nsterschule

„Lubo aus dem All!“

- ➔ Ist ein wissenschaftlich evaluiertes Programm zur Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen im Vorschulalter.
- ➔ Es basiert auf der aktuellen Forschung zur Resilienz und Prävention.
- ➔ Ziel des Programms ist es, Kindern frühzeitig die notwendigen sozial-emotionalen Basiskompetenzen zu vermitteln, um langfristig Verhaltensprobleme zu vermeiden und den Schuleintritt erfolgreich zu bewältigen.

Ziele:

- Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen: Kinder lernen, ihre eigenen Emotionen zu erkennen, zu verstehen und angemessen zu reagieren.
- Stärkung der Resilienz: Kinder entwickeln Fähigkeiten, um Herausforderungen besser zu bewältigen und widerstandsfähiger gegenüber Stress und negativen Erfahrungen zu werden.
- Verbesserung der sozialen Fähigkeiten: Kinder lernen, positive Beziehungen zu Gleichaltrigen und Erwachsenen aufzubauen und zu pflegen.

- **Zielgruppe/Alter:** Vorschule, 1. und 2. Klasse (Im Klassenverband mit der Klassenleitung)
- **Umfang:** 1-2 Schulstunden pro Woche; Start: 1. Klasse (2. Quartal) bis ca. 2. Klasse (2. Halbjahr)
- **Materialien:** Poster, Bildkarten, CD-ROM, Arbeitsheft, Handpuppe "Lubo"
- **Durchführung:** SPFK/Anwesenheit Klassenleitung/Schulsozialarbeiterin

Zeitaufwand: Das Programm ist so gestaltet, dass es sich gut in den Schulalltag integrieren lässt. Die Einheiten sind kurz und regelmäßig, sodass der normale Ablauf nicht gestört wird.

Wirksamkeit: Das Programm basiert auf aktuellen Forschungsergebnissen und wurde wissenschaftlich evaluiert. Es hat sich als wirksam erwiesen, um sozial-emotionale Kompetenzen zu fördern.

Inhalte: Das Programm deckt wichtige Themen wie Resilienz, soziale Fähigkeiten und Emotionen ab. Es wurde speziell für das Alter und die Bedürfnisse der Kinder entwickelt.

Gewaltfreie Kommunikation – Programm von der Wolfssprache zur Giraffensprache

- Was ist Gewaltfreie Kommunikation?
    - Begründer: Marshall B. Rosenberg
    - Grundgedanke: Kommunikation ohne Gewalt – mit Empathie und Verständnis
    - Vier Schritte der GFK:
        - Beobachtung: Was sehen oder hören wir? (ohne Bewertung)
        - Gefühl: Welche Gefühle werden dadurch ausgelöst?
        - Bedürfnis: Welche Bedürfnisse stehen hinter diesen Gefühlen?
        - Bitte: Welche konkrete Handlung wünschen wir uns?
- Die vier Schritte im Detail
    - Beobachtung: Neutrale, konkrete Fakten nennen (z.B. „Wenn du die Schultasche auf dem Boden liegen lässt...“)
    - Gefühl: Eigene Gefühle ausdrücken (z.B. „...fühle ich mich frustriert...“)
    - Bedürfnis: Bedürfnisse hinter den Gefühlen erklären (z.B. „... weil ich Ordnung im Haus brauche.“)
    - Bitte: Konkrete Bitte äußern (z.B. „Könntest du deine Tasche bitte aufräumen?“)
    - Praktische Beispiele
- Vorteile der GFK
    - Verbesserte Beziehungen: Förderung von Verständnis und Kooperation
    - Weniger Konflikte: Deeskalation von Spannungen
    - Emotionale Intelligenz: Kinder lernen, ihre Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken
- Tipps zur Anwendung im Familienalltag
    - Selbstreflexion: Eigene Gefühle und Bedürfnisse bewusst wahrnehmen
    - Aktives Zuhören: Aufmerksam und empathisch zuhören
    - Geduld üben: Veränderung braucht Zeit und Übung
    - Vorbild sein: Kinder lernen durch Nachahmung