

Handout Ich, Du, Wir

Das soziale Kompetenztraining nach Petermann bezieht andere sozialkognitive Konzepte, Programme und erprobte Übungen mit ein und verzahnt sich deutlicher mit schulspezifischen Begebenheiten Hamburger Schulen.

Das Training beinhaltet 21 Sitzungen (Mittwoch 1.-2. Stunde mit Frühstückspause)

> Zielgruppe sind aggressive Kinder, die aber gemeinsam mit einigen sozialkompetenten Kindern am Training teilnehmen (insgesamt 8).

> Das Training unterstützt die Kinder in der Entwicklung sozial-emotionaler Kompetenzen.

Folgende soziale und emotionale Fähigkeiten und Fertigkeiten werden gestärkt:

- Genaue Wahrnehmung
- Erkennen von Gefühlen
- Ausdrücken von Gefühlen
- Einfühlungsvermögen (Empathie)
- Kommunikation
- Kooperation
- Selbstkontrolle
- Selbststeuerung
- Realistische Selbsteinschätzung
- Rationale Konfliktlösung

Folgende soziale Einstellungen und Werte werden vermittelt:

- Respektieren jeder Person
- Würde jedes Menschen achten
- Gegenseitige Abhängigkeit aller Menschen
- Die Menschen sind gleich und verschieden
- Alle Menschen haben die gleichen Rechte

Der Ablauf jeder Trainingssitzung ist ritualisiert:

1. Einleitungsphase
 - > Begrüßungsspiel (Warming Up)
 - > Wie fühlt ihr euch? (Ampelkarten)
 - > Thema der Sitzung bekannt geben

2. Regelphase
 - > Einführung von Verhaltensregeln (Klassenregeln)
 - > Regel des Tages bestimmen

3. Arbeitsphase
 - > Thematische Arbeit an einem Modul des Trainings
 - > Auswertung und Transfer

4. Entspannungsphase
 - > Entspannungsverfahren nach Wahl (Musik, kurze Traumreise etc.)

5. Abschlussphase
 - > Haben wir die Regeln eingehalten?
 - > Wie war es heute?
 - > Was habe ich gelernt?
 - > Abschlusspiel
 - > Token-Vergabe