



Ziele der Werkstatt:

- Die Indizien der Traurigkeit und der Entmutigung bei anderen beobachten.
- Empathie und Kompetenzen des Miteinanders entwickeln.
- Sich darin üben, andere wohlwollend zu ermutigen.

Was die Kinder davon mitnehmen sollen:

- Jeder erlebt Gefühle in bestimmten Situationen. Man darf wütend werden.
- Jungen können auch traurig sein und ihnen kann auch nach Weinen zumute sein.
- Die Gefühle des Anderen wohlwollend zu empfangen, tut ihm gut.
- Umso ruhiger und präsenter ich bin, desto besser kann ich ihm helfen.

Theoretischer Hintergrund für den Lehrer:

Wenn wir mit Kindern ihre Traurigkeit oder Entmutigung gemeinsam durchleben, können sie uns ihren Schmerz mitteilen und sich weniger allein fühlen. Durch das Zuhören und mithilfe von Erwachsenen lernen sie, ihren Gefühlszustand wohlwollend anzunehmen und sich um sich zu kümmern. Sie erkennen, dass dieser begrenzt ist, dass er nicht allumfassend ist, dass das Leben aus Höhen und Tiefen besteht. Die Erwachsenen und ihre Klassenkameraden helfen ihnen, all ihre Kräfte zu sammeln, um wieder weiterzumachen, Schritt für Schritt, und ihr Bestes zu geben.

Empathie, das heißt zu versuchen, die innere Erfahrung des Anderen zu verstehen und seine Gefühle zu erkennen. Es ist die Grundlage zur Freundschaft. Empathie bei Kindern zu fördern verbessert die gemeinsame Lebensqualität und entwickelt Respekt, Zuhören sowie die Fähigkeit, seine Aufmerksamkeit dem Anderen zu schenken. Diese sozialen und zwischenmenschlichen Fähigkeiten können geübt werden. Sie können den Kindern die passenden Verhalten erklären und sie ihnen vor allem zeigen und sie verkörpern, weil sie zunächst durch Beobachtung und Nachahmung von Erwachsenen lernen. Diese Haltungen können durch „Selbstanweisungen“ sowie in Rollenspielen gelernt werden.

Beschreibung der Werkstatt und der vorgeschlagenen Aktivitäten (muss an das Alter der Kinder angepasst werden)

Begrüßung der Kinder

Vorstellung der Lernziele

Vorführung des Lernfilms

Diskussion: Kinder werden dazu hingeführt, sich über das zu äußern, was sie gesehen haben und ihnen in Erinnerung geblieben ist. 20 bis 30 min.

Fragen zum Thema, um mit den Kindern über den Film zu sprechen:

1. Was passiert im Film?
2. Was empfinden die Figuren?
3. Was denken sie?
4. Wie reagieren sie?
5. Was machen sie?

Aktivitäten – Werkstatt 8

Wie helfe ich meinem Freund/meiner Freundin, mit seiner/ihrer Traurigkeit oder Entmutigung umzugehen?

Einige traurige Situationen (Arbeitsblatt 8A)

5 bis 10 Min.

Indem die Kinder an einige Situationen denken, die sie bereits selbst erlebt haben, werden sie sich ihrer durchlebten Gefühle bewusst und der Gefühle der Anderen, sie erinnern sich an die Hilfe, die sie bekommen haben oder die sie angeboten haben. Sich gegenseitig zu helfen ist möglich und willkommen.

Nachdem Sie mit den Kindern einige Situationen gefunden haben, in denen jemand traurig oder entmutigt ist, können Sie mit ihnen über ihre Gefühle sprechen (mit der Blume der Gefühle oder dem Entmutigungsthermometer) und möglichen Hilfsmitteln.

Meinem Freund/meiner Freundin helfen, der/die traurig ist... (Arbeitsblatt 8B)

10 Min.

In dieser Übung stellen sich die Kinder zunächst selbst ein paar Fragen, bevor sie zu ihrem traurigen Freund/ihrer traurigen Freundin gehen. Achtung: Es ist keine Pflicht, hinzugehen... Aber die Vorschläge auf dem Arbeitsblatt könnten das Kind dahingehend ermutigen. Der Rettungsring dient als visuelle Merkhilfe (evtl. ausschneiden) und sammelt einige Fragen und Möglichkeiten, um Schüler in ihren zwischenmenschlichen Fähigkeiten zu üben. Die kleinen Rettungsringe können als Hilfestellungen angeboten werden.

Rollenspiele und Sketche (Arbeitsblatt 8C)

20 Min.

Wählen Sie dann eine der erzählten Situationen oder auf dem Arbeitsblatt aus und teilen Sie die Kinder in Dreiergruppen ein. Kind **A** spielt die Rolle des Entmutigten und Kind **B** ist der- oder diejenige, die ihre Hilfe anbieten. Ein drittes Kind wird die Rolle des Beobachters **C** spielen. Die Aufgabe von **C** ist es, wie ein Regisseur oder eine Kamera die Indizien der Gefühle zu beobachten, den Sätzen der beiden anderen gut zuzuhören, etc... **C** darf während des Rollenspiels nichts sagen.

Alle Gruppen spielen ihre Situation gleichzeitig zu dritt durch, um den Stress, vor anderen spielen zu müssen, möglichst gering zu halten. Das Rollenspiel darf nicht zu lange dauern. Schlagen Sie nach ein paar Repliken eine Besprechung darüber vor, was sich in jeder Gruppe abgespielt hat und wie die Gefühlsintensität verringert werden konnte. Schlagen Sie den Kindern dann vor, die Rollen zu tauschen. Und dann gibt es wieder eine Besprechung...

Geschichte: Das taube Fröschlein (Arbeitsblatt 8D)

20 bis 30 Min.

Eine kleine Geschichte über Durchhaltevermögen trotz Schwierigkeiten und Entmutigung, die den Kindern erzählt werden kann, um eine Gruppendiskussion darüber einzuleiten.

Ermutigen und Komplimente machen (Arbeitsblatt 8E)

20 Min.

Mit dieser Übung können die Kinder sich in Freundlichkeit üben, positive Dinge zu sagen und aufrichtige Komplimente zu geben, die den anderen ermutigen. Die Übung kann mündlich im Kreis gemacht werden, mit einem Ball, als Start in den Tag, oder mit Haftnotizen oder Aufklebern voller positiver Charaktereigenschaften und Fähigkeiten, die ausgeschnitten und verschenkt werden können. Das wichtigste ist, dass jedes Kind sie verschenken und erhalten kann, mit Respekt und Wohlwollen.

Abschluss

Schließen Sie die Stunde mit einem Rückblick ab (was habt ihr euch gemerkt, verstanden, ...).

Schlagen Sie ihnen vor, eine Entscheidung zu treffen, die sie der Gruppe vorstellen.

Jedes Kind trifft eine Entscheidung: „Ich entscheide, dass ich...“, „Ich werde...“