**Elbkinder** GBS Ballerstaedtweg 1 22337 Hamburg

**KITA Rübenkamp 123**
GBS Ballerstaedtweg 1
22337 Hamburg
www.elbkinder-kitas.de

Telefon: 040 27 15 77 35
Telefax: 040 27 15 77 36
M.Koeller@elbkinder-kitas.de

November 2020, bestätigt September 2026

# Ich- und Sozialkompetenztraining der Zielgruppe Vorschulkinder bis Viertklässler:innen

## 1. Situationsanalyse

Bei der Erziehung und Bildung von Kindern geht es immer um deren Zukunft. Wir wollen ihnen diejenigen Kenntnisse und Fertigkeiten mitgeben, die sie benötigen, damit sie später erfolgreich sein, positive Beziehungen zu anderen Menschen aufbauen und ihr persönliches Glück finden können.

Um dieses Ziel zu erreichen, stellen wir uns folgende Fragen: In was für einer Welt werden unsere Kinder zurechtkommen müssen? Mit welchen Herausforderungen werden sie dann konfrontiert werden? Wie können wir unsere Kinder fit für die Zukunft machen? Was benötigen sie an Kenntnissen und Fertigkeiten, um beruflich und privat erfolgreich sein zu können?

Lernmethodische Fähigkeiten zu erwerben, um relevante Informationen zu finden, bewerten und kreativ nutzen zu können, gewinnt zunehmend und erheblich an Bedeutung. Nur so wird die Grundlage für lebenslanges Lernen in der Gesellschaft gelegt. Die Fähigkeiten, analytisch und schnell auf unerwartete Probleme reagieren zu können, geistig wendig und kreativ, medienkompetent, kommunikativ und leistungsbereit, selbstbewusst und belastbar, resilient, emphatisch und optimistisch, mutig, geduldig und neugierig, ambiguitätstolerant und flexibel zu sein, aber auch umwelt- und gesundheitsbewusst zu sein, sind mentale Kompetenzen, die unsere Kinder für die Zukunft brauchen.

## 2. Ziele

Um Kinder in ihrer sozialen und individuellen Entwicklung zu unterstützen, will das regelmäßige Sozialtraining persönliche und gemeinschaftliche Problemlagen vorbeugen. Es interveniert, wenn möglich, schon bevor ein Problem große Ausmaße annimmt. Unser Ziel hierbei ist, Ursachen, die spätere Störungen, Spannungszustände oder Beeinträchtigungen im Lernverhalten und Gruppengeschehen auslösen könnten, zu erkennen, zu beseitigen oder positiv zu beeinflussen. Die mentalen Kompetenzen, wie Konfliktfähigkeit, Frustrationstoleranz, Teamfähigkeit, Kritikfähigkeit und Kommunikationsfähigkeit gilt es zu fördern. Gruppen- und Regelspiele bieten für Kinder ein Lernfeld, in dem sie in allen relevanten Bereichen ihre Persönlichkeit entwickeln können.

Das angeleitete Kompetenztraining fördert die Fähigkeiten, die ein Kind im alltäglichen Leben, im Lernen, in Gruppen, im Umgang mit anderen Menschen und im Umgang mit Sachen braucht.

## 3. Qualifikation und Zuständigkeiten

Soziales und emotionales Kompetenztraining wird von qualifizierten ErzieherInnen, die Bezugserzieher*Innen ihrer jeweiligen Gruppen sind, durchgeführt. Durch gezielte Beobachtungen des Gruppenverhaltens und des einzelnen Schülers können die ErzieherInnen die Auswahl der Angebote und pädagogischen Interventionen beurteilen. Die emotionale und soziale Bildung des Kindes ist ein wesentlicher Bestandteil der pädagogischen Ausbildung der ErzieherInnen. Diese Fachkompetenz setzen die ErzieherInnen mittels ganzheitlicher Lernangebote ein. Mit regelmäßigen Fortbildungen wird dieses Wissen aufgefrischt und erweitert.

Aus den Fachliteraturen[1] hat das ErzieherInnen-Team des jeweiligen Jahrganges einen Katalog mit Arbeitsmaterialien und Angeboten zusammengestellt, die jeden Verlauf und Zielsetzungen der einzelnen Trainingseinheiten beschreiben.

## 4. Durchführung

Das emotionale und soziale Kompetenztraining durch ganzheitliches Lernen ist eine handlungsorientierte Methode, in denen Kinder vor physische, psychische und soziale Herausforderungen gestellt werden, die sie in ihrer Persönlichkeitsentwicklung fördern und sie dazu befähigen, ihre Lebenswelt verantwortlich zu gestalten. Während der **gesamten Grundschulzeit** muss ein Schulkind viele Entwicklungsaufgaben meistern, in denen wir es unterstützen und fördern wollen. Dabei konzentrieren wir uns bei den Vorschülern und den 1.Klässlern auf die Förderung der Wahrnehmung des physischen und psychischen **Ich**; erweitern die Sicht des Kindes auf das **Du** im Verlaufe der 2. Klasse, um es zum **Du + Ich** verbinden zu können. In Trainingseinheiten für die Gruppenstärkung in der 3. Klasse weiten die Pädagogen diese Kompetenzen zum **Wir** aus. Das aus diesen Erfahrungen gestärkte Kind wird sich sicher in seiner Rolle und auch in seiner Gruppe fühlen. Es wird in der 4. Klasse nun wieder den Fokus auf das **Ich** legen, damit Verantwortungs- und Selbstwertgefühl wachsen. Das Kind soll mutig, neugierig und zuversichtlich die Grundschule verlassen wollen, um die Herausforderungen einer neuen Gemeinschaft zu meistern.

[1] http://www.labbe.de/spielotti
Persen Verlag: 101 Spiele zur Stärkung des Selbstwertgefühls
80 Ideen zur Förderung der Ich-Stärke und Sozialkompetenz
Verlag an der Ruhr: Respektvoll miteinander sprechen . Konflikte vorbeugen
Verlag: hogrefe: Verhaltenstraining für Schulanfänger (für 1.und 2.Klasse)
Verlag hogrefe: Verhaltenstraining für Grundschüler (für 3. und 4.Klasse)

4.1. VSK

Das Angebot ist verbindlich und wird 1 Mal wöchentlich während der Hamburger Schulwochen durchgeführt. Alle Kinder des Gruppenverbandes nehmen an dem Angebot teil, welches spielerisch gestaltet wird. **Die Angebotseinheit wird einen Zeitumfang von 15-30 Minuten haben.**

Folgende Trainingsschwerpunkte werden für diese Gruppe gesetzt:

- Kennenlernen (spielerisches Namen lernen; Hobbys, Vorlieben erfahren, Gemeinsamkeiten und Unterschiede entdecken) – für ca. 7 Wochen
- Den eigenen Körper wahrnehmen und bewusstwerden (Hand- Fußabdruck, Körperumrisse malen, sich im Spiegel betrachten und sich porträtieren) – für ca. 7 Wochen
- Eigenwahrnehmungen (Sinnespfade, Federn, Pinsel, Bürsten, Igelball u.v.m., Tasten) – für ca. 4 Wochen
- Nähe – Distanz (spielerisch Grenzen erfahren- und setzen lernen, Unterschiede wahrnehmen und akzeptieren, „Stopp-Spiel“, „Ballon in der Luft“, „Ballon im Kreis“ usw.) – für ca. 10 Wochen
- Gefühle erkennen und benennen lernen (z.B. „Gefühlewürfel“, „Stille Post mit Pantomime“, „Gefühlsplanet“, „Gefühlsmemory“ usw.) – für ca. 12 Wochen

4.2. Jahrgang 1

Das Angebot ist verbindlich und wird 1 Mal wöchentlich in einer Hausaufgabenzeit in den Hamburger Schulwochen durchgeführt. Alle Kinder des Klassenverbandes, die in der GBS-Betreuung angemeldet sind, nehmen an dem Training teil, welches spielerisch gestaltet wird. **Die Angebotseinheit wird einen Zeitumfang von 25-30 Minuten haben.**

Folgende Trainingsschwerpunkte werden für diese Gruppe gesetzt, die sich mit denen der VSK angleichen, vertieft und ergänzt werden:

- Kennenlernen (spielerisches Namen lernen; Hobbys, Vorlieben erfahren, Gemeinsamkeiten und Unterschiede entdecken) – für ca. 4 Wochen
- Kooperationsspiele (Aufgaben spielerisch lösen, die nur in der Gruppe gelöst werden können. Z.B. „Eisschollen zum Festland“, „Fliegender Teppich“ usw.) – für ca. 6 Wochen
- Den eigenen Körper wahrnehmen und bewusstwerden (Hand- Fußabdruck, Körperumrisse malen, sich im Spiegel betrachten und sich porträtieren) – für ca. 4 Wochen

- Eigenwahrnehmungen (Sinnespfade, Federn, Pinsel, Bürsten, Igelball u.v.m., Tasten) – für ca. 4 Wochen
- Nähe – Distanz (spielerisch Grenzen erfahren- und setzen lernen, Unterschiede wahrnehmen und akzeptieren, z.B. „Stopp-Spiel“, „Ballon in der Luft“, „Ballon im Kreis“, usw.) – für ca. 10 Wochen
- Gefühle erkennen und benennen lernen (z.B. „Gefühlewürfel“, „Stille Post mit Pantomime“, „Gefühlsplanet“, „Gefühlsmemory“ usw.) – für ca. 12 Wochen

### 4.3. Jahrgang 2

Die Giraffensprache wird als **gewaltfreie Kommunikation** (GFK) nach dem amerikanischen Psychologen Marshall B. Rosenberg eingeführt. Das Angebot ist verbindlich und wird 1 Mal wöchentlich in einer Hausaufgabenzeit in den Hamburger Schulwochen durchgeführt. Alle Kinder des Klassenverbandes, die in der GBS-Betreuung angemeldet sind, nehmen an dem Training teil, welches bildnerisch kreativ, bewegungsaktiv und kommunikativ gestaltet wird. **Jede Angebotseinheit wird einen Zeitumfang von 25-30 Minuten haben**. In 40 Schulwochen werden alle 10 Module durchgeführt. Die Erzieh*innen füllen die Angebotsinhalte für die o.g. Module aus dem Handbuch von E. und S. Schöllmann aus. Die jeweiligen Module werden inhaltlich mit den pädagogischen Aktivitäten zum Kompetenztraining aus dem Angebotskatalog ergänzt.

Die Trainingseinheiten sind in 10 Module gegliedert:

- Modul 1: „Wir lernen Giraffe und Wolf kennen“
- Modul 2: „Wir werden zum Wolf und zur Giraffe“
- Modul 3: „Wir lernen Giraffen- und Wolfssprache“
- Modul 4: „Wir lernen, Gefühle auszudrücken“
- Modul 5: „Wir reden über Gefühle“
- Modul 6: „Unsere Gefühle und Bedürfnisse stehen in Verbindung“
- Modul 7: „Unsere Bedürfnisse, die Schlüssel zur Konfliktlösung“
- Modul 8: „Schritt für Schritt Konflikte lösen“
- Modul 9: „Wir äußern Wünsche und Bitten“
- Modul 10: „Wir sagen Danke“

## 4.4. Jahrgang 3

Das Angebot ist verbindlich und wird **1 Mal wöchentlich in der Klassenteamstunde** in den Hamburger Schulwochen durchgeführt. Alle Kinder des Klassenverbandes nehmen an dem Training teil, welches hauptsächlich spielerisch und kommunikativ gestaltet wird. Der Fokus des Kompetenztrainings liegt in der Gruppenstärkung und in der Kooperation. **Die Angebotseinheit wird einen Zeitumfang von 25-30 Minuten haben.**

Folgende Trainingsschwerpunkte werden für diese Gruppe gesetzt:

- Gemeinsamkeiten und Unterschiede entdecken, (z.B. nach Größe von klein zu groß, Haarfarbe von hell zu dunkel, aufstellen ohne zu sprechen; stille Post mit Mimik und/oder Gestik; Spiele mit Beobachten und /oder Zuhören zur Schulung der Konzentration und Wahrnehmungen u.v.m.) –

  für ca. 8 Wochen
- Vertrauen und Beziehungen pflegen, Soziogramm (z.B. blind über einen Pfad führen mit oder ohne Körperkontakt; Spiele, in denen Kinder für die Lösung paarweise oder in Kleinstgruppen aufeinander angewiesen sind) –

  für ca. 12 Wochen
- Kooperationsspiele (Aufgaben spielerisch lösen, die nur in der Gruppe gelöst werden können. Z.B. „Eisschollen zum Festland“, „Fliegender Teppich“, „Ballon in der Luft“, „Tennisball-Ballance“, „Durch den Reifen“, „Karottenziehen“, „Gordischer Knoten“ usw.) –

  für ca. 20 Wochen

## 4.5. Jahrgang 4

Das Angebot ist verbindlich und wird **1 Mal wöchentlich in der Klassenteamstunde** in den Hamburger Schulwochen durchgeführt. Alle Kinder des Klassenverbandes nehmen an dem Training teil, welches hauptsächlich spielerisch und kommunikativ gestaltet wird. Der Fokus des Kompetenztrainings liegt neben der Gruppenstärkung auch bei der Stärkung des Selbstwertgefühls**. Die Angebotseinheit wird einen Zeitumfang von 25-30 Minuten haben.**

Folgende Trainingsschwerpunkte werden für diese Gruppe gesetzt:

- Eigenwahrnehmung (mittels Bewegungs-, Geschicklichkeits- und Konzentrationsspiele herausfinden, was ich schon gut kann, was kann ich bei anderen anerkennen; z.B. „Warme-Dusche“; Lob- und Kritik geben und annehmen lernen – Giraffensprache)
- Selbstwertgefühl positiv stärken (z.B. „Tiererfinder“,“ Bandwurmsätze“, „Fantasievolles Namensspiel mit Indianer- und Künstlernamen“, Raterunden mit „Ich kann was, was Du nicht kannst.“)

**Evaluation und Dokumentation**

Teil und Abschluss eines jeden Angebots wird die Reflexion sein, in der sowohl die Kinder als auch der Erzieher, den Erfolg oder auch ggf. Misserfolg besprechen werden. Was ist schon gut gelungen?, was ist noch schwer gefallen?, was können wir daraus lernen?, wie hat jeder einzelne sich gefühlt, wie geht es ihm in der Gruppe?, hat es Spaß gemacht? Alle diese Fragen sollen im anschließenden Reflexionsgespräch beantwortet werden mit dem Ausblick auf die kommende Aufgabe. Diese Ergebnisse werden in den regelmäßigen Kooperationszeiten dem Klassenlehrer mitgeteilt, um die Gruppendynamik, Fortschritte und Erkenntnisse zur Persönlichkeitsentwicklung der Kinder zu besprechen.

Jedes durchzuführende Angebot wird dem zugehörigen Modul bzw. Kompetenz-Schwerpunkt zugeordnet und inhaltlich im Klassenbuch und in den Dokumentationsbögen erfasst. Das Kind erhält eine Einschätzung der Erzieher*Innen für seine Mitarbeit. Gleichzeitig wird das Gruppenverhalten in der Angebotsphase dokumentiert. Erkennbare Veränderungen sowohl bei dem einzelnen Kind als auch in der Gruppendynamik werden so deutlich. (Siehe Beispiel, Anlage 1)

**Schlusswort**

Kinder, die zunehmend ein positives Selbstbild entwickelt haben, können tolerant kulturelle Unterschiede annehmen. Sie können sich gegenüber ihren eigenen Schwächen toleranter und damit auch sich gegenüber den Schwächen ihrer Mitmenschen emphatisch zeigen. Dazu gehört ebenso das wohlwollende Anerkennen sowohl eigener Stärken als auch die Talente anderer Menschen. Konflikte können zufriedenstellender gelöst werden. In vielen Situationen können Konflikte sogar durch die erworbene Akzeptanz von verschiedenen Meinungen vermieden werden. Erfolgserlebnisse aus den pädagogischen Angeboten des Sozialkompetenztrainings verlangen den Akteuren Teamarbeit, Mut, Hilfsbereitschaft, Kreativität, Ausdauer, Konzentration und Rücksicht ab. Das Training unterstützt daher Kinder nicht nur in ihren Entwicklungsaufgaben während der Grundschulzeit, sondern auch in ihrer Lernfreude, neugierig und zuversichtlich sich neuen Herausforderungen zu stellen.

Das GBS Team am Ballerstaedtweg