

FAUSTLOS

EIN CURRICULUM ZUR FÖRDERUNG SOZIAL-EMOTIONALER
KOMPETENZEN UND GEWALTPRÄVENTION



„FAUSTLOS“ - ÜBERBLICK

- 1. DAS KONZEPT „FAUSTLOS“ ALS CURRICULUM**
- 2. ANWENDUNG IM UNTERRICHTSALLTAG**
- 3. BESCHREIBUNG DER EINHEITEN**

2. ANWENDUNG IN DER PRAXIS

2.1 ZU BEGINN

1. PLANUNG DER EINFÜHRUNG
2. FORTBILDUNG
3. INFORMATION DER ELTERN
4. SITZORDNUNG
5. UNTERRICHTEN DER LEKTION
6. GRUPPENARBEIT

2.2 EINE LEKTION UNTERRICHTEN

1. BILDMATERIAL
2. ANWEISUNGEN ZUR DURCHFÜHRUNG
3. VORBEREITUNG EINER LEKTION
4. UNTERRICHTEN EINER LEKTION
5. ROLLENSPIELE
6. VERTIEFUNG DES GELERNTEN
7. DIE RICHTIGE ZEIT FINDEN

2.3 ÜBERTRAGUNG

1. EIN MODELL ZUR ÜBERTRAGUNG DES GELERNTEN

- 1.1. DEN TAG VORPHANTASIEREN
 - 1.2. VERSTÄRKUNG DES VERHALTENS
 - 1.3. DEN TAG PASSIEREN LASSEN
- VORBEREITUNG

2.1 ZU BEGINN



2.1.1 PLANUNG DER EINFÜHRUNG

→ **FESTLEGEN:** WER, WANN, WO?

→ **KLASSENLEHRER**

→ **GRÖSSTE WIRKUNG**

* JEDE KLASSE DER SCHULE ARBEITET DARAN

* SCHÜLER ERLEBT ES IN JEDER STUFE ERNEUT (CURRICULUM)

2.1.2 FORTBILDUNG

→GRUNDLAGE FÜR FAUSTLOS:

*FORTBILDUNG ALLER LEHRKRÄFTE

*BESCHÄFTIGUNG MIT MATERIAL: HANDBUCH, ANWEISUNGSHEFT, BILDER

2.1.3 INFORMATION DER ELTERN

→ WIRKSAMKEIT

WIRD ERHEBLICH ERHÖHT, WENN **ELTERN** UND **ANDERE BEZUGSPERSONEN** STRATEGIE UND INHALT KENNEN.

→ ELTERNBRIEFE

FÜR VERSCHIEDENEN BAUSTEINE ALS VORLAGE IM ANHANG

2.1.4 VORÜBERLEGUNG: SITZORDNUNG

→ **STUHLKREIS** ODER **HUFEISEN**

→ NATÜRLICHE BÜHNE FÜR **ROLLENSPIELE**

→ BETEILIGUNG **ALLER** AM GESCHEHEN

2.1.5 UNTERRICHTEN DER LEKTION

→ **JEDE LEKTION** IST DIFFERENZIERT AUSGEARBEITET

→ **BILDMATERIAL** + WORTWÖRTLICHER **HANDLUNGSANWEISUNG** LIEGEN VOR.

(ORDNER – CD-ROM, ANWEISUNGSHEFT, HANDBUCH)

→ **REIHENFOLGE UNBEDINGT EINHALTEN**

* BEGINN MIT 1. KLASSE UNABHÄNGIG VON JAHRGANGSSTUFE

* KEINEN SCHRITT ÜBERSPRINGEN

2.1.6 GRUPPENARBEIT

→ GRUPPENREGELN:

GESPRÄCHSREGELN FESTLEGEN – POSITIV FORMULIERT

→ TEMPO:

ZEITEINTEILUNG: ARBEIT IN GRUPPE - PARTNERARBEIT (NACH ERMESSEN)

→ TEILNAHME:

BETEILIGUNG ALLER SCHÜLER ALS ZIEL

*DAFÜR CA. 5-10 SEK. AUF ANTWORT WARTEN

*TIPP: ERZÄHLE DIE LÖSUNG ERST DEINEM NACHBARN

→ UNPASSENDE BEMERKUNGEN:

„DAS IST EINE IDEE – WAS WÄRE EINE ANDERE?“

2.2 EINE LEKTION UNTERRICHTEN



GRUNDLEGENDE ZIELE

EINHEIT 1: EMPATHIE-FÖRDERUNG

➔ DIE KINDER SOLLEN LERNEN

- *GEFÜHLE ZU IDENTIFIZIEREN
- *DIE PERSPEKTIVE ANDERER ANZUNEHMEN
- *EMPATHISCH AUF ANDERE ZU REAGIEREN

**EINHEIT 2: IMPULSIVES UND AGGRESSIVES VERHALTEN SOLL
VERMINDERT WERDEN DURCH...**

- ANWENDUNG EINER PROBLEMLÖSUNGSSTRATEGIE
- DAS KLEINSCHRITTIGE ÜBEN SOZIALER KOMPETENZEN

**EINHEIT 3: DIE KINDER SOLLEN LERNEN, KONSTRUKTIV MIT
WUT UND ÄRGER UMZUGEHEN, INDEM SIE LERNEN...**

- ÄRGER UND WUT ANHAND SPEZIFISCHER ANZEICHEN ZU ERKENNEN
- BERUHIGUNGSTECHNIKEN ANZUWENDEN

2.2.1 BILDMATERIAL

ENTSPRECHEND DER ZIELE IST DAS BILDMATERIAL AUFGEBAUT:

- I. EMPATHIEFÖRDERUNG
- II. IMPULSKONTROLLE
- III. UMGANG MIT ÄRGER UND WUT

→ 1 LEKTION SIND JEWEILS 1 ODER MEHRERE FOTOS ZUGEORDNET.

→ CURRICULARER (=SPIRALFÖRMIGER) AUFBAU:

JÄHRLICHE WIEDERHOLUNG UND VERTIEFUNG

2.2.2 HINWEISE ZUR DURCHFÜHRUNG

EINE LEKTION IST IN 3 ABSCHNITTE UNTERTEILT

I. VORBEREITUNG

II. UNTERRICHTEN EINER LEKTION

III. VERTIEFUNG DES GELERNTEN

2.2.3 VORBEREITUNG EINER LEKTION

A. INFORMIEREN ÜBER

- LERNZIELE EINER EINHEIT UND DER JEWEILIGEN LEKTION
- KONZEPTE, ALSO FÄHIGKEITEN UND KENNTNISSE
- SCHLÜSSELBEGRIFFE, DIE IM ZENTRUM STEHEN SOLLEN

B. ROLLENSPIELEDURCHDENKEN UND GGF. AUSPROBIEREN

C. ÜBERTRAGUNGSMÖGLICHKEITENIN DER KLASSE ANDENKEN

2.2.4 UNTERRICHTEN EINER LEKTION

A. GESCHICHTE UND DISKUSSION

BILD PROJEZIEREN

→ BETRACHTUNG

→ GESCHICHTE VORLESEN

→ OFFENE DISKUSSIONSFRAGEN: WAS DENKST DU...? WAS KÖNNTE PASSIEREN, WENN---?
WORAN KANNST DU ERKENNEN....?

→ NEUTRALE REAKTION: „DAS IST EINE MÖGLICHKEIT“ „HAT JEMAND EINE ANDERE IDEE?“

B. PROBLEMLÖSUNG - MIT POSTER

• WAS IST DAS **PROBLEM**?

• WELCHE **LÖSUNGEN** GIBT ES?

• **FRAGE DICH** BEI JEDER LÖSUNG:

→ IST SIE UNGEFÄHRlich? → WIE FÜHLEN SICH DIE BETEILIGTEN?

→ IST SIE FAIR? → WIRD SIE FUNKTIONIEREN?

• **ENTSCHEIDE** DICH FÜR EINE LÖSUNG UND **PROBIERE** SIE AUS.

• **FUNKTIONIERT DIE LÖSUNG?**

WENN NICHT, WAS KANNST DU JETZT TUN?

→ AUFHÄNGEN IM KLASSENZIMMER (VGL. ANLAGE)

2.2.5 ROLLENSPIEL

A. MODELL-ROLLENSPIEL

→ LEHRER=HAUPTPERSON, DIE SICH RICHTIG VERHÄLT (1./2. GGF. MIT PUPPE)

→ KINDERSPRACHE

→ RICHTIGE REIHENFOLGE

→ MÖGLICHEST EINFACH

→ MIT EINEM SCHÜLER VORHER ÜBEN

KURZE REFLEXION

B. ROLLENSPIEL FÜR SCHÜLER

- 1.-2. KLASSE: ROLLENSPIELE MIT LEHRKRAFT VOR KLASSE (ENTWICKLUNGSSTAND)
- 3.-4. KLASSE: ROLLENSPIELE ZU ZWEIT – LEHRER GIBT TIPPS
5-10 MIN. ÜBEN – VORSPIEL VOR KLASSE MÖGLICH
- ÜBEN DURCH KÖRPERÜBUNGEN, SPIELE, LIEDER (VGL. ANHANG)

2.2.6 ZEIT

→ FESTE EINPLANUNG IN DEN WOCHENPLAN

* GLEICHER TAG

* GLEICHE ZEIT

→ 1 SCHULSTUNDE PRO LEKTION

* GESCHICHTE UND DISKUSSION: 10-20 MINUTEN

* MODELLROLLENSPIEL: 5 – 10 MIN

* ROLLENSPIELE DER KINDER: 10- 15 MIN

* ÜBERTRAGUNG DES GELERNTEN UND ABSCHLUSS: 5 MIN

2.3 ÜBERTRAGUNG DES GELERNTEN

EIN MODELL

→ DEN TAG VORPHANTASIEREN

*WELCHE AKTIVITÄTEN SIND GEPLANT?

*WO GIBT ES WELCHE GELEGENHEITEN, DAS GELERNT UMZUSETZEN

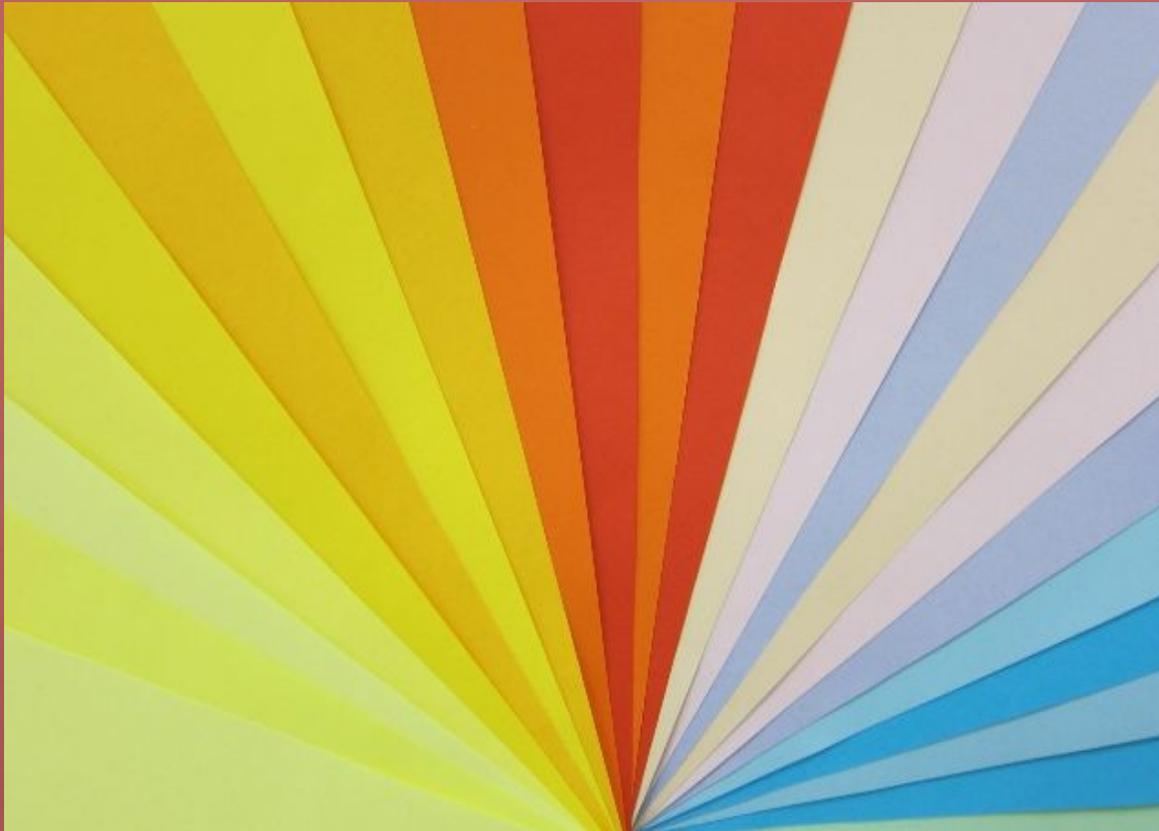
→ VERSTÄRKUNG DES VERHALTENS

*SITUATION ERGIBT LOB: ES FUNKTIONIERT!

*LOB DURCH LEHRER ODER SOGAR SCHÜLER

→ DEN TAG REVUE PASSIEREN LASSEN

3. BESCHREIBUNG DER EINHEITEN



3. BESCHREIBUNG DER EINHEITEN

3.1. EMPATHIEFÖRDERUNG

1. BEGRIFF
2. ENTWICKLUNG EMPATHISCHER FÄHIGKEITEN
3. UNTERRICHTSSTRATEGIEN
4. SCHLÜSSELBEGRIFFE
5. ÜBERTRAGUNG DES GELERNTEN

3.2. IMPULSKONTROLLE

1. BEGRIFF
2. ENTWICKLUNG DER IMPULSKONTROLLE
3. PROBLEMLÖSUNGSSTRATEGIEN
4. PRAKTISCHES ÜBEN DER KOMPETENZEN IN KLEINEN SCHRITTEN
5. LAUTES DENKEN
6. SCHLÜSSELBEGRIFFE
7. ÜBERTRAGUNG DES GELERNTEN

3.3. UMGANG MIT ÄRGER UND WUT

1. BEGRIFF
2. ENTWICKLUNGSSTUFEN DER GEFÜHLSREGULATION
3. UNTERRICHTSSTRATEGIEN
4. SCHLÜSSELBEGRIFFE
5. LAUTES DENKEN

4. INHALTE + AUFBAU DES CURRICULUMS



4. INHALTE + AUFBAU DES CURRICULUMS

4.1. KLASSE 1

1. EMPATHIE-FÖRDERUNG
2. IMPULSKONTROLLE
3. UMGANG MIT ÄRGER UND WUT

→DAUER: 22 WOCHEN

4.2. KLASSE 2

1. EMPATHIE-FÖRDERUNG
2. IMPULSKONTROLLE
3. UMGANG MIT ÄRGER UND WUT

→DAUER: 15 WOCHEN

4.3. KLASSE 3

1. EMPATHIE-FÖRDERUNG
2. IMPULSKONTROLLE
3. UMGANG MIT ÄRGER UND WUT

→DAUER: 14 WOCHEN

4.1 BEISPIEL: KLASSE 1



4.1.1 EMPATHIE- FÖRDERUNG

LEKTION 1: EINFÜHRUNG

- **SCHÜLER SOLLEN LERNEN,**
 - *GEFÜHLE VON ANDEREN WAHRZUNEHMEN
 - *DIE PERSPEKTIVE DES ANDEREN EINZUNEHMEN
 - *EINFÜHLSAM AUF ANDERE ZU REAGIEREN
- **FÄHIGKEITEN SIND LERNBAR** (VERSTÄNDNIS, PROBLEMLÖSUNGSSTRATEGIEN, UMGANG MIT ÄRGER)
- **REGELN** FÜR GRUPPENDISKUSSION SIND WICHTIG



→LEKTION 2: DAS ERKENNEN VON GEFÜHLEN

*ANHAND VON VERBALEN, KÖRPERLICHEN UND SITUATIVEN ANHALTSPUNKTEN

→LEKTION 3: AUSSCHAU HALTEN NACH WEITEREN HINWEISEN

*SITUATIONEN HELFEN DABEI, DIE GEFÜHLE ANDERER ZU ERKENNEN

→LEKTION 4: ÄHNLICHKEITEN UND UNTERSCHIEDE

* UM DIE PERSPEKTIVE ANDERER EINNEHMEN ZU KÖNNEN, IST ES NOTWENDIG,
ÄHNLICHE UND UNTERSCHIEDLICHE GEFÜHLE BEI ANDEREN ZU ERKENNEN.

→LEKTION 5: GEFÜHLE VERÄNDERN SICH

MENSCHEN KÖNNEN BEZÜGLICH DER GLEICHEN SITUATION ZU VERSCHIEDENEN ZEITEN
UNTERSCHIEDLICHE GEFÜHLE HABEN

→LEKTION 6: GEFÜHLE VORHERSAGEN

DIE FÄHIGKEIT, DIE GEFÜHLE ANDERER VORHERSAGEN ZU KÖNNEN, IST VORAUSSETZUNG DAFÜR,
DIE PERSPEKTIVE VON ANDEREN EINNEHMEN ZU KÖNNEN.

→LEKTION 7: GEFÜHLE MITTEILEN

* ICH-BOTSCHAFTEN: EFFEKTIVE ART, GEFÜHLE MITZUTEILEN

4.1.2 IMPULSKONTROLLE



LEKTION 1: EINFÜHRUNG IN DAS LÖSEN INTERPERSONELLER PROBLEME

- **SCHÜLER SOLLEN LERNEN,**
IMPULSIVES UND AGGRESSIVES VERHALTEN ZU REDUZIEREN
- **PROBLEME** SIND SCHWIERIGE /KONFLIKTHAFTE SITUATIONEN, DIE MITHILFE EINER STRATEGIE
GELÖST WERDEN KÖNNEN
- **SOZIALE KOMPETENZEN** SIND WICHTIG IM UMGANG MIT ANDEREN MENSCHEN

→LEKTION 2: DAS PROBLEM ERKENNEN

- UM EIN PROBLEM ZU DEFINIEREN, MUSS MAN NACH HINWEISEN SUCHEN
UND INFORMATIONEN ERFRAGEN

→LEKTION 3: EINE LÖSUNG WÄHLEN

- BRAINSTORMING: MÖGLICHST VIELE ALTERNATIVE LÖSUNGSIDEEN ZU ENTWICKELN/ZU SAMMELN
- BEWERTUNG DER MÖGLICHEN LÖSUNGEN: HILFT BEI AUSWAHL DER RICHTIGEN LÖSUNG

→LEKTION 4: SCHRITT FÜR SCHRITT

- FÜR DIE ANWENDUNG EINER LÖSUNG MUSS MAN DIESE IN **EINZELSCHRITTE ZERLEGEN**

→ LEKTION 5: FUNKTIONIERT DIE LÖSUNG?

- ÜBERLEGUNGEN ZUM **MÖGLICHEN ERFOLG** DER LÖSUNG

→ LEKTION 6: ABLENKUNG UND STÖRUNG IGNORIEREN

- WEGSCHAUEN - KEIN INTERESSE ZEIGEN

→ LEKTION 7: JEMANDEN HÖFLICH UNTERBRECHEN

- PAUSEN IN EINER UNTERHALTUNG SIND PASSENDE MOMENTE, UM JEMANDEN HÖFLICH ZU UNTERBRECHEN

→LEKTION 8: DER UMGANG DAMIT, ETWAS HABEN ZU WOLLEN, WAS EINEM NICHT GEHÖRT

- TEILEN
- VERHANDELN
- SICH ABWECHSELN



→DIES SIND SOZIAL KOMPETENTE VERHALTENSWEISEN DAFÜR.

4.1.3 UMGANG MIT ÄRGER UND WUT

LEKTION 1: EINFÜHRUNG

• ZIELE:

- GEFÜHLE VON ÄRGER UND WUT ABBAUEN
- ERMUTIGUNG ZUR LÖSUNG VON INTERPERSONELLEN PROBLEMEN

DURCH

- ERKENNEN VON ANZEICHEN UND AUSLÖSERN VON WUT UND ÄRGER
- ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

- KÖRPERLICHE REAKTIONEN MACHEN UNS AUF ÄRGERLICHE GEFÜHLE AUFMERKSAM
- GEFÜHLE VON ÄRGER UND WUT SIND IN ORDNUNG - ABER NICHT AGGRESSIVES VERHALTEN.



LEKTION 2: AUSLÖSER VON ÄRGER UND WUT

ÄUSSERE EREIGNISSE UND GEDANKEN/PHANTASIE

KÖNNEN ÄRGERLICHE GEFÜHLE AUSLÖSEN (INNERE EREIGNISSE - KOPFKINO)

LEKTION 3: SICH BERUHIGEN

ENTSPANNUNGSTECHNIKEN KÖNNEN GEFÜHLE VON ÄRGER, WUT...REDUZIEREN.

LEKTION 4: SELBSTGESPRÄCH

POSITIVE SELBSTINSTRUKTIONEN KÖNNEN IN STRESS-SITUATIONEN ERFOLGREICHES
HANDELN FÖRDERN.

LEKTION 5: NACHDENKEN

DAS NACHDENKEN ÜBER EIGENE VERHALTENSWEISEN KANN ZUKÜNFTIGEN HANDLUNGSERFOLG ERHÖHEN.

LEKTION 6: SICH AUS KÖRPERLICHEN AUSEINANDERSETZUNGEN HERAUSHALTEN

*ERKENNTNIS: PROBLEME WERDEN DADURCH NICHT GELÖST.

ES GIBT FRIEDLICHE ALTERNATIVEN ZUR GEWALT.

LEKTION 7: UMGANG MIT HÄNSELEIEN UND NECKEREIEN

* ANGEMESSENER UMGANG: IGNORIEREN, GEFÜHLE ÄUSSERN, HILFE HOLEN

5. PRAKTISCHES AUSPROBIEREN



6. MATERIAL

- **BILDDATEI**
- **SKRIPT**
- **PROBLEMLÖSUNGS-POSTER**
- **UMGEHEN MIT AGGRESSIVEN GEFÜHLEN**

7. AUSKLANG: GELEBTE EINTRACHT

