

Faustlos

Im letzten Jahr haben wir mit dem Programm Fäustling im Rahmen unseres Jahresthemas begonnen. Hierbei handelt es sich um eine achtsamkeits-basierte Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen von Kleinkindern.

Mit Finger- und Bewegungsspielen, Bastelideen, kleinen Handpüppchen und Geschichte wurden die folgenden Themen gemeinsam erarbeitet und sich damit auf kindgemäße Art auseinandergesetzt und viel Neues kennen gelernt:

- Mein Körper
- „Schau genau hin“
- „Hör genau hin“
- Ruhe und Stille
- Freude
- Traurigkeit



Hier sind ein paar Beispiele zur Umsetzung der Themen:

Fingerspiel zum Thema Ruhe und Stille:

„Das kleine Häschen Löffelohr

Schaut hinter einem Kohlblatt vor.

Die Ohren wackeln, dass ihr's wisst,

wie es grad vom Kohlblatt frisst.

Und wenn wir still sind und nicht plappern,

dann hören wir das Häschen knabbern.

Doch ziehen wir das Blatt beiseite,

dann sucht das Häschen schnell das Weite.“ (Fäustling Wochenprojekte, Schick, S. 13)

Die Wut-Wand:

„Die Kinder bauen [gemeinsam] eine Wand aus Kissen. Hinter die Wand wird eine weiche Matte gelegt. Nun dürfen die Kinder (die möchten) mit Anlauf in die Mauer rennen... und dann weich landen.“ (Fäustling Wochenprojekte, Schick, S. 19)

Jedes bisschen Wut ist dann ganz schnell verschwunden...

Zum Thema Regeln: Das Spiel „Stopptanz“

Seit Januar sind wir nun einen Schritt weiter gegangen und haben mit dem eigentlichen Programm „Faustlos“ begonnen. Hierbei handelt es sich um ein Curriculum zur Förderung der sozial-emotionalen Kompetenzen und zur Gewaltprävention.

Konkret heißt das, dass wir uns jetzt immer montags und dienstags nach dem Mittagessen aus beiden Gruppen treffen.

Zuerst einmal wurden gemeinsam die Regeln beschlossen.

Was ist uns wichtig? Was wollen wir und was wollen wir nicht?

Daraus sind folgende Regeln entstanden:

- Wir hören uns gegenseitig zu, wir lassen uns aussprechen.
- Wir melden uns.
- Wir schubsen und beißen uns nicht.

Den Kindern war aber auch die Regel „Wir sitzen still.“ wichtig.

O-Ton: „Ich kann mich nicht so gut konzentrieren, wenn andere so wackeln...“

Wir schrieben die Regeln dann gemeinsam auf ein großes Plakat und alle Kinder und auch wir Erwachsene setzten unsere Unterschriften drunter. „Jetzt ist es wie ein Vertrag. Was passiert, wenn wir uns nicht daranhalten?“ Und eines kann ich Ihnen sagen: Kinder sind streng: „Dann wird man ermahnt, und wenn es dann nicht klappt, dann kann man nicht mehr mitmachen...“

Was soll man sagen, wir befinden uns nun in Woche 4 und noch musste weder ermahnt noch geschimpft werden. Was machen wir nun aber konkret in unseren Faustlosstunden?

Wir arbeiten immer alle gemeinsam an einer Einheit, zu Beginn geht es um: Empathieförderung.

Wir beginnen immer mit einem Aufwärmspiel. Hier einmal exemplarisch an der **4. Einheit „Gleich oder anders“**. Hierzu gibt es immer Schlüsselbegriffe. Diese sind diesmal: gleich, unterschiedlich, anders

Inhalt der Einheit.

- Es gibt körperliche und emotionale Ähnlichkeiten und Unterschiede zwischen zwei Kindern zu erkennen.
- Menschen können in der gleichen Situation unterschiedliche Gefühle haben.

Das Aufwärmspiel:

Eine Person gibt vor:

- Tut das Gleiche wie ich (Hände auf dem Kopf).
- Tut das Gleiche wie ich (Hände auf die Hüfte).
- Tut etwas anderes als ich (Hände an die Nase).

Runde um Runde wurde gespielt und die Kinder dachten sich immer neue Sachen aus.

Bildkarte:

Dann gibt es immer eine riesige Bildkarte zu betrachten. In dieser Einheit waren zwei Jungs zu sehen, beide auf einem Klettergerüst. Der eine sieht fröhlich aus. Der andere nicht.

Die Kinder beschreiben, was sie sehen:

Beide haben Jeanshosen an. Beides sind Jungs. Vielleicht haben sie sich gestritten? Der eine hat Spaß, der andere aber nicht.

Es gibt kein richtig oder falsch. Jedes Kind kommt zu Wort und tatsächlich wird der Kern immer erkannt.

Manchmal macht man das dasselbe, fühlt aber unterschiedlich.

Wir kommen darüber ins Gespräch, wo es so etwas noch gibt.

O-Ton: „Wenn ich dir eine Puppe schenke, freust du dich. Wenn du mir eine schenkst, finde ich das doof, ich mag keine Puppen.“

„Meine Mama freut sich über Blumen, mein Papa glaube ich nicht, oder?“



Zum Abschluss gibt es noch ein lustiges Spiel: Immer zwei Kinder stellen sich mit dem Rücken zueinander:

- Sie sollten dann nur mit ihrem Gesicht ausdrücken, wie es Ihnen geht,
 - wenn sie eine Blume entdecken,
 - zum Eisessen eingeladen werden,
 - sich streiten,
 - eine Schlange finden.

Richtige kleine Schauspieler waren dabei und es ging nochmal mehr darum: Wie kann ich ohne Worte erkennen, wie es jemandem geht?

Noch etwa 12 Einheiten zum Thema Empathieförderung liegen vor uns, dann geht es weiter mit dem Bereich Impulskontrolle.

Wir freuen uns und sind gespannt, was wir noch alles gemeinsam erarbeiten werden.

Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an.

Daniela Christoffel und Hanna Bergmann