Der Sprung ins kalte Wasser – Schwimmtraining mit Life-Skills-Programmen

Ellen Wilms

Co-Leiterin im Kompetenzteam Münster

Life-Skills-Trainerin

Gestaltpädagogin

Kompetenzteams NRW
Münster

Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen
NRW.

Life-Skills-Programme
= Gesundheitsförderung durch sozial-emotionales Lernen

Grundschule

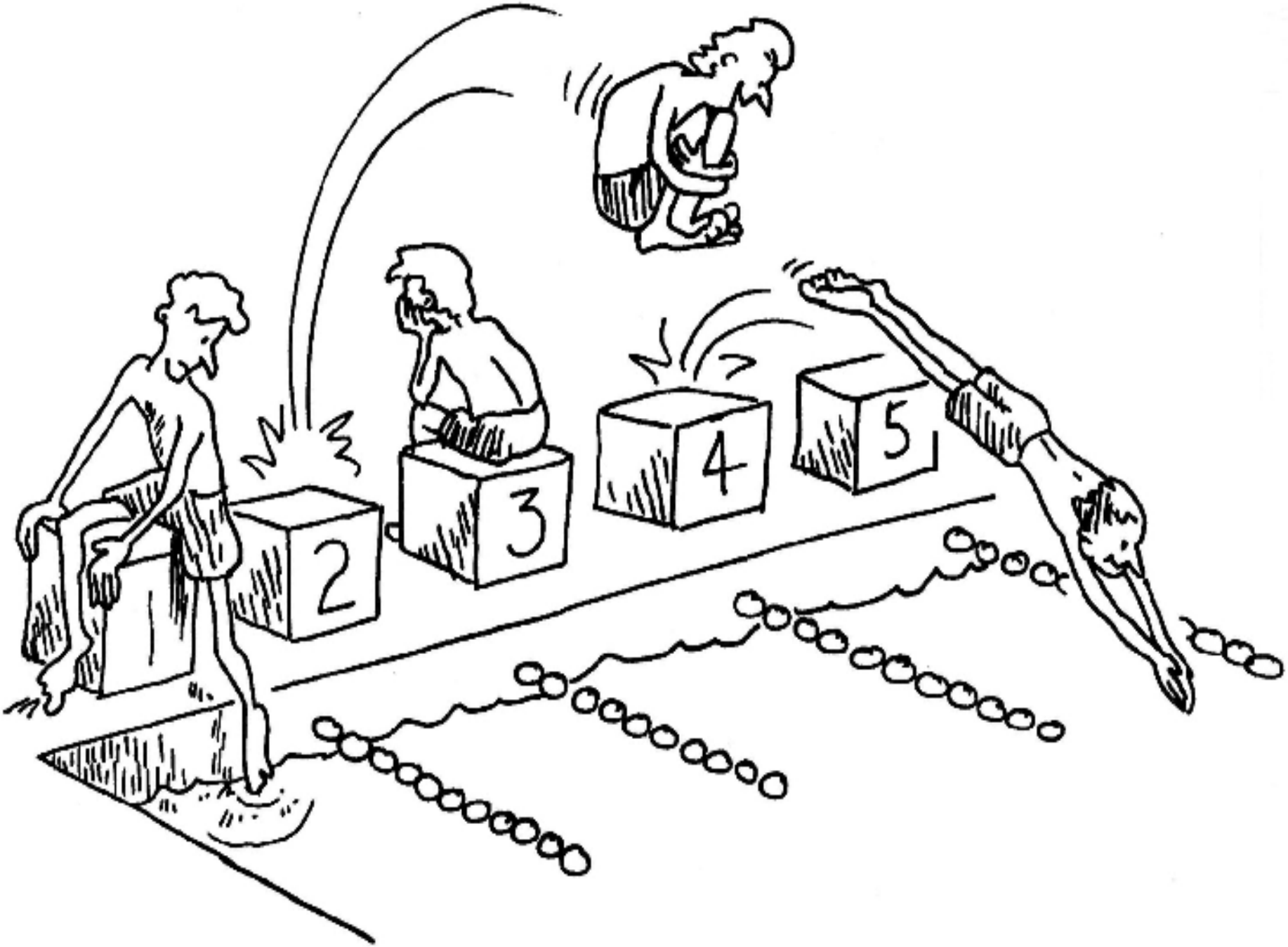
„TEAMGEISTER“,

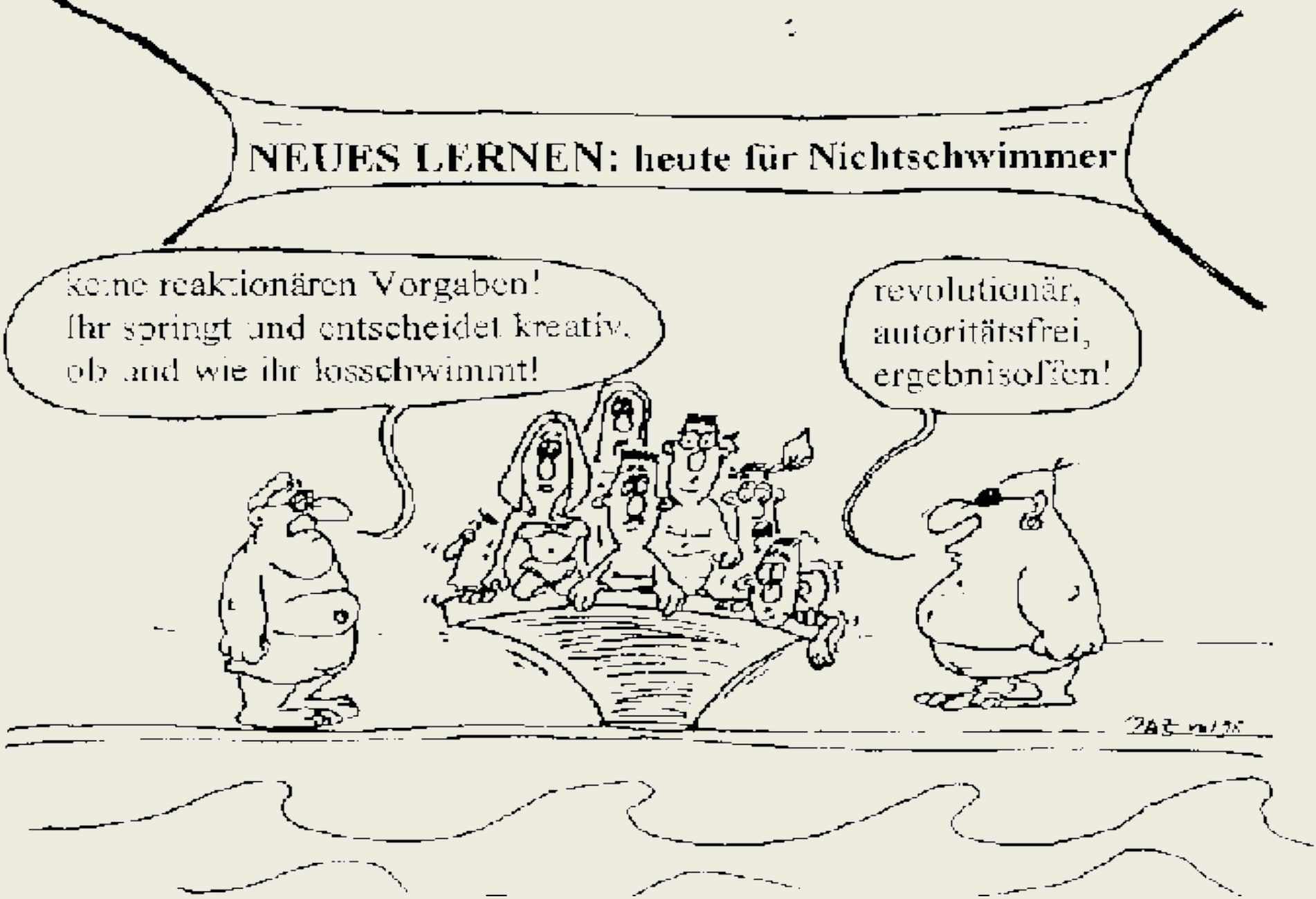
VPM-Verlag

Weiterführende Schulen

Lions-Quest-Programm

„ERWACHSEN WERDEN“


2
3
4
5


NEUES LERNEN: heute für Nichtschwimmer
keine reaktionären Vorgaben!
Ihr springt und entscheidet kreativ,
ob und wie ihr kosschwimmt!
revolutionär,
autoritätsfrei,
ergebnisoffen!

Denk- und Austauschphase
- erst allein, dann zu zweit oder dritt -

Stellen Sie sich vor, Sie werden zum nächsten Halbjahr an eine andere Schule versetzt.

- Welchen Herausforderungen werden Sie in dieser Situation begegnen?
- Was könnte Ihnen helfen, diesen Wechsel möglichst gut zu bewältigen?

Bitte denken Sie in verschiedenen Richtungen:

- Welche Erfahrungen / Kompetenzen helfen Ihnen?
- Wie wünschen Sie sich, dass das neue System und die neuen Kolleginnen und Kollegen Ihnen begegnen?
- Wer oder was kann Sie noch unterstützen?...

Kohärenzgefühl (sense of coherence)

bezeichnet, wie stark man grundsätzlich und doch dynamisch Vertrauen hat,…

1. dass die Stimuli aus der inneren und äußeren Umgebung im Verlauf des Lebens strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind.
2. dass man über Ressourcen verfügt, mit den Anforderungen des Lebens umzugehen.
3. dass die Anforderungen Herausforderungen sind, für die es sich lohnt, sich anzustrengen und zu engagieren.

Komponenten des Kohärenzgefühls

nach Aaron Antonovsky (1923-1994)

- Verstehbarkeit, Erklärbarkeit (sense of comprehensibility)
- Handhabbarkeit, Möglichkeit der Bewältigung

  (sense of manageability)
- Sinnhaftigkeit, Bedeutsamkeit

  (sense of meaningfulness)

Motivation
ist die Konzentration
auf ein lohnenswertes
Ziel.

Pubertät

Aufstehen, Max!
Du verschläfst am
Ende noch die ganze
Pubertät.

Bei dir beginnt jetzt
die Adoleszenz!
Echt? Kriegen Haupt-
schüler so 'was auch?

Soziales und emotionales Lernen (SEL)

... ist ein Prozess, in dem Kinder und Erwachsene wesentliche soziale und emotionale Kompetenzen, Kenntnisse und Einstellungen entwickeln:

eigene Gefühle und Werte, Stärken und Grenzen erkennen

mit seinen Gefühlen angemessen umgehen und sein Verhalten steuern, um seine Ziele zu erreichen

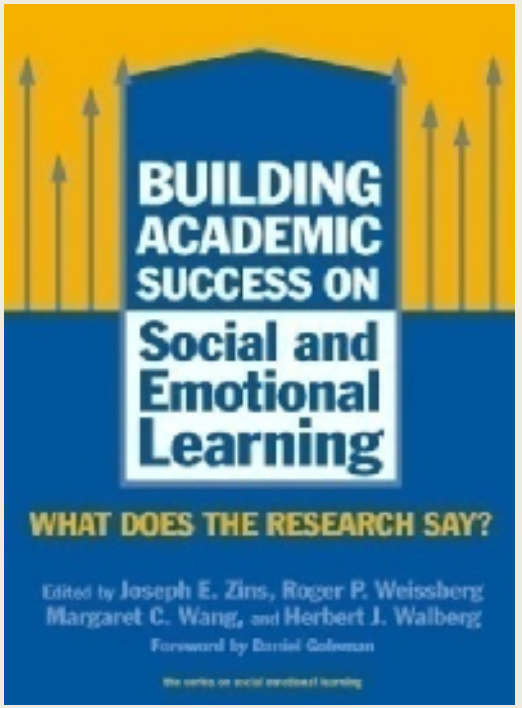
hinsichtlich des persönlichen und sozialen Verhaltens eine wertorientierte, konstruktive Wahl treffen

Verständnis und Empathie für andere zeigen

positive Beziehungen gestalten, in Teams arbeiten, mit Konflikten konstruktiv umgehen

Warum die sozialen und emotionalen Kompetenzen fördern?

Schülerinnen und Schüler, die SEL-Unterricht erhalten,



- fühlen sich ihren Lehrerinnen und Lehrern und der Schule stärker verbunden
- lernen mit mehr Motivation und Engagement
- zeigen besseres Benehmen und weniger Verhaltensauffälligkeiten
- erzielen bessere Ergebnisse in Leistungsmessungen und bekommen bessere Noten

Quelle: Zins, Weissberg, Wang, & Walberg (2004). Building Academic Success on Social and Emotional Learning (SEL): What Does the Research Say?

Wie lassen sich soziale und emotionale Kompetenzen fördern?

sichere Lernumgebung

sichere, wohlstrukturierte, bedürfnis-orientierte Lernumgebungen schaffen

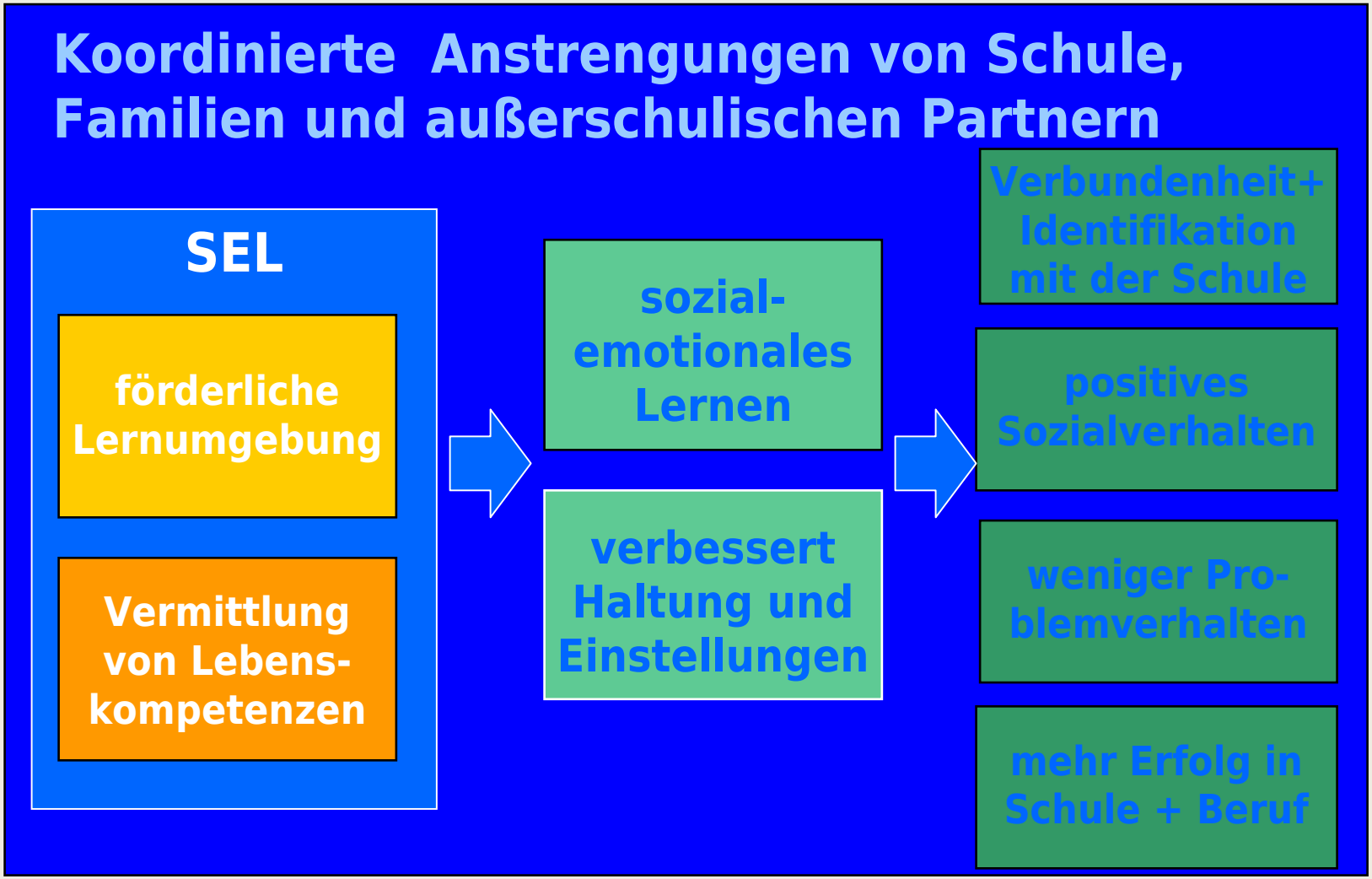
Entwicklung von Kompetenzen

spezifische Vermittlung von sozialen und emotionalen Kompetenzen an alle Schülerinnen und Schüler

www.casel.org

Mit SozialEmotionalemLernen den Schulerfolg fördern

siehe auch www.casel.org



Kompetenzteams NRW
Münster

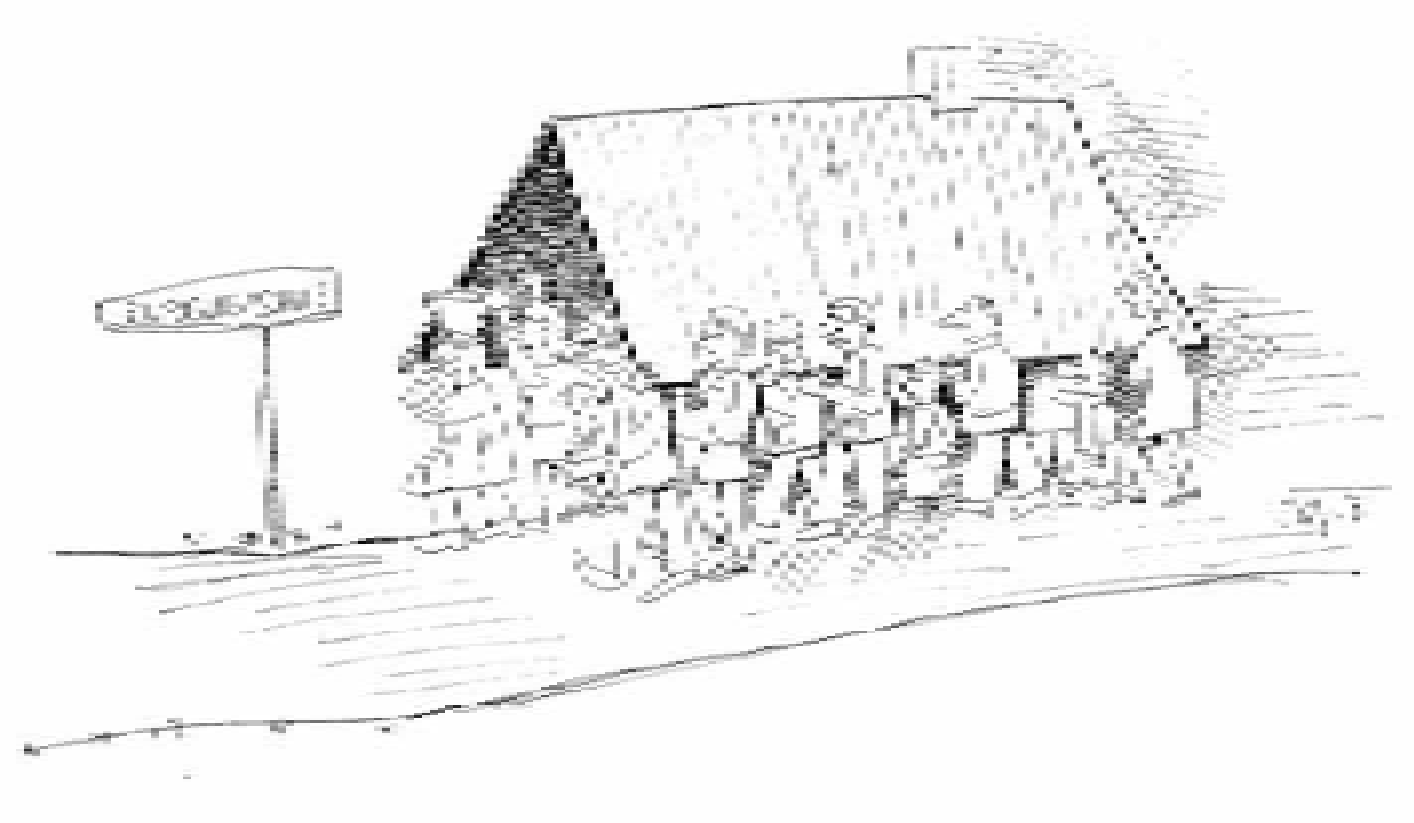
Quelle: Vortrag Wilms

Analyse von CASEL: Bedingungen der Wirksamkeit von SEL

- nachweislich wirksames Programm (Inhalte, Methoden)
- spezifischer, regelmäßiger Unterricht (wenigstens einmal wöchentlich)
- aktive Vermittlung durch Lehrkraft (Modell)
- stetige Fortbildung der pädagogischen Kräfte
- Integration in alle Bereiche des Schullebens (Regeln, Konzepte, Unterricht und außerunterrichtliche Aktivitäten)
- Förderung der Kooperation von Schule, Familien und Partnern aus dem schulischen Umfeld

Quelle: www.casel.org

Wenn Schulen aufbrechen, dürfen Lehrer nicht zusammenbrechen.



Was kann die Arbeit im Sinne von SEL den Schulen einbringen?

- ein verbessertes Schulklima
- sozial und emotional kompetentere Schüler/innen
- pädagogische Professionalisierung der Lehrer/innen
- höhere Arbeitszufriedenheit der Kolleg/innen
- verbesserte Kommunikationsstrukturen
- mehr pädagogische Teamarbeit statt Einzelkämpfertum
- Impulse für die Lernkulturen auch in den Fächern
- klarere Werteorientierung von Aktivitäten in Richtung Lebenskompetenz- und Gesundheitsförderung
- verstärkte Kooperation mit Eltern und außerschulischen Partnern
- Impulse für die Leitbildentwicklung und die Ausgestaltung des Schulprogramms

Lebenskompetenzen (nach WHO)

Selbstwahrnehmung

Umgang mit Gefühlen

Empathie

Kommunikative Kompetenz

Beziehungskompetenz

Entscheidungskompetenz

Kritisches Denken

Kreatives Denken

Problemlösekompetenz

Stressbewältigung

(Ottawa-Charta 1986)

Die Themen der TEAMGEISTER

1. Gemeinschaft
2. Kommunikation
3. Selbstvertrauen
4. Gefühle
5. Familie
6. Freunde
7. Verschiedenheit
8. Gesundheit
9. Entscheidungen

Arbeitshefte für das 1./2. und 3./4. Schuljahr,
Handreichungen für Lehrerinnen und Lehrer,
VPM / Lernbuchverlag 2009 – www.teamgeister-gs.de

ERWACHSEN WERDEN: die Themen

1. Meine Klasse
2. Stärkung des Selbstvertrauens
3. Mit Gefühlen umgehen
4. Die Beziehung zu meinen Freunden
5. Mein Zuhause
6. Ich entscheide für mich selbst
7. Ich weiß, was ich will

(Träger: Lions-Quest im Hilfswerk der Deutschen Lions e. V.,
3. deutsche Ausgabe 2007, zuerst 1997 – www.lions-quest.de)

Gesundheitsförderung mit EW

Förderung körperlicher Gesundheit
(Verzicht auf Suchtmittel, Gewalt, Risikoverhalten, Förderung von Genussfähigkeit,…)

Förderung sozialer Gesundheit
(Kontakt, Kommunikation, Erfahrungsaustausch, Respekt, Empathie,…)

Förderung psychischer Gesundheit
(Vertrauen, Akzeptanz, emotionale Sicherheit, Umgang mit Gefühlen, Freundschaften,…)

Übergang als Brücke

- Kooperation zwischen Grundschulen und weiterführenden Schulen am Ort (bzw. Kindergarten – Grundschulen, Sekundarstufe I – SII): Austausch, Hospitationen, Arbeitskreise, Abstimmung pädagogischer Fragen (z. B. Gesundheitsförderung, Lebenskompetenzerziehung, Werte und Regeln des Schullebens)
- Kooperation mit den Eltern
- Kooperation mit Beratungsstellen
- Kooperation mit Einrichtungen der Jugendhilfe
- Kooperation mit Unternehmen
- usw.

Angebote der Lehrerfortbildung in NRW

Kompetenzteam für die Stadt Münster:

- Angebote zum Thema Übergang, zum sozial-emotionalen Lernen, zur Werteerziehung, zum Buddy-Programm etc.

Kompetenzteams im RP Münster:

- Praxisbegleitung zum Lions-Quest-Programm „Erwachsen werden“, demnächst Begleitung zum Buddy-Programm u. ä.

Angebote freier Träger, z. B.:

- Unfallkasse NRW (z. B. Teamgeister, Mind Matters)
- Hilfswerk der Deutschen Lions / Lions-Quest-Einführungsseminare
- u. v. a. m.

Kompetenzteams NRW
Münster

Lust auf praktische Beispiele, Einblicke ins Material und Diskussion?

… dies gibt‘s im Workshop am Nachmittag!

Herzlichen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!

Für weitere Informationen:

muenster@kt.nrw.de

www.teamgeister-gs.de

www.lions-quest.de

kontakt@teamgeister-gs.de

lions-quest@gmx.de

Kompetenzteams NRW
Münster

Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen
NRW.