bekommt die gemeinsame Aufgabe, einen Gegenstand nur mit Einsatz der Füße weiter zu geben. Er sollte möglichst nicht auf den Boden fallen. Passiert dies doch, kann gemeinsam überlegt werden, wie die Schüler sich gegenseitig unterstützen können.

Stellt es für die Klasse keine Herausforderung mehr dar, ein Kissen kreisen zu lassen, kann ein anderer Gegenstand, z.B. ein Ball, verwendet werden.

## Kooperatives Arbeiten



Abb.: „Kooperatives Arbeiten“

Arbeiten und Lernen im Team stellen die komplexesten Formen der Kooperation dar. Diese müssen schrittweise und strukturiert aufgebaut werden.

Um eine echte Gruppenarbeit anzubahnen, zu der jeder seinen Beitrag leistet, ist eine klare Aufgabenverteilung sinnvoll. Diese muss anfangs vom Lehrer vorgenommen werden und kann zunehmend von den Gruppen selbst übernommen werden. Dabei können individuelle Möglichkeiten und Vorlieben berücksichtigt werden. Je nach Jahrgangsstufe und Aufgabenstellung bieten sich Rollen wie Leser, Schreiber, Sprecher, Zeichner, Kleber, ... an. Vor Beginn der eigentlichen Arbeit werden diese verteilt. Die Aufgabe des „Denkers“ geht grundsätzlich an alle Schüler. An die Gruppenarbeitsphase schließt sich eine Reflexion an. Erst danach werden die Ergebnisse vorgestellt. Umhängeschilder mit Grafik und Wort helfen, die Rollenverteilung zu organisieren und beizubehalten.

Die Formen der eigenverantwortlichen Arbeit, der Entscheidungsfindung und der kooperativen Präsentation müssen durch regelmäßige Anwendung eingeschult werden. Um kooperative Arbeitsformen weiterzuentwickeln, ist deren Reflexion in sinnvollen Abständen notwendig.

## Punkteblitzlicht

Einsatz: Ritualisierte Form der Kurzreflexion im Anschluss an eine Gruppenarbeitsphase  
Ziel: Verbesserung der Kooperation in der Gruppe durch gezielte Reflexion der Zusammenarbeit  
Zeit: 2-5 Minuten

Nach einer Gruppenarbeitsphase stellt die Lehrkraft eine Frage zur Einschätzung der Zusammenarbeit.

## Mögliche Fragen sind:

- Wie gut haben wir in der Gruppe zusammen gearbeitet?
- Wie wohl habe ich mich in der Gruppe gefühlt?
- Wie gut konnte ich andere ausreden lassen?
- Wie gut haben die anderen mir zugehört?

Alle Schüler schließen daraufhin die Augen und zeigen mit ihren Fingern die Punktzahl an, die sie sich bzw. der Gruppe geben würden. Zehn Finger bedeuten dabei vollkommene Zufriedenheit, null Finger absolute Unzufriedenheit.

Wenn alle Schüler ihre Punktzahl anzeigen, können die Augen wieder geöffnet werden.

Es bietet sich an, einzelne Schüler um eine kurze Erläuterung ihrer Punktzahl zu bitten. Dabei sollte die Regel gelten, positive Rückmeldungen direkt an die Gruppe zu geben („Ich habe mich in der Gruppe sehr wohl gefühlt, weil...“) und Kritik in Form von Wünschen an die Gruppe zu formulieren („Ich wünsche mir von euch, dass...“).



Abb.: „Arbeit im Team“

# Bindungen stärken im Sportunterricht: Beispiel Akrobatik

„Akrobatik, schön!“ So reagieren viele Kinder bei der Ankündigung, im Sportunterricht diese Art der Zirkuskunst auszuprobieren und zu trainieren. Sie sind begeistert bei der Sache.

Gleichzeitig bietet Akrobatik viele Aktionsfelder für sozial-emotionales Lernen. Akrobatik erfordert Zuverlässigkeit und Vertrauen. Sie lehrt Rücksichtnahme und Achtsamkeit. Sie hilft, Berührungsängste abzubauen und auf Stopp-Zeichen sofort zu reagieren. Akrobatik ist damit ein intensiver Ort sozialen Lernens.

Grundlegende Voraussetzungen für akrobatische Übungen schaffen spielerische, die sozialen Bindungen stärkende Vorübungen. Hier eine kleine Auswahl von Übungen, die auch für Klassenzimmer oder Ausflüge geeignet sind.

## Selbst- und Fremdwahrnehmung

### Ich suche mir eine Stütze

Die Kinder laufen zu schneller Musik durch den Raum. Bricht die Musik ab, suchen sie sich einen Partner, an den sie sich anlehnen.



Abb.: „Anlehnungsbedürftig“

### Auto fahren

Ein Schüler ist das Auto, der andere der Fahrer. Beide stellen sich hintereinander. Der Fahrer zeigt dem Auto durch leichtes Antippen auf die Schulter, in welche Richtung es fahren soll. So laufen sie gemeinsam durch den Raum. Das Auto soll nach Möglichkeit nirgendwo anstoßen.

### Baumstamm rollen

Alle mit Ausnahme eines Schülers liegen möglichst eng nebeneinander auf dem Boden. Der „Baumstamm“ legt sich quer auf die „Rollbahn“. Auf Kommando drehen sich nun alle in die gleiche Richtung. Durch die Bewegung transportieren sie den „Baumstamm“.

## Partnerübungen zur Körperspannung

### Fliegender Fisch

Ein Kind liegt am Rücken auf dem Boden und streckt seine Arme in die Höhe. Sein

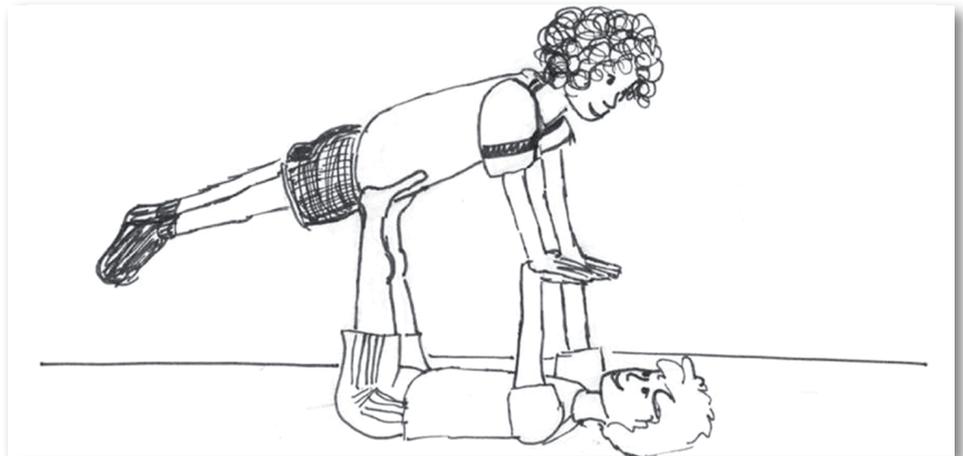


Abb.: „Fliegender Fisch“

Partner steht vor ihm und greift die Hände. Der am Boden Liegende hebt mit seinen Beinen seinen Partner an der Hüfte hoch.

## Vertrauen zum Partner entwickeln

### Führen und geführt werden

Einer schließt die Augen und wird von zwei Personen rechts und links an der Hand genommen und in verschiedenen Geschwindigkeiten durch den Raum ge-

führt. Als Schwierigkeitssteigerung können Hindernisse im Raum eingebaut werden, die in irgendeiner Form überwunden werden müssen. Die „Führenden“ sind für den „Blinden“ verantwortlich, dass er nirgends anstößt oder zu Schaden kommt.

### Das Pendel

Ein Schüler steht steif und angespannt wie ein Brett. Hinter und vor ihm stehen jeweils zwei Fänger. Nun lässt sich das

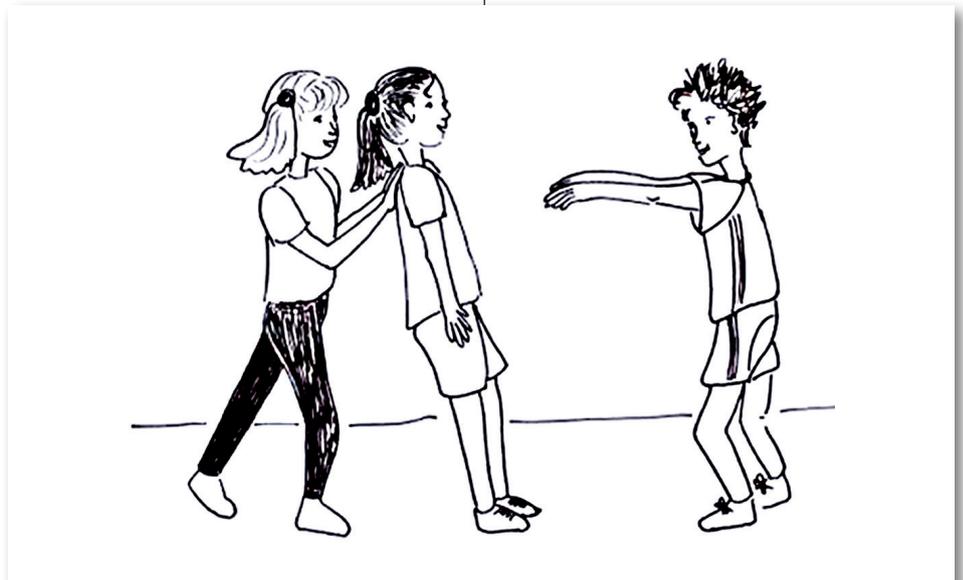


Abb.: „Das Pendel“



Abb.: „Doppelgriff“

Pendel nach vorne fallen und wird von den Fängern vorsichtig aufgefangen und über die Ausgangsposition zu den beiden hinteren Fängern geschoben.

Mit geübten Kindern ist es auch möglich, das „Brett“ in einem Kreis aus Mitschülern pendeln zu lassen.

## Partnerübungen zur Balance

### Die V-Balance

Ausgangsstellung: Die Partner stehen sich Fußspitze an Fußspitze gegenüber und fassen sich im Handgelenk-Griff.

Beide Personen lehnen sich vorsichtig nach außen. Dabei versuchen sie, die Arme gestreckt zu halten und nicht den Stand zu verlieren und umzukippen.

Variation: Sich an einer Hand loslassen.

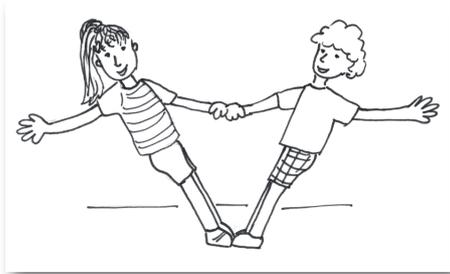
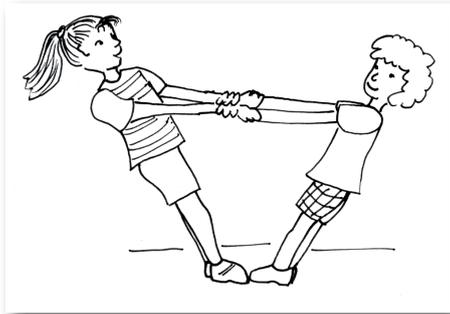


Abb.: „Balanceakt“

### Die Stuhlbalance

Die Partner lehnen sich mit dem Rücken aneinander, die Arme liegen seitlich am Körper an. Beide beugen gemeinsam die Kniegelenke bis zum rechten Winkel und weiter.

### Die Sternbalance

Alle Kinder stehen im Kreis und halten sich an den Händen. Zur Gruppeneinteilung wird „1-2-1-2...“ abgezählt. Auf Kommando lassen sich alle Einser nach vorne, alle Zweier nach hinten fallen. Dann zieht man sich gegenseitig wieder auf, bis alle wieder aufrecht stehen.

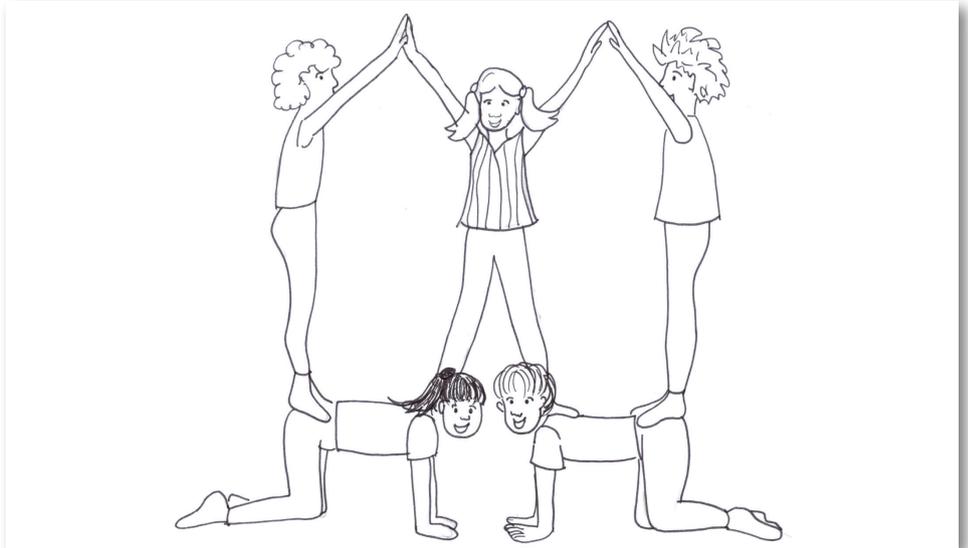


Abb.: „Die Pyramide“

### Pyramidenbau

Pyramidenbau ist die einfachste Form der Akrobatik. Er ermöglicht grundlegende soziale Erfahrungen: Kann ich mein Verhalten steuern, kann ich mich auf andere verlassen, bin ich einverstanden mit meiner Position? Es werden soziale Rollen vergeben wie Bauleiter, Grundpfeiler, Halter, Kletterer. Ohne klaren Plan, Absprachen und deren Einhaltung kann die Pyramide als Gemeinschaftswerk nicht gelingen.

Um Pyramiden sicher aufzubauen und Kinder vor gesundheitlichen Schäden zu schützen, müssen Lehrkraft und Schüler folgende Regeln beachten:

Um die Kinder zu sensibilisieren bzw. erspüren zu lassen, wo Wirbelsäule, Beckenknochen etc. liegen, tasten sie vor den Übungen den Rücken ihres Partners ab.

- Stets muss ein Schüler außerhalb der Pyramide zur Hilfestellung und als Koordinator eingeteilt sein.
- Aufbau: Schnell, aber nicht hastig aufbauen!
- Stets auf einen sicheren und stabilen Stand achten!
- Niemals zu weit vorne im Kreuz stehen, sondern immer auf dem Becken! (Wirbelsäule, Schulterblätter und Beckenknochen müssen erst benannt und ertastet werden.)
- Präsentation: höchstens 3-4 Sekunden.
- Abbau: Kontrolliert! Nicht einfach abspringen (zuviel Druck auf das untere Kind).
- Kommando für sofortigen Abbruch bei Schmerzen oder Instabilität vereinbaren
- Ständig auf eine aufrechte Körperhaltung und Körperspannung achten. Nie ein Hohlkreuz!



Abb.: „Die Vorbereitung“

# Stark bei der Konfliktlösung

Konfliktsituationen sind pädagogische Herausforderungen. Der Lehrer kann diese Situationen als Lernfelder nutzen und die Kinder befähigen, sich eigenständig, lösungsorientiert, fair und souverän zu verhalten.

Dazu wurden unterschiedliche Strategien und Programme wie Streitschlichter oder Faustlos entwickelt.

Im Folgenden wird mit der Friedenstreppe nach Zwenger-Balink (in „Komm, wir finden eine Lösung!“) eine Methode skizziert, die es ermöglicht, kleinere Alltagskonflikte nach einem ritualisierten Schema zu bewältigen. Die Lehrkraft moderiert den Ablauf.

## Friedenstreppe

Die Friedenstreppe hat vier Stufen. Sie kann mit Kreppband, Stoff oder Karton auf dem Boden markiert werden, wichtig ist die einfache und schnelle Handhabe. Die Begehung der Treppe erfolgt freiwillig, wenn eine Regelung oder Lösung des Konflikts von beiden Parteien gewünscht wird.



Abb.: „Friedenstreppe“

Auf der ersten Stufe erzählen die beiden Schüler nacheinander den Streit aus ihrer Sicht. Wer zuhört, darf nicht unterbrechen.

Die zweite Stufe ist bekannt als „aktives Zuhören“, (siehe Praxistipp). Beide Schüler wiederholen die Sichtweise des anderen, um sicher zu gehen, alles Wichtige verstanden zu haben. Nachfragen sind hier erlaubt. Wichtig auf dieser Ebene ist vor allem auch die Benennung der Gefühle, die der andere ausgedrückt hat.

Auf der dritten Stufe werden gemeinsam Vorschläge zur Lösung des Streits erarbeitet. Die Schüler müssen überlegen und entscheiden, mit welchem Lösungsvorschlag beide zufrieden sein können.

Wenn sich beide einig sind, können sie auf die vierte Stufe gehen. Dort wiederholen sie die gemeinsame Regelung und reichen sich zur Bekräftigung die Hand.

### Praxistipp:

Zur Einführung der Friedenstreppe eignet sich die Bildgeschichte von den beiden streitenden Eseln.

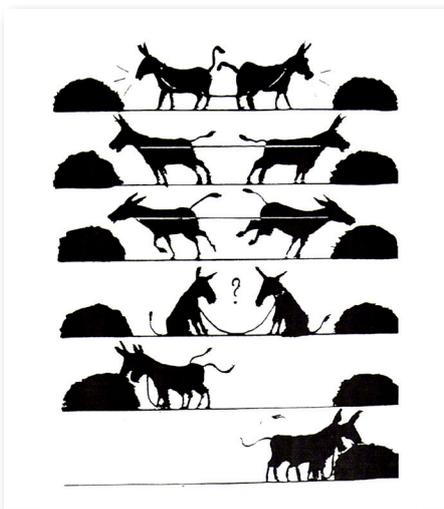


Abb.: „Streitende Esel“

Aufmerksames Zuhören, einfaches und freundliches Sprechen sowie das genaue

Wahrnehmen der Körpersprache des Gesprächspartners sind Voraussetzung für ein Konfliktlösungsgespräch.

### Praxistipp:

Das „OMA“-Modell von Zwenger-Balink erleichtert die Gesprächsführung auf der Friedenstreppe.

Das **O** steht für die Ohren und fordert: „Höre bitte gut zu!“

Das **M** steht für den Mund und bittet: „Sprich bitte freundlich und verständlich!“

Das **A** steht für die Augen und möchte sagen: „Schau mich bitte genau an!“

### Praxistipp:

Übung für aufmerksames Zuhören

In Partnerübungen können sich Schüler in einem vorgegebenen Zeitraum kurze Geschichten oder Erlebnisse erzählen, die dann vom Partner wiedergegeben werden. Um keine gestellten Situationen zu schaffen, eignen sich Wochenend- und Ferienerzählungen. Weiterhin wäre denkbar, dass der Zuhörer der Klasse die Erlebnisse des Partners vorstellt. (vergl. Zwenger-Balink 2004)

O



• Gut zuhören

M



• Verständlich und freundlich sprechen

A



• Genau schauen

Abb.: „Das OMA Prinzip“

## Starke Worte

In der Konfliktlösung spielt auch die Wortwahl eine entscheidende Rolle. Die Schüler brauchen daher Lernangebote, um Sprache bewusst und zielgerichtet einsetzen zu können. So wird es ihnen möglich, ein Gespür für die Wirkung der eigenen Worte zu entwickeln.

## Die Giraffen- und die Wolfssprache

Die Giraffen- und Wolfssprache basieren auf dem Prinzip der gewaltfreien Kommunikation. Hintergrund ist der personenzentrierte Ansatz von Carl Rogers.

Den Schülern wird in diesem Rahmen ermöglicht, spielerisch andere Rollen zu übernehmen (vgl. „Achtsamkeit und Anerkennung“ und Zwenger Balink).

„Gewaltfreie Kommunikation“ (GfK) ist eine von Marshall B. Rosenberg entwickelte Kommunikations- und Konfliktlösungsmethode. Ziel ist es, die Anliegen aller Parteien offen zu legen und zu berücksichtigen. Rosenberg nennt die GfK auch „language of the heart“ oder „Giraffensprache“, da die Giraffe das Landtier mit dem größten Her-

zen ist. Gekennzeichnet ist die Giraffensprache von Empathie und Achtsamkeit. Sie teilt ihre Empfindungen offen mit und setzt andere nicht herab. Die Sprache übt keinen Druck auf andere aus. Die Giraffensprache basiert auf der Grundannahme, dass jeder Mensch Entscheidungen frei trifft, aber auch die Verantwortung dafür übernehmen muss

Der Giraffe gegenüber steht der Wolf. Er repräsentiert die Problembereiche der Kommunikation. Er verbirgt seine wirklichen Gefühle und ist wenig berechenbar. Seine Sprache ist gekennzeichnet durch Polarisieren von:

- **Recht und Unrecht**
- **gut und böse**
- **richtig und falsch**

In der Welt des Wolfes wird im Sinne einer unveränderbaren Ordnung bewertet und klassifiziert, belohnt oder bestraft: z. B. „Du bist immer so blöd zu mir.“ „Gib her, sonst ...“

Im Gegensatz zur Wolfssprache ist die Giraffensprache einfühlsam, begründet eigene Gefühle und respektiert die Bedürfnisse des anderen. Sie macht Kom-

munikation leichter und angenehmer: z. B. „Ich ärgere mich, weil ...“ Ich wünsche mir von dir, dass ...“

Grundsätzlich finden sich im Kommunikationsverhalten jedes Menschen Anteile von Wolfs- und Giraffensprache.

Im Schulalltag können durch den Einsatz der Giraffen- und der Wolfssprache Perspektivenwechsel und Empathiefähigkeit der Kinder gefördert werden.

Die für Schulen kostenlose Materialsammlung „Achtsamkeit und Anerkennung“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bietet hierfür hilfreiche Materialien.

In systematisch aufgebauten Unterrichtseinheiten lernen die Schüler zunächst die Eigenschaften von Giraffe und Wolf kennen und erarbeiten gemeinsam die Merkmale ihrer Sprache. Sie üben, Gefühle und Wünsche angemessen auszudrücken.

Den Abschluss bilden Rollenspiele, die den Schülern die Möglichkeit geben, die Unterschiede zwischen Giraffen- und Wolfssprache konkret zu erfahren.

# Rituale

**Rituale zu Beginn oder Ende des Schultags sind in vielen Klassen Standard und ermöglichen den Kindern gestärkt den Schultag zu beginnen bzw. abzuschließen (siehe ErziehungKonkret 1 und 2).**

**Auch Rituale nach der Pause sind wichtig, weil die Kinder zu diesem Zeitpunkt oft durch Streitigkeiten oder wildes Spielen aufgewühlt sind und erst wieder zu ihrer inneren Ruhe und Stärke finden müssen, bevor sie wieder lernfähig sind.**

## So war die Pause:

Im Klassenzimmer hängt ein Plakat mit Bildkarten zu Stimmungslagen.

Bevor die Kinder nach der Pause ihren Platz einnehmen, können sie ihre Gefühlslage ausdrücken, indem sie ihr Namensschilder an ein Bildsymbol heften. Die Lehrkraft erhält ein schnelles, aktuelles Stimmungsbild und kann darauf situationsgemäß reagieren. Akute und bedrohliche Störungen werden im Klassenverband oder im Einzelgespräch geklärt. So kann einer längerfristigen Störung des Lernbetriebs entgegengewirkt werden.

## Wochenprogramm:

Um die Kinder zu sammeln und zu beruhigen, wird nach jeder Pause eine fest-

stehende, kurze, gemeinsame Aktivität durchgeführt.

## Beispielsweise:

- **Montag:** Partnermassage
- **Dienstag:** Übungen aus dem Kinderyoga
- **Mittwoch:** Lied singen
- **Donnerstag:** Lausch- und Hörübung
- **Freitag:** kurze Geschichte vorlesen

## Stark machen

Um Schüler mit einem guten Gefühl in eine längere unterrichtsfreie Zeit wie Wochenende oder Ferien zu „verabschieden“, wird jedem Schüler eine Karteikarte mit einem Impulssatz wie z. B. „Das kannst du gut“- „Das gefällt mir an dir“- „Das hast du

geschafft“ – „Das wünsch ich dir“ auf den Rücken geklebt. Die Schüler greifen den Impuls auf und schreiben ihren Klassenkameraden einen freundlichen Kommentar auf den Rücken. Diese Starkmacher-Kärtchen gehören anschließend dem jeweiligen Kind und sollen ihm den Rücken stärken.



Abb.: „Stimmungsbarometer“



## Buchtipp

### „Achtsamkeit und Anerkennung“

Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule

Kostenlos zu beziehen über die

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)



Bereits in der Grundschule ist es wichtig, dass die Schüler Verantwortung für die Qualität des sozialen Miteinanders erfahren und lernen, ihre Beziehungen zu anderen achtsam zu gestalten. Das Programm „Achtsamkeit und Anerkennung in der Grundschule“ will Lehrern durch erprobte Anregungen helfen, alltäglich auftretende Probleme zu reduzieren. Der Artikel „Starke Worte“ in diesem Heft stellt den Baustein „Giraffen- und Wolfssprache“ vor.

Folgende weitere Bausteine zur Förderung eines Klimas der Achtsamkeit und Anerkennung, werden angeboten:

- Die klasseninterne Streitschlichtung
- Situationen mit den Augen anderer sehen und so besser verstehen
- Ablehnung und Mobbing
- Schülermitbestimmung von Anfang an
- Schülerfeedback zum Klassenklima
- Elternfeedback zum Klassenklima
- Individuelle Lernfortschritte erfassen und würdigen
- Kollegiale Fallbesprechung

## Literaturverzeichnis

- Badegruber, Bernd: Spiele zum Problemlösen. Band 1: für Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren. Linz 1998
- Blume, Michael: Akrobatik mit Kindern und Jugendlichen in Schule und Verein. Aachen 1997
- Götzinger, Marina/ Kirsch Dieter: Grundschulkindern werden Streitschlichter. Ein Ausbildungsprogramm mit vielen Kopiervorlagen. Mülheim an der Ruhr 2004
- Hund, W.: Es geht auch ohne Worte. Signalkarten für den Unterricht. Mülheim an der Ruhr 1999
- Kleindiek Gerhard : Das TeamPinBoard. [www.teampinboard.de](http://www.teampinboard.de)

- Schunk, Monika: Streitschlichter in der Schule. Praxisbuch für die Ausbildung von Kindermediatoren. München 2005
- Weidner, Margit: Sozialziele-Katalog. Seelze-Velber 2005  
bestellbar im Online-shop:  
[www.soziale-kinder-lernen-besser.de](http://www.soziale-kinder-lernen-besser.de)
- Zwenger- Balink, Brigitte: Komm, wir finden eine Lösung. Training zur Gewaltprävention mit Grundschulkindern. München, Basel 2004
- Petermann, Ulrike/ Petermann, Franz: Lehrereinschätzliste für Sozial- und Lernverhalten; Hogrefe Verlag. Göttingen 2006

### Impressum:

Herausgeber: Staatsinstitut für Schulqualität und Bildungsforschung – München

Redaktion: Dr. Ellen Kunstmann,  
Karl Rauscheder

Autoren: aus Förder- und Grundschulen  
Andreas von Schilde – Ursula Seybold  
Christina Guderian – Nicole Werner  
Pia Polyzsky – Katrin Burghart  
Christopher Schädla – Sabine Freifrau Bock  
v. Wülffingen  
Christine Czap – Christiane Kiefer  
Joachim Schmohel – Stefanie Horinek  
Jürgen Dobias – Beate Eckhardt

Bertina Pannen-Baller  
Gestaltung: Word Wide KG  
Bilder: Rauscheder

Der Rundbrief kann von der Homepage des ISB ([www.isb.bayern.de](http://www.isb.bayern.de)) als Pdf-Datei heruntergeladen oder dort als Newsletter direkt abonniert werden.