

Das Sonderpädagogische Förderzentrum mit dem Schwerpunkt Lernen, die Schule Am Breiten Luch in Marzahn-Hellersdorf, beteiligte sich von 2002 bis 2007 am BLK-Modellprogramm „Demokratie lernen und leben“. Im Rahmen dieses Modellprogramms stellte die Werkstatt „Soziales Lernen“ – eine von der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport eingerichtete Arbeitsgruppe unter Leitung von Frau Dr. Dussa – ihr Konzept für eine schulinterne Jahresfortbildung zum „Sozialen Lernen“ auf einer Gesamtkonferenz vor. Da die KollegInnen planten, innerhalb ihres Schulprogramms einen Entwicklungsschwerpunkt „Soziales Lernen“ zu setzen, entschieden sie sich für die Jahresfortbildung, die schließlich in der Zeit von September 2004 bis Dezember 2005 durchgeführt wurde.

Insgesamt fanden 13 Termine statt (1 Studentag, 12 Termine à 2 Doppelstunden). Es wurden den Kolleginnen und Kollegen Übungen zum „Sozialen Lernen“ zu folgenden Handlungsfeldern vorgestellt und mit ihnen durchgeführt:

- Kontakt aufnehmen/Kennen lernen/Regeln vereinbaren und einhalten/ Miteinander klar kommen
- Sich selbst und andere wahrnehmen/Selbstwertgefühl stärken
- Mit den eigenen und den Gefühlen anderer umgehen
- Kommunikationsfähigkeit erweitern
- Kooperationsfähigkeit weiter entwickeln
- Mit Konflikten konstruktiv umgehen
- Sich mit Geschlechterzuschreibungen kritisch auseinandersetzen

Außerdem ging es in mehreren Sitzungen um die Gestaltung des Unterrichts im Sinne der Qualitätsmerkmale, die in den Rahmenlehrplänen für Schulen mit dem Förderschwerpunkt Lernen (RLP Lernen) aufgeführt sind.<sup>1</sup> Dazu wurden u.

a. diverse Unterrichtsbeispiele von den KollegInnen erarbeitet und erörtert. Sie lernten eine Reihe von Übungen zur Verbesserung der Methodenkompetenz sowie zur Weiterentwicklung der Teamfähigkeit kennen und übten sich in der Durchführung von Tages- und Wochenplanarbeit<sup>2</sup>.

Zur Konkretisierung des Entwicklungsschwerpunktes „Soziales Lernen“ erarbeitete Karola Koziolek, Mitglied der Schul-AG „Soziales Lernen“ und Evaluationsbeauftragte der Schule Am Breiten Luch, ein schulinternes Curriculum.

**KAROLA KOZIOLEK**  
**MARGOT WICHNIARZ**

**Entwicklungs-  
schwerpunkt  
„Soziales Lernen“ –  
Schulinterne  
Fortbildung führt  
zum Curriculum**



Das Kollegium der Schule Am Breiten Luch baut gemeinsam am Entwicklungsschwerpunkt „Soziales Lernen“.

<sup>1</sup> SenBJS (Hg.): Rahmenlehrplan für Schülerinnen und Schüler mit dem Sonderpädagogischen Förderschwerpunkt Lernen, Berlin 2005, Punkt 4, S. 15 ff

<sup>2</sup> Durchführung der Jahresfortbildung siehe: Margarete Hamburger/Margot Wichniarz: achten, respektieren, anerkennen – Schulinterne Fortbildung zum „Sozialen Lernen, pädagogisch begleitet“ an der Schule Am Breiten Luch“. (Hg.: RAA Berlin, 2007)

### **Schulinternes Curriculum „Soziales Lernen“**

Umsetzung des Entwicklungsschwerpunktes „Soziales Lernen“  
(s. Schulprogramm der Schule Am Breiten Luch)

#### **Ziele „Sozialen Lernens“**

„Soziales Lernen“ bietet Kindern und Jugendlichen Übungsfelder zur Entwicklung und Förderung eines positiven Sozialverhaltens, stärkt ihr Selbstvertrauen und ihr Selbstwertgefühl durch Bewusstmachung und Anerkennung ihrer persönlichen Qualitäten, fördert den bewussten und angemessenen Umgang mit eigenen und fremden Gefühlen, verbessert die Einbindung in eine Gruppe Gleichaltriger und die Fähigkeit zur Solidarität mit Andersdenkenden, verlangt die Kritikfähigkeit sich selbst sowie der Gruppe gegenüber und fördert den Widerstand gegen negativen Gruppendruck.

„Soziales Lernen“ in der Schule erzieht Mädchen und Jungen zu demokratischem Handeln, ist Gewaltprävention und erzieht zu friedlichem Umgang miteinander, ist interkulturelles Lernen, beugt der Entstehung von Sucht und Orientierungslosigkeit vor, verbessert fachliches Lernen in der Klasse und bereitet auf berufliche Anforderungen (z.B. Teamarbeit) sowie auf die Kooperation in der Familie und in anderen sozialen Zusammenhängen vor.

„Soziales Lernen“ muss in enger Verbindung mit dem Schulleben, dem gesamten Unterricht und eigens dafür vorgesehenen Unterrichtszeiten stehen.

#### **Gestaltung des Unterrichts**

Ein Unterricht, in dem die Qualitätsmerkmale, so wie sie im Rahmenlehrplan für Schülerinnen und Schüler mit dem sonderpädagogischen Förderschwerpunkt Lernen (Berlin) beschrieben sind, umgesetzt werden, ermöglicht die kontinuierliche Unterstützung der Entwicklung und Förderung personaler und sozialer Kompetenzen.

#### **Qualitätsmerkmale von Unterricht**

Der Unterricht muss so gestaltet sein, dass

- Schülerinnen und Schüler Selbstständigkeit und Eigenverantwortung entwickeln können
- er die Individualität der Lernenden berücksichtigt
- die Kooperation untereinander fördert
- Instruktion und Konstruktion kombiniert
- situiertes und systematisches Lernen ermöglicht
- Schülerinnen und Schülern an problemorientierten Aufgaben arbeiten
- die konstruktive Seite des Fehlers genutzt wird
- sowohl fachbezogen als auch fachübergreifend und fächerverbindend gelernt wird
- und Lernprozesse rhythmisiert stattfinden.

„Soziales Lernen“ unterstützt die Weiterentwicklung sowohl der personalen als auch der sozialen Kompetenz. Personale Kompetenz gründet auf Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl, auf wachsende emotionale Unabhängigkeit und Zutrauen in die eigenen Stärken. Personale Kompetenz entwickelt das Individuum in der Situation der Wertschätzung. Soziale Kompetenz zeigt sich in der Fähigkeit des Einzelnen, in wechselnden sozialen Situationen Ziele erfolgreich im Einklang mit sich und anderen zu verfolgen (s. Rahmenlehrplan, Punkt 1.2, S. 13).

Zur personalen Kompetenz zählen folgende Fähigkeiten:

- eigene Erfolge wahrnehmen und genießen, Misserfolge verkraften
- selbstständig arbeiten
- Entscheidungen fällen, begründen und verantworten
- eigene Handlungen planen und kritisch prüfen
- sich auf eigene Urteile verlassen
- eigene Stärken und Schwächen erkennen
- mit Wut, Ängsten und Unsicherheiten umgehen
- für die eigene Gesundheit Verantwortung übernehmen.

**Personale Kompetenz**

Zur sozialen Kompetenz zählen folgende Fähigkeiten:

- sich gegenseitig achten
- Konflikte gewaltfrei lösen
- kooperieren
- gemeinsam Regeln vereinbaren und sich daran halten
- Verantwortung für die gemeinsame Sache tragen
- andere kritisieren ohne zu verletzen
- Perspektivwechsel vornehmen und je nach Situation Jüngere und Ältere, Stärkere und Schwächere, Mädchen und Junge sein
- sich einer gewaltfreien Sprache bedienen
- auf Argumente anderer eingehen.

**Soziale Kompetenz**

Alle Lehrerinnen und Lehrer der Schule Am Breiten Luch besuchten im Schuljahr 2004/2005 eine Jahresfortbildungsveranstaltung zum „Sozialen Lernen“. Dem Rahmenlehrplan für Schülerinnen und Schüler mit dem sonderpädagogischen Förderschwerpunkt Lernen (Berlin) nach sind wir verpflichtet die Entwicklung personaler und sozialer Kompetenzen zu unterstützen. Die Lehrerinnen und Lehrer der Schule Am Breiten Luch haben die Jahresfortbildung und den Auftrag des Rahmenlehrplans zum Anlass genommen, dem „Sozialen Lernen“ einen Entwicklungsschwerpunkt im Schulprogramm zu widmen. Im Schuljahr 2006/2007 wollen wir die Entwicklung einer personalen Fähigkeit – mit Wut, Ängsten, Unsicherheiten etc. umgehen – und einer sozialen Fähigkeit – Konfliktfähigkeit entwickeln – intern evaluieren.

**Entwicklungsschwerpunkt „Soziales Lernen“**

#### **Anmerkungen zur Unterrichtswertigkeit**

Um dem „Sozialen Lernen“ bei den Schülerinnen und Schülern eine höhere Wertigkeit und Bedeutung in der Schulkultur zukommen zu lassen, sollten folgende Punkte unbedingt eingeführt werden:

Das „Soziale Lernen“ ist im Rahmenlehrplan für Schülerinnen und Schüler mit dem sonderpädagogischen Förderschwerpunkt Lernen (Berlin) in allen Unterrichtsfächern ausgewiesen. Die Lehrerinnen und Lehrer der Schule Am Breiten Luch haben in den unterschiedlichen Schulgremien beschlossen wöchentlich eine Unterrichtsstunde zum „Sozialen Lernen“ durchzuführen. Dafür wird in der Doppeljahrgangsstufe 3/4 eine Stunde aus dem Sachunterricht genutzt und in den Doppeljahrgangsstufen 5/6, 7/8 und 9/10 wird jeweils eine Unterrichtsstunde aus dem Deutschunterricht genutzt.

**Eine Extrastunde wöchentlich für „Soziales Lernen“**

Der Unterricht wird in allen Klassen im Rahmen einer verpflichtenden Wochenstunde möglichst von der Klassenleiterin erteilt. Schülerinnen und Schüler führen einen Hefter, der ggf. eingesammelt und bewertet wird.

Ein individueller Schwerpunkt des „Sozialen Lernens“ befindet sich im Förderplan bzw. im persönlichen Lernplan.

#### **Eltern einbeziehen**

Eltern verpflichten sich durch Unterschrift auf dem persönlichen Lernplan zur hilfreichen Unterstützung des gesetzten individuellen Schwerpunktes. Die Bemerkung auf dem Zeugnis dient der Leistungsanerkennung. Die Entwicklung personaler und sozialer Kompetenz wird in allen Unterrichtsfächern unterstützt, Werteerziehung ist Bestandteil jeden Unterrichts.

#### **Ergänzende Bausteine zum Entwicklungsschwerpunkt „Soziales Lernen“**

- Organisation des Unterrichts

#### **Projekttage, AGs und Wandertage**

Durch unterschiedliche Organisationsformen wie Projekttage, themenbezogene Wandertage, Arbeitsgemeinschaften etc. soll die nachhaltige Wirksamkeit des Entwicklungsschwerpunktes unterstützt werden.

#### **Entwicklungstherapie und Entwicklungspädagogik**

- ETEP – Unterricht Klassen 3-6

Entwicklungstherapie/Entwicklungspädagogik (ETEP) ist ein pädagogisches Programm zur Förderung von Kindern und Jugendlichen mit sich anbahnenden oder bereits existierenden Verhaltensproblemen bis hin zu gravierenden Verhaltensbehinderungen. Außerdem dient das Programm zur präventiven Arbeit beim Aufbau von Verhaltenskompetenzen generell. Die Förderung zielt auf den Ausbau sozialemotionaler Fähigkeiten und orientiert sich an den Stärken und Ressourcen der Kinder bzw. Jugendlichen.

#### **Schülerinnen und Schüler einbeziehen**

- Erziehung zum demokratischen Miteinander gemäß Aufgabenstellungen im BLK- Projekt „Schule in der Demokratie“

Einbeziehung der Schülerinnen und Schüler in die Arbeit der Schulgremien, Befähigung der Schülersprecherinnen und -sprecher für die Wahrnehmung ihrer Aufgaben durch außerschulische Anleitung (Fortbildung über BLK-Projekt), Überarbeitung und Neuansatz des Streitschlichterkonzeptes. In einem einjährigen Lehrgang werden Schülerinnen und Schüler ab Klassestufe 7 zu Streitschlichtern ausgebildet.

- Erstellung eines Handlungskonzepts zur Gewaltprävention im Unterricht mit dem Projekt „Antigewaltwoche“

Erarbeitung eines Handlungskataloges mit Maßnahmen zur Gewaltprävention, zur Anti-Raucher-Kampagne und zur Suchtprophylaxe. Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass Entscheidungen durch die Orientierung an Werten beeinflusst werden. Sie erhalten Informationen über Suchtmittel, reflektieren die eigene Bereitschaft zur Sucht, diskutieren Möglichkeiten und erproben fünf Arten einer selbstsicheren Ablehnung. Sie bewerten den Einfluss der Werbung zu diesem Thema.

- Persönliche Ziele finden

Die Schülerinnen und Schüler beginnen über Zukunftspläne und ihre Ziele nachzudenken und für sich realistische Ziele ins Auge zu fassen. Sie lernen Modelle kennen, die ihnen bei der Auswahl realistischer und für sie angemessener und erreichbarer Ziele helfen. Sie üben Möglichkeiten, wie sie mit Schwierigkeiten und Rückschlägen umgehen können.

- Nutzung der besonderen Möglichkeiten des offenen Ganztagsbetriebs

#### **SchülerInnen setzen sich Ziele**

hinsichtlich verstärkter Entwicklung der Sozialkompetenzen „Gewaltfreiheit“ und „Impulskontrolle“

**Den Ganztagsbetrieb nutzen**

- Erhalt der Schulstation als integratives sozialpädagogisches Projekt aus eigenen Kräften

**Die Schulstation**

- Ausgestaltung und Pflege der Räume, Flure und des Schulgeländes sowie Dokumentation von sozialpädagogischen Projekten

**Zusammenarbeit mit dem Jugendamt**

(Im Curriculum der Schule Am Breiten Luch folgt an dieser Stelle eine Liste mit weiterführenden Projekten.)

### Evaluation

Zu Beginn des jeweiligen Schuljahres wird mit Hilfe von Fragebogen eine Einschätzung der sozialen Kompetenzentwicklung der Schüler/innen vorgenommen. Eine erneute Befragung am Ende des Schuljahres soll Auskunft darüber geben, welche Veränderungen sich bzgl. der sozialen Kompetenzen der Kinder und Jugendlichen an unserer Schule ergeben haben. Auch wenn klar ist, dass es außerordentlich schwierig ist, die Auswirkungen von sozialem Lernen zu evaluieren, will das Kollegium der Schule Am Breiten Luch auf diesem Gebiet Erfahrungen sammeln.<sup>3</sup>

### UMSETZUNG DES ENTWICKLUNGSSCHWERPUNKTES „SOZIALES LERNEN“<sup>4</sup>

Doppeljahrgangsstufe 7/8	
Anforderungsprofil	Beiträge der einzelnen Fächer
<p><b>Personale Kompetenz</b></p> <p><b>Mit Wut, Ängsten, Unsicherheiten etc. umgehen</b></p> <p>Der konstruktive Umgang mit Unsicherheiten, Ängsten und Wut trägt dazu bei, dass Schüler-Innen mit anderen in Kontakt kommen und bleiben, dass sie Probleme miteinander friedlich bearbeiten und besser lernen.</p>	<p><b>Deutsch:</b> Im Deutschunterricht wird personale Kompetenz durch Wahrnehmung und Reflexion der eigenen, aber auch der Vorstellungen, Erfahrungen und Lernwege anderer entwickelt. Beim Sprechen, Schreiben und Lesen nehmen die Schülerinnen und Schüler Gefühle, Erfahrungen und Vorstellungen wahr, teilen sie mit und reflektieren sie. Personale Kompetenz befähigt die Schülerinnen und Schüler, eine aktive und konstruktive Rolle für ihren Lernprozess zu übernehmen. Sie erfahren Lernen als ein subjektiv befriedigendes und objektiv lohnendes Handeln.</p>

<sup>3</sup> s. hierzu ausführlich: M. Wichniarz; M. Hamburger, Berlin 2007

<sup>4</sup> Die Umsetzung wurde für die Doppeljahrgangsstufen 3/4, 5/6, 7/8 und 9/10 erarbeitet.

Indikatoren der Überprüfung	Schülerinnen und Schüler
<p><b>Die SchülerInnen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– nehmen Unsicherheiten, Ängste und Wut wahr</li> <li>– wissen, dass es in Ordnung ist, unsicher, ängstlich und wütend zu sein</li> <li>– wissen, dass ein Verhalten, durch das sie sich und andere verletzen, nicht in Ordnung ist</li> <li>– sprechen über ihre Unsicherheiten, Ängste und ihre Wut</li> <li>– bedienen sich dabei einer nicht verletzenden Sprache</li> <li>– übernehmen die Perspektive anderer</li> <li>– suchen und finden Problemlösungen</li> <li>– gehen Kompromisse ein</li> </ul>	<p><b>Schülerinnen und Schüler</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– äußern, begründen und verteidigen ihre Meinung in Gesprächen</li> <li>– gehen auf Gesprächs- und Redebeiträge ein, werten sie und führen sie weiter</li> <li>– begründen ihre Meinung, reflektieren sie und tauschen sie mit anderen aus</li> <li>– beachten den Zusammenhang von Sprachabsicht, sprachlichen Mitteln und Wirkungen</li> </ul> <p><b>Mathematik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– verfolgen eigene Ziele konsequent</li> <li>– schätzen eigene Leistungen selbstkritisch ein</li> <li>– entwickeln Geduld und Ausdauer bei Lernschwierigkeiten</li> </ul> <p><b>Englisch:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– entwickeln die Fähigkeit des kritischen Umgangs mit der eigenen Arbeit</li> <li>– entwickeln die Fähigkeit, Kritik anzunehmen und umzusetzen</li> <li>– achten die Leistung anderer</li> <li>– kritisieren in geeigneter Form</li> <li>– gehen konstruktiv mit Erfolgen und Misserfolgen um</li> </ul> <p><b>Naturwissenschaften:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– entwickeln Selbstvertrauen</li> <li>– bauen Lern- und Leistungsmotivation auf</li> </ul> <p><b>Gesellschaftswissenschaften:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– entwickeln Selbstvertrauen</li> <li>– bauen Lern- und Leistungsmotivation auf</li> <li>– zeigen Engagement</li> <li>– kontrollieren und regulieren eigene Handlungen</li> </ul> <p><b>Arbeitslehre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– schätzen die eigene Arbeit ein, kontrollieren und bewerten sie</li> <li>– gehen mit Kritik um</li> <li>– übernehmen Verantwortung für Erfolge und Misserfolge</li> </ul> <p><b>Ethik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– entwickeln Selbstkenntnis</li> <li>– entwickeln Vertrautheit mit den Umständen des Lebens</li> <li>– bringen die eigene moralische Überzeugung glaubwürdig zum Ausdruck</li> <li>– folgen dem eigenen Urteil, treten dafür ein</li> <li>– werden sich der Grenzen des eigenen Handelns bewusst</li> <li>– reflektieren zwischenmenschliche Fragestellungen unter ethischen Gesichtspunkten.</li> </ul>

Anforderungsprofil	Beiträge der einzelnen Fächer
<b>Soziale Kompetenz</b>	<p><b>Konfliktfähigkeit entwickeln</b> Die Entwicklung von Konfliktfähigkeit trägt dazu bei, dass SchülerInnen lernen ihre Konflikte konstruktiv zu bearbeiten und für alle am Konflikt Beteiligten zufrieden stellende Lösungen zu finden und umzusetzen.</p>
<b>Indikatoren der Überprüfung</b>	<p><b>Die SchülerInnen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– beschreiben Probleme und Konflikte, die sie miteinander haben</li> <li>– erkennen, wenn sie durch ihren Umgang mit Problemen und Konflikten sich selbst und andere schädigen bzw. verletzen</li> <li>– suchen und finden sozialverträgliche Problem- und Konfliktlösungen</li> <li>– erproben diese Lösungen im Rollenspiel</li> <li>– erproben diese Lösungen in konkreten Situationen</li> </ul> <p><b>Deutsch:</b> Sprachliches Handeln ist eng mit sozialem Handeln verbunden. Dieses wird zugleich durch Sprachhandlungen gefördert. Sich zu verständigen bedeutet immer auch, mit einer Gesprächspartnerin oder einem Gesprächspartner, in einer Gruppe oder vor einer Gruppe eine soziale Situation zu gestalten. Soziale Kompetenz im Unterricht erwerben heißt:</p> <p>Schülerinnen und Schüler</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– tragen Konflikte mit sprachlichen Mitteln aus</li> <li>– äußern ihre Gedanken und Meinungen zu Texten in mündlicher und schriftlicher Form</li> <li>– begründen ihre Meinung, reflektieren sie und tauschen sie mit anderen aus</li> <li>– beachten den Zusammenhang von Sprachabsicht, sprachlichen Mitteln und Wirkungen</li> </ul> <p><b>Mathematik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– akzeptieren Standpunkte und Arbeitsweisen anderer</li> <li>– bringen sich in Partner- und Gruppenarbeit kooperativ ein</li> </ul> <p><b>Englisch:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– gehen mit Konflikten angemessen um</li> </ul> <p><b>Naturwissenschaften:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– gehen mit Konflikten angemessen um</li> </ul> <p><b>Gesellschaftswissenschaften:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– führen Gespräche</li> <li>– nehmen Rücksicht</li> <li>– zeigen Hilfsbereitschaft</li> </ul> <p><b>Arbeitslehre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– bringen sich in unterschiedliche Teams ein</li> <li>– akzeptieren Arbeitsweisen, Lebensgewohnheiten und Standpunkte anderer</li> <li>– halten in der Gruppe vereinbarte Regeln ein</li> </ul> <p><b>Ethik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– versetzen sich in die Lage anderer Menschen</li> <li>– akzeptieren die Rechte anderer</li> <li>– achten die Würde anderer</li> <li>– verstehen menschliche Schwächen</li> <li>– zeigen Zivilcourage</li> <li>– handeln mit anderen solidarisch</li> <li>– sind interkulturell offen</li> <li>– handeln sozial.</li> </ul>

**Mit den eigenen ICH BIN ÄRGERLICH/WÜTEND, WENN... und den Gefühlen anderer umgehen**

**Absicht:** Auseinandersetzung mit der eigenen Wut und der anderer; erkennen, dass es unterschiedliche Gründe dafür gibt, wütend zu sein; die Gefühle der/s anderen ernst nehmen, sie nicht bagatellisieren, z.B. durch Äußerungen: Du hast doch gar keinen Grund, dich so aufzuregen. Reg dich ab!; Möglichkeiten der Deeskalation kennen und damit umgehen lernen

**Altersgruppe:** ab 4. Klasse

**Anzahl:** 15 Personen

**Zeitrahmen:** 45 Minuten

**Voraussetzungen:** div. Übungen zu den Gefühlen

**Vorbereitung/Material:** AB

**Übungsablauf:**

Die Übung läuft in drei Schritten ab.

1. Die SchülerInnen beenden mehrfach den Satz „Ich bin ärgerlich/wütend, wenn .....“. Zettel zu Losen zusammenfalten. Jede/r zieht das Blatt eines anderen Kindes und liest in der Runde einen Grund für das Wütendwerden vor. Zettel aufhängen, damit alle sehen können, dass es sehr unterschiedliche Gründe dafür gibt, wütend/ärgerlich zu sein.
2. Die SchülerInnen beenden mehrfach den Satz „Wenn ich meinen Ärger/meine Wut loswerden möchte, ohne andere zu verletzen, ...“. Jede/r liest im Kreis eine Möglichkeit vor.
3. Die Antworten werden an der Tafel nach folgenden Kriterien geordnet:  
Ich kann meinen Ärger/meine Wut verringern durch

Bewegung	ordnende Tätigkeiten	heile Welt	Gehör finden

Die Möglichkeiten könnten schließlich auf einem großen Plakat in der Klasse hängen.

Zu den Möglichkeiten, die die Sch. selbst nennen, gehören auch Angebote der Lehrerin, so z. B. das Beschwerdebuch, die Streitkartei, das Streitformular. Alles, was deeskalierend wirkt, ist gefragt.

4. Was können, was sollen andere tun bzw. nicht tun, wenn ich wütend bin. Möglichkeiten erneut sammeln und z.B. groß als Plakat in der Klasse aufhängen (nächste Seite). Um die Vorschläge auf ihre Eignung hin zu prüfen und zu festigen, können sie im Rollenspiel erprobt werden.

Außerdem sollte, wenn möglich, besprochen werden, für wen welches Wutmittel das Beste ist, denn alle reagieren unterschiedlich. Was für die eine in einer Wutsituation gut ist, muss für den anderen noch längst nicht geeignet sein.

**Anmerkung:**

Es muss unbedingt die Übung „Wohin mit meiner Wut?“ folgen.

**Fundort/Quelle:** M. Wichniarz, nach einer Vorlage von O. Hagedorn

Folgendes könnte zu Schritt 3 auf einem Plakat stehen:

**Was können andere tun, wenn ich wütend bin?**

**Was sollen andere tun, wenn ich wütend bin?**

1. Sie sollen mich in Ruhe lassen.
2. Sie sollen mir nur zuhören.
3. Sie sollen zeigen, dass sie mich verstehen.
4. Sie sollen mir helfen.

**Für PädagogInnen:**

Ortrud Hagedorn macht Vorschläge, wenn sich zwei streiten:

Die Streitenden von anheizenden Zuschauern trennen.

Es muss Rückzugszonen geben, ungestörte Winkel, eine extra Sitzgruppe etc.

Zur Beruhigung sind optische Bilder hilfreich: Wolken, Aquarium, Kerzenlicht.

Körperliche Eindrücke: kaltes Wasser über Pulsschlagadern laufen lassen,  
Hände auf den Solarplexus legen und tief durchatmen, Arm um die Schulter  
legen.

Akustische Eindrücke: sanfte Musik.

Sprachliche Annahme: Du bist wütend. Du hast dich geärgert.

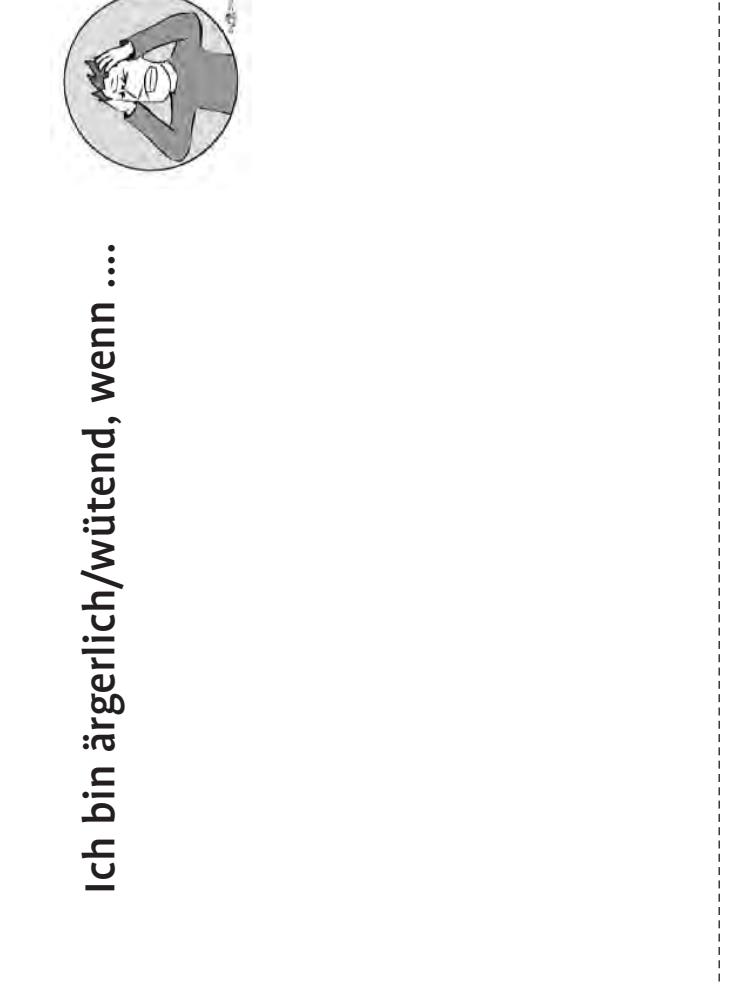
Ihr seid beide noch im Stress. Ihr seid aufgereggt. (Ich kann euch verstehen.)

✗

Ich bin ärgerlich/wütend, wenn ....



Ich bin ärgerlich/wütend, wenn ....



Wenn ich meinen Ärger/meine Wut loswerden möchte, ohne andere zu verletzen, ....



Wenn ich meinen Ärger/meine Wut loswerden möchte, ohne andere zu verletzen, ....

**WOHIN MIT MEINER WUT?**

**Mit den eigenen  
und den Gefühlen  
anderer umgehen**

**Absicht:** Möglichkeiten finden und kennen, wie ein Mensch seine Wut abreagieren kann, ohne andere zu verletzen

**Altersgruppe:** ab Klasse 1

**Anzahl:** 15 Personen

**Zeitrahmen:** 30 Minuten

**Voraussetzungen:** Div. Übungen zu den Gefühlen

**Vorbereitung/Material:** -/-

**Übungsverlauf:**

Zu der Frage „Wohin mit meiner Wut?“ gemeinsam mit allen Kindern Ideen sammeln, aufschreiben und entscheiden, was in der Klasse bzw. Schule umsetzbar ist, z.B.:

1. Drei Runden auf dem Schulhof herumlaufen.
2. Zur Toilette gehen und sich kaltes Wasser über den Kopf, ins Gesicht, auf die Pulsschlagadern laufen lassen.
3. Einen Luftballon mit Mehl füllen und ein Gesicht darauf malen. Bei Wut wird der Ballon geknetet, so dass viele unterschiedliche Fratzen entstehen. Dadurch kann die Wut abreagiert und (wegen der ulkigen Fratzen) vielleicht sogar wieder gelacht werden.
4. Auf den Schulhof gehen und seine Wut herausschreien.
5. Auf den Flur gehen und mehrmals tief durchatmen.
6. An der Wand hängt ein Blatt zum Abreißen, Zerreißen (Zerknüllen) und zum darauf Herumstampfen (s. AB).
7. In das Beschwerdebuch, auf die Streitkartei, auf das Streitformular schreiben.

Wenn die Lehrerin/der Lehrer rechtzeitig erkennt, dass jemand wütend wird, können auch Ablenkungen helfen:

- x läuft mit einem Auftrag zum Hausmeister/zur Sekretärin.
- x bringt den Müllheimer hinunter.
- x wird zum Kopieren geschickt.

**Fundort/Quelle:** Aus verschiedenen Seminaren zusammengetragen.



„Geh mir aus dem Weg!“  
Gemeinsam einen Konflikt besprechen



„Geh mir aus dem Weg!“ – Verhaltensmöglichkeiten  
in Konfliktsituationen im Rollenspiel erproben



Wütend?  
Reiß' das Blatt ab!



Zerfetz' es!



Tritt darauf herum!

**ICH BIN NERVÖS, UNSICHER, AUFGEREGT, ÄNGSTLICH, WENN...****Mit den eigenen und den Gefühlen anderer umgehen**

**Absicht:** Auseinandersetzung mit der eigenen Angst und der anderer; erkennen, dass es unterschiedliche Gründe dafür gibt, ängstlich zu sein; die Gefühle der/s anderen ernst nehmen, sie nicht bagatellisieren, z.B. durch Äußerungen: Du hast doch gar keinen Grund, ängstlich zu sein. Sei nicht so nervös!; Möglichkeiten der Beruhigung kennen und damit umgehen lernen

**Altersgruppe:** ab 4. Klasse

**Anzahl:** 15 Personen

**Zeitrahmen:** 45 Minuten

**Voraussetzungen:** div. Übungen zu den Gefühlen

**Vorbereitung/Material:** AB

**Übungsablauf:**

Die Übung läuft in drei Schritten ab.

1. Auf einem Blatt den Satz „Ich bin ängstlich, wenn ....“ mehrfach beenden. Zettel zu Losen zusammenfalten. Jede/r zieht das Blatt eines anderen Kindes und liest in der Runde einen Grund für das Angsthaben vor. Zettel aufhängen, damit alle sehen können, dass es sehr unterschiedliche Gründe dafür gibt, aufgeregt, unsicher, ängstlich zu sein.
2. Die SchülerInnen beenden den Satz „Wenn ich ängstlich bin, ...“ mehrfach. Auch diese Blätter werden zu Losen gefaltet und jeweils von anderen vorgelesen.
3. Die Antworten werden an der Tafel gesammelt.
4. Evtl. kann die Übung mit der Beantwortung der folgenden Frage fortgesetzt werden: Was können, was sollen andere tun bzw. nicht tun, wenn ich ängstlich bin.

Um die Vorschläge auf ihre Eignung hin zu prüfen und zu festigen, können sie im Rollenspiel erprobt werden.

**Anmerkung:**

Anschließend mit der Übung „Ich befrage mich selbst“ fortfahren.

**Fundort/Quelle:** M. Wichniarz

## Vom Umgang mit Gefühlen

Wähle eine Gefühlsbezeichnung aus, schreibe sie auf die Linie und ergänze.

genervt, nervös, aufgeregt, geschockt, ängstlich, erschrocken, beunruhigt

Ich bin \_\_\_\_\_, wenn

## Vom Umgang mit Gefühlen

Schreibe die Gefühlsbezeichnung, die du ausgewählt hast, auf die Linie und ergänze.

Was machst du, wenn du \_\_\_\_\_ bist?

Wenn ich \_\_\_\_\_ bin,

**ICH BEFRAGE MICH SELBST****Mit den eigenen und den Gefühlen anderer umgehen**

**Absicht:** eigene Gefühle wahrnehmen, den Umgang mit Gefühlen reflektieren, unterschiedliche Möglichkeiten des Umgangs mit Gefühlen kennen lernen, das eigene Verhaltensrepertoire erweitern

**Altersgruppe:** ab Klasse 5

**Anzahl:** ganze Klasse

**Zeitrahmen:** 45 Minuten

**Voraussetzungen:** verschiedene Übungen zu den Gefühlen

**Vorbereitung/Material:** AB für alle SchülerInnen

**Übungsverlauf:**

Jede/r SchülerIn erhält einen Arbeitsbogen und setzt sich mit der eigenen Angst bzw. mit Gefühlen, die im weitesten Sinne mit Angst zu tun haben können, auseinander. Die SchülerInnen kommen jeweils zu zweit zusammen und sprechen über die Ergebnisse ihrer Arbeit. Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass das Vorlesen auf freiwilliger Basis geschieht.

**Auswertung:**

Möchte noch jemand über die Übung sprechen?

**Fundort/Quelle:** Nach „Prävention von Aggression und Gewalt an Schulen“ (PAGS) „Gefühls-Interview“, S. 64

### Ich befrage mich selbst

Wähle eine Gefühlsbezeichnung aus und schreibe sie auf die Linie.  
genervt, nervös, aufgeregt, geschockt, ängstlich, erschrocken, beunruhigt

Wann war ich das letzte Mal \_\_\_\_\_ ?

Warum war ich \_\_\_\_\_ ?

---

---

---

Wie habe ich reagiert?

---

---

---

Wie ist das Gefühl wieder weggegangen?

---

---

---

Wer hat mir dabei geholfen?

---

---

---

**GESCHICHTEN AUS DEM SCHULALLTAG****Mit Konflikten  
konstruktiv umgehen**

**Absicht:** sich mit einem Konflikt auseinander setzen; erkennen, dass sich Konflikte unterschiedlich entwickeln können; eine für alle am Konflikt Beteiligte zufrieden stellende Lösung finden.

**Altersgruppe:** ab 4. Klasse

**Anzahl:** Klassenstärke, besser nach Mädchen und Jungen getrennt durchführen

**Zeitrahmen:** 45 Min.

**Voraussetzung:** Erfahrungen im Umgang mit dem Rollenspiel

**Vorbereitung/Material:** Die Gruppenleitung beobachtet die Gruppe und hält kleinere Konflikte zwischen den SchülerInnen schriftlich fest. Diese greift sie als kurze „Geschichte aus dem Schulalltag“ mit veränderten Namen auf und liest sie den SchülerInnen vor. So können sich die SchülerInnen möglichst unbelastet mit dem Problem auseinandersetzen. (Beispiel dazu s. Arbeitsblatt)

**Übungsablauf:**

1. Den SchülerInnen wird eine Geschichte aus dem Schulalltag (z.B. „Ich oder du?“) vorgelesen.
2. Die SchülerInnen kommen in kleinen Gruppen zusammen, besprechen den Konflikt, überlegen sich einen „guten“ und einen „schlechten“ Ausgang der Geschichte und proben beide Varianten im Rollenspiel.
3. Ein oder zwei Gruppen spielen zunächst die Geschichte mit dem „schlechten“ Ausgang vor. Am Ende des Spiels wird jede/r SchülerIn, die/der mitgespielt hat, einzeln gefragt: „Wie hast du dich gefühlt?“ Wenn sich jemand schlecht gefühlt hat, ist das ein Gradmesser dafür, dass keine Konfliktlösung gefunden wurde und der Ausgang der Geschichte „schlecht“ war.
4. Ein oder zwei Gruppen spielen die Geschichte mit dem „guten“ Ausgang vor. Am Ende des Spiels wird jede/r SchülerIn, die/der mitgespielt hat, einzeln befragt: „Wie hast du dich gefühlt?“ Wenn sich alle halbwegs zufrieden fühlen, ist das ein Gradmesser dafür, dass eine Konfliktlösung gefunden wurde und der Ausgang der Geschichte „gut“ war. Ggf. können weiteren Varianten besprochen, geprobt und vorgespielt werden.

**Anmerkung:**

Da Mädchen und Jungen sehr unterschiedlich mit Konflikten umgehen, macht es Sinn, diese Übung in geschlechtsgtrennten Gruppen durchzuführen. Die Geschichte wird in der Mädchenstunde mit Mädchennamen, in der Jungenstunde mit Jungennamen vorgelesen.

**Fundort/Idee:** M. Wichniarz

**Arbeitsblatt ICH ODER DU?****„Geschichten aus dem Schulalltag“**

Siri saß am Freitag am Computer und tippte etwas ab über die Eskimos. Am Montag arbeitete Siri am Wochenplan. Nina war schon fertig und setzte sich an den Computer. Sie legte Siris Buch über die Eskimos auf das Regal und begann, ihre Geschichte über die „Fee Alina“ abzuschreiben. Mittlerweile war auch Siri fertig mit dem Wochenplan. Jetzt wollte sie an ihrem Computer weiterarbeiten. Sie ging zu Nina und sagte: „Lass mich an den Computer. Ich war noch gar nicht fertig.“ Nina wendete daraufhin ein: „Woher soll ich denn das wissen? Jetzt bin ich dran.“

Wie geht es wohl weiter? Lea, die in der Nähe des Computers sitzt, sagt auch etwas dazu. Aber was?

1. Besprecht die Geschichte.
2. Überlegt euch einen guten und einen schlechten Ausgang.
3. Besprecht, warum der eine Ausgang der Geschichte gut und der andere schlecht ist.
4. Übt die beiden Geschichten im Rollenspiel.

**Arbeitsblatt ICH ODER DU?****„Geschichten aus dem Schulalltag“**

Mario saß am Freitag am Computer und tippte etwas ab über die Eskimos. Am Montag arbeitete Mario am Wochenplan. Philipp war schon fertig und setzte sich an den Computer. Er legte Marios Buch über die Eskimos auf das Regal und begann, seine Geschichte über die „Starfighters“ abzuschreiben. Mittlerweile war auch Mario fertig mit dem Wochenplan. Jetzt wollte er an seinem Computer weiterarbeiten. Er ging zu Philipp und sagte: „Lass mich an den Computer. Ich war noch gar nicht fertig.“ Philipp wendete daraufhin ein: „Woher soll ich denn das wissen? Jetzt bin ich dran.“

Wie geht es wohl weiter? Max, der in der Nähe des Computers sitzt, sagt auch etwas dazu. Aber was?

1. Besprecht die Geschichte.
2. Überlegt euch einen guten und einen schlechten Ausgang.
3. Besprecht, warum der eine Ausgang der Geschichte gut und der andere schlecht ist.
4. Übt die beiden Geschichten im Rollenspiel.

**TOKIO HOTEL ODER BACKSTREETBOYS?**

Die Schülerinnen und Schüler der Klasse 7a dürfen in der Pause den CD-Player, der im Klassenraum steht, benutzen und ihre Musik hören. Darauf hat Mario schon gewartet. Als es klingelt, geht er zum CD-Player, um seine neue CD von Tokio-Hotel einzulegen. Im gleichen Moment kommt Philipp dazu. Er will seine Backstreetboys hören. Mario: Jetzt bin ich dran. Philipp: Wieso? Deine Musik haben wir doch schon in der letzten Pause gehört. Mario: Deine auch. Ich gehe hier nicht weg.

Wie geht es wohl weiter? Max, der auch am CD-Player steht, sagt auch etwas dazu. Aber was?

1. Besprecht die Geschichte.
2. Überlegt euch einen guten und einen schlechten Ausgang.
3. Besprecht, warum der eine Ausgang der Geschichte gut und der andere schlecht ist.
4. Übt die beiden Geschichten im Rollenspiel.

**Arbeitsblatt  
„Geschichten aus  
dem Schulalltag“**
**TOKIO HOTEL ODER BACKSTREETBOYS?**

Die Schülerinnen und Schüler der Klasse 7a dürfen in der Pause den CD-Player, der im Klassenraum steht, benutzen und ihre Musik hören. Darauf hat Siri schon gewartet. Als es klingelt, geht sie zum CD-Player, um ihre neue CD von Tokio-Hotel einzulegen. Im gleichen Moment kommt Nina dazu. Sie will ihre Backstreetboys hören. Siri: Jetzt bin ich dran. Nina: Wieso? Deine Musik haben wir doch schon in der letzten Pause gehört. Siri: Deine auch. Ich gehe hier nicht weg.

Wie geht es wohl weiter? Lea, die auch am CD-Player steht, sagt auch etwas dazu. Aber was?

1. Besprecht die Geschichte.
2. Überlegt euch einen guten und einen schlechten Ausgang.
3. Besprecht, warum der eine Ausgang der Geschichte gut und der andere schlecht ist.
4. Übt die beiden Geschichten im Rollenspiel.

**Arbeitsblatt  
„Geschichten aus  
dem Schulalltag“**

**KAROLA KOZIOLEK****• Schullaufbahn**

seit 1986 im Schuldienst  
 Unterstufenlehrerin  
 Berufsbegleitendes Studium der Mathematik an der Humboldt Universität  
 Berufsbegleitendes Studium der Sonderpädagogik und Sprache an der  
 Humboldt Universität

**• Schulfächer**

an einem Förderzentrum muss ich alles machen,  
 ursprünglich mal Werklehrerin  
 zur Zeit Mathematik, Sozialkunde, Berufsorientierung, Schülerfirma  
 „Multimedia“ in der Klassenstufen 9 und 10 und in den Klassenstufen 7 und  
 8 ITG (Computerunterricht)

**• Weiterbildungen**

2000 Produktives Lernen  
 2000 Comenius-Tagung  
 2000 HTML – Grundlagen der Gestaltung von Internetseiten  
 2000 Web-Design – Gestaltung einer Internetseite  
 2002 Intel-Lehrer für die Zukunft – Aufbaukurs  
 2004 Workshop: „Die Schülerfirma – ein Konzept für erfolgreiche  
 Binnendifferenzierung im Unterricht“  
 2004 Lernen in Schülerfirmen – Internationale Fachtagung  
 2004 „Wenn Wirtschaft und Schule Partner werden: Berufsorientierung  
 im Schulprogramm  
 2004 Ausbildung in Erster Hilfe  
 2004 Internet-Security  
 2004 Qualifizierung von schulinternen EvaluationsberaterInnen  
 für alle öffentlichen Berliner Schulen  
 2004 „Wer oder was bleibt auf der Strecke?“  
 2004 ELDIB  
 2004 „Soziales Lernen“  
 2004 Verzahnung von unterrichtsprachlichen Inhalten mit allgemein-  
 bildenden Unterricht  
 2004 Rechnungswesen/Buchführung, Internet, Evaluation/Förderplanung,  
 Zertifizierung  
 2005 Unfallverhütung und Sicherheitserziehung im Arbeitslehrerunterricht  
 2005 Schulabschluss und dann? – Welche Anschlussmöglichkeiten?  
 2005 Standpunkte  
 2005 Demokratie stärken, Baustein 1  
 2005 Berufsbegleitender Jahreskurs „Soziales Lernen“  
 2005 Lehren und Lernen mit den didaktischen Möglichkeiten des Einsatzes  
 einer DVD  
 2006 Berufsbegleitender Jahreskurs „Multiplikatoren für Medien in der  
 Grund- und Sonderschule“  
 2006 Gewaltfrei kommunizieren

**• Arbeitsschwerpunkt**

„Soziales Lernen“

Kontakt: [kako-berlin@t-online.de](mailto:kako-berlin@t-online.de)

• **Schullaufbahn**

Seit 1974 Lehrerin an einer Grundschule mit Unterricht in allen Fächern. Fortbildnerin am LISUM seit 1990 (Vorfachlicher Unterricht, Öffnung des Unterrichts, Mädchen- und Jungenarbeit, „Soziales Lernen“), Lehrbeauftragte an der TU (1992–97/ Verbale Beurteilung, Projektorientiertes Lernen, Mädchen- und Jungenarbeit), Mitarbeiterin der Geschäftsstelle der Landeskommision Berlin gegen Gewalt seit 2001

MARGOT WICHNIARZ

• **Fortbildungen**

u. a. zur/zum Reflexiven Koedukation, Mädchen- und Jungenarbeit, „Sozialen Lernen“, Mediation, Gewaltprävention, Gewaltfreien Kommunikation, Konfrontativen Pädagogik etc.

• **Arbeitsschwerpunkte**

Unterricht in den Klassen 1–6 der Grundschule, Öffnung von Unterricht, Binnendifferenzierung, Verbale Beurteilung, projektorientiertes Lernen, Mädchen- und Jungenarbeit (ab 1985), „Soziales Lernen“ (ab 1985)

• **Veröffentlichungen**

Margot Wichniarz: „Soziales Lernen“ im geschlechtsdifferenzierten Unterricht, in: SenBJS (Hg.): Mädchen sind besser – Jungen auch, Berlin 1998.

Margot Wichniarz, Margarete Hamburger: ... eine mene muh ... – „Soziales Lernen“ in Mädchen- und Jungenstunden, LISUM (Hg.), Berlin 2000.

Margot Wichniarz, Margarete Hamburger: Mädchen- und Jungenstunden an der Anne-Frank-Grundschule in Berlin-Tiergarten, in: Astrid Kaiser: Praxisbuch Mädchen- und Jungenstunden, Hohengehren 2001.

Margot Wichniarz, Margarete Hamburger: Der Perlonstrumpf an einem Jungenbein bringt Schwung in die Koedukation, in: Beiträge zur Koeduktionsdebatte, Unterrichtshilfen, Berlin 2003.

Margot Wichniarz: Wir haben doch nur Spaß gemacht ..., in: Berlin Forum Gewaltprävention, Nr. 22, „Soziales Lernen“, Berlin 2005.

Gudrun Böttger, Margot Wichniarz u. a.: Erziehen heißt bilden, LISUM (Hg.), Berlin 2005.

Margot Wichniarz, Margarete Hamburger: achten, respektieren, anerkennen – Schulinterne Fortbildung zum „Sozialen Lernen, pädagogisch begleitet“ an der Schule Am Breiten Luch im Rahmen des BLK-Modellprogramms „Demokratie lernen und leben“, RAA Berlin, 2007.

Kontakt: [margot.wichniarz@senbwf.verwalt-berlin.de](mailto:margot.wichniarz@senbwf.verwalt-berlin.de)  
[www.teamsozialeslernen.de](http://www.teamsozialeslernen.de)