



SUCHT | SCHWEIZ

CLEVER CLUB

**EIN HILFSMITTEL ZUR ENTWICKLUNGS-
UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG FÜR KINDER
IM PRIMARSCHULALTER
HANDBUCH**



PRÄVENTION | HILFE | FORSCHUNG

INHALTSVERZEICHNIS

2	EINFÜHRUNG
2	An wen richtet sich Clever Club?
2	Ziele vom Programm Clever Club?
3	Was enthält Clever Club?
3	Wie wird das Programm genutzt?
4	Ist ein Präventionsprogramm für so junge Kinder angemessen?
5	HÖRSPIELGESCHICHTEN
5	Die Themenschwerpunkte auf einen Blick
6	Gruppenthemen erkennen
6	Der Ablauf einer Hörspielsitzung
9	THEMEN UND KREISGESPRÄCHE
9	Ich, du und wir
10	Das alte Haus
10	Peinliche Einsicht
11	Fensterplatz
11	Pausengespräche
13	Eine schöne Bescherung für Julia
13	Ein aussergewöhnliches Märchen
14	Weniger online
14	Was für ein Stress
15	SPIELESAMMLUNG
15	Gruppenspiele zur Entwicklungs- und Gesundheitsförderung
16	Die Rolle der Spielleiterin oder des Spielleiters
17	TIPPS ZUR ELTERNARBEIT
17	Kindertagesstätten als Ort des Austauschs
18	Prävention und Gesundheitsförderung durch Information

EINFÜHRUNG

Clever Club ist ein Programm zur Förderung von Lebenskompetenzen, das ursprünglich für ausserschulische Betreuungseinrichtungen (Tagesschulen, Mittagstische, Tagesheime) entwickelt wurde. Clever Club kann jedoch auch in Schulen, Freizeitzentren oder an jedem anderen Ort, an dem Kinder betreut werden, eingesetzt werden.

Das ganzheitliche Präventionsprogramm Clever Club ist ein Programm zur Entwicklungs- und Gesundheitsförderung, das Kindern in entspannter Weise erlaubt, Kompetenzen zu entwickeln und zu erlernen. Mit Spielen oder Hörspielgeschichten werden zum Beispiel soziale und emotionale Kompetenzen gestärkt.

Clever Club bietet eine Zeit des konstruktiven Spiels, einen Moment der Entspannung, einen Übergang zwischen Schulalltag und der Rückkehr nach Hause. Die vorgeschlagenen Aktivitäten sind sowohl an diese Art von Betreuungseinrichtung als auch an die begrenzte verfügbare Zeit angepasst. Der Clever Club enthält Hörspielgeschichten, eine Spielesammlung und wird ergänzt durch Ratschläge und Vorschläge zur Elternarbeit.

AN WEN RICHTET SICH CLEVER CLUB?

Dieses Programm richtet sich an alle, die Gruppen von Kindern im Alter von 7 bis 12 Jahren betreuen.

ZIELE VOM PROGRAMM CLEVER CLUB

Das Hauptziel des Programms ist die Unterstützung der Entwicklung von Lebenskompetenzen (life skills). Clever Club unterstützt Kinder dabei:

- sich und andere besser zu verstehen, über die Nutzung von digitalen Medien reflektieren,
- mit Ängsten, Enttäuschungen und Fehlschlägen angemessen umzugehen,
- ihr Selbstwertgefühl zu stärken,
- ihre Konflikt- und Beziehungsfähigkeit weiter zu entwickeln,
- sich in der Gruppe behaupten zu können, mit Gruppendruck und Leistungsdruck der Eltern umzugehen,
- Unterschiede zu respektieren und Solidarität zu zeigen,
- ihr Konzentrationsvermögen zu verbessern,
- sich zu entspannen und Spass zu haben.

WAS ENTHÄLT CLEVER CLUB?

Alle Bestandteile für die erfolgreiche Umsetzung von Clever Club sind auf der Webseite cleverclub.ch/de kostenlos verfügbar. Clever Club besteht aus zwei Teilen, die einzeln oder kombiniert eingesetzt werden können: Hörspielgeschichten mit Diskussionsanleitung und eine Spielesammlung. Ergänzt werden diese beiden Teile durch praktische Tipps zur Elternarbeit.

Hörspielgeschichten

Das Herzstück von Clever Club bilden neun Hörspielgeschichten. Die Geschichten schaffen eine emotionale Grundlage, die es den Kindern erleichtert, sich mit der eigenen Person und anderen vertieft auseinander zu setzen. Mit den Geschichten lassen sich Themenschwerpunkte wie Freundschaft, Kooperation, Ausgrenzung, Gruppendruck und eigene Fähigkeiten bearbeiten.

Spielesammlung

Die Spielesammlung enthält eine breite Palette an Gruppenspielen, mit denen Kinder Kompetenzen für eine gesunde Alltagsbewältigung stärken können. Die Spiele sind so angelegt, dass alle Kinder, unabhängig von Temperament und Charakter, zu Erfolgserlebnissen kommen.

Praktische Tipps zur Elternarbeit

Die Familie leistet einen zentralen Beitrag zur gesunden Entwicklung der Kinder. Der Einbezug der Eltern ist deshalb wichtig. Clever Club zeigt praktische Tipps zur Elternarbeit auf. So wird etwa erläutert, wie Betreuungseinrichtungen zu Orten der Begegnung und des Austauschs werden und wie die Verantwortlichen eine partnerschaftliche Zusammenarbeit mit den Eltern aufbauen können.

WIE WIRD DAS PROGRAMM GENUTZT?

Idealerweise wird das Programm Clever Club langfristig, d.h. über mehrere Monate, eingesetzt. Diese Zeit gibt den Kindern die Gelegenheit, sich gegenseitig kennen zu lernen und Vertrauen untereinander und mit der Spielleiterin oder dem Spielerleiter aufzubauen. Kinder erhalten die Möglichkeit, einen Club zu gründen, d.h. eine feste Gruppe, die sich dem Programm anschliesst. Es werden feste und regelmässige Treffen

vorgeschlagen. Der Rhythmus von einer Sitzung pro Woche scheint ideal zu sein. Die Treffen dauern zwischen 30 und 45 Minuten. Es ist empfohlen, die Anzahl der Teilnehmenden im Club auf maximal 12 Kinder zu beschränken, um eine bessere Betreuung der Gruppe zu gewährleisten. So wird ausserdem jedes Kind in der Lage sein, seinen Platz in diesem besonderen Umfeld zu finden. Bei grossen Einrichtungen können mehrere Clubs während der Woche organisiert werden. Es ist jedoch wichtig, dass die Kinder nicht von einer Gruppe in eine andere wechseln, sondern immer in der gleichen Gruppe bleiben.

Natürlich ist es auch notwendig, dass die Eltern darüber informiert werden und der Durchführung zustimmen.

IST EIN PRÄVENTIONSPROGRAMM FÜR SO JUNGE KINDER ANGEMESSEN?

Kinder sind selten direkt von einem Abhängigkeitsproblem betroffen, und man weiss, dass gezielte Prävention bei den Jüngsten wenig Wirkung zeigt. Es gibt jedoch umfassende Präventionsstrategien, mit dem Ziel, spezifische Fähigkeiten zu stärken, welche den Kindern ermöglichen, als Jugendliche besser in der Lage zu sein, positive Entscheidungen für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu treffen. Mitunter auch Entscheidungen in Bezug auf Suchtmittelkonsum.

Wir wissen auch, dass eine umfassende Gesundheitserziehung, die den Kindern von Beginn ihrer Schulzeit an vermittelt wird und sich auf den Erwerb sozialer und emotionaler Fähigkeiten konzentriert (Aufbau von Identität, Konfliktmanagement, Ausdruck von Gefühlen usw.), wirksam ist. Das Programm ist darauf ausgerichtet, das Selbstbewusstsein durch verschiedene Aktivitäten zu fördern, mit dem Ziel, die sozialen und emotionalen Fähigkeiten der Kinder zu verbessern. Diese Fähigkeiten dienen als Schutzfaktoren und helfen, das Entstehen problematischer Verhaltensweisen zu verhindern. Clever Club möchte zur Entwicklung von Kindern beitragen, indem sie in die Lage versetzt werden, ihre analytischen Fähigkeiten und ihre Fähigkeit, positive Entscheidungen für ihre Gesundheit zu treffen, zu trainieren. Es handelt sich um eine positive Prävention d.h Freude erleben und motivieren, statt zu verhindern, zu verbieten oder abzuschrecken.

HÖRSPIELGESCHICHTEN

Die Hörspielgeschichten laden die Kinder dazu ein, über ihre Einstellungen und Verhaltensweisen sowie über ihre Beziehungen zu anderen nachzudenken. Die Geschichten wurden gemeinsam mit Kindern erfunden, geschrieben und aufgezeichnet. Die authentische Kindersprache soll die Kinder mitreissen und ermöglicht ihnen einen direkten Zugang zu den Geschichten. Sie behandeln Themen und Situationen, denen Kinder im Alltag begegnen und mit welchen sie sich identifizieren können. Verschiedene Szenarien bieten die Möglichkeit, Themen wie Freundschaft, Zusammenarbeit, Gruppendruck, Ausgrenzung, individuelle Fähigkeiten usw. anzusprechen.

Die gemeinsame Diskussion ermöglicht, das Gehörte in der Gruppe zu analysieren und gemeinsame Lösungen oder alternative Verhaltensweisen zu besprechen. So wird unter anderem die Konfliktbewältigung gestärkt. Das in der Geschichte behandelte Thema wird zusätzlich durch Spiele oder Animationsaktivitäten vertieft.

Zudem sind auf unserer Webseite cleverclub.ch/de/ressourcen weitere Videos verlinkt, welche zusätzlich als Ergänzung zu den behandelten Themen dienen können.

Kinder erkennen, dass sie mit ihren Sorgen und Nöten nicht allein sind und können sich gegenseitig bei der Alltagsbewältigung unterstützen.

DIE THEMENSCHWERPUNKTE AUF EINEN BLICK

Mit den neun Geschichten lassen sich zentrale Themen des Kinderalltags bearbeiten.

Hörspiele

Ich, du und wir

Das alte Haus

Peinliche Einsicht

Fensterplatz

Pausengespräche

Eine schöne Bescherung für Julia

Themenschwerpunkte

Selbstwertgefühl, individuelle Fähigkeiten, Diskussionskompetenz
Freundschaft, einander Mut machen oder andere zu etwas drängen
Beziehung, Freundschaft, Konsum
Ausgrenzung, Mobbing
Kommunikation, Geschlechterrollen
Gruppendruck

Ein aussergewöhnliches Märchen	Freundschaft, Streit, miteinander statt gegeneinander, Wünsche und Träume
Weniger online	Digitale Medien, gemeinsam Lösungen suchen
Was für ein Stress	Leistungsdruck, gegenseitige Unterstützung

GRUPPENTHEMEN ERKENNEN

Wählen Sie eine Geschichte, in der ein der Kindergruppe angepasstes Thema behandelt wird. Überlegen Sie sich immer wieder, wo die Gruppe steht, wie es den einzelnen Kindern geht und wo die zentralen Konfliktbereiche liegen. So wird klarer, welche Themen für die Gruppe vorrangig sind und mit welcher Geschichte ein bestimmtes Thema am besten bearbeitet werden kann. Die Geschichtenauswahl erfolgt so optimal abgestimmt auf die Bedürfnisse der Kinder.

DER ABLAUF EINER HÖRSPIELSTUNDE

Für den Einsatz der Hörspiele hat sich in der Praxis folgendes Vorgehen bewährt:

1. Begrüßungsritual «Wie geht es euch?»
2. Kinder auf eine Hörspielgeschichte einstimmen
3. Hörspielgeschichte präsentieren
4. Im Kreisgespräch Gedanken austauschen
5. Themen spielerisch umsetzen
6. Freies Spiel

Es empfiehlt sich, den Ablauf der Hörspielsitzung immer gleich zu gestalten. Wenn von Anfang an ein bestimmter Ablauf festgelegt wird, verinnerlichen die Kinder rasch diese Struktur und richten sich auch danach.

Ein solches Vorgehen vermittelt den Kindern Sicherheit, weil sie wissen, was sie erwartet. Ein geregeltes Vorgehen verhindert zudem, dass die Gruppe ins Chaos abgleitet.

1 Begrüßungsritual «Wie geht es euch?»

Zu Beginn jeder Hörspielsitzung werden die Kinder mit dem Begrüßungsritual «Wie geht es euch?» empfangen. Damit erhalten die Kinder die Gelegenheit, auf ihre eigenen Gefühle zu achten, die Gefühle anderer zu bemerken und zu erleben, dass ein Erwachsener ihre Freuden und Sorgen ernst nimmt.

Den Betreuern und Betreuerinnen hilft dieses Ritual, ein vertieftes Verständnis für die einzelnen Kinder zu entwickeln und mögliche Schwierigkeiten (zum Beispiel Ausgrenzungen) frühzeitig zu erkennen. Die Kinder schätzen es, wenn auch die Betreuer und Betreuerinnen sagen, wie es ihnen geht.

Zur Gestaltung dieses Begrüßungsrituals können Sie zum Beispiel das auf einer der Karten der Spielothek beschriebene Spiel «Drei Gesichter» einsetzen.

Es ist empfehlenswert, dieses Ritual fest in den pädagogischen Alltag einzubauen. Auf diese Weise können Sie einen wichtigen Beitrag dazu leisten, dass alle Kinder – unabhängig von Temperament und Neigungen – ihre Freuden, Sorgen und Bedürfnisse zum Ausdruck bringen können.

2 Kinder auf eine Hörspielgeschichte einstimmen

Bevor mit einem Hörspiel begonnen wird, ist es empfehlenswert, während fünf bis zehn Minuten Aufwärmspiele in der Gruppe durchzuführen. Mit den Spielen, die in der Spielesammlung mit dem Vermerk «Aufwärmspiel» gekennzeichnet sind, werden die Kinder auf eine gemeinsame Wirklichkeit eingestimmt.

3 Hörspielgeschichte präsentieren

Die Kinder suchen sich einen Platz auf dem Boden und machen es sich bequem. Zur Entspannung der Atmosphäre kann im Hintergrund beruhigende Musik abgespielt werden. Es folgt ein drei- bis zehnminütiges Hörspiel aus der Kinderwelt.

In der Praxis hat es sich bewährt, die Hörspiele an einer spannenden Stelle zu unterbrechen, so dass die Kinder selbst einen Schluss erfinden können, zum Beispiel im Gespräch oder in Form einer Zeichnung.

4 Im Kreisgespräch Gedanken austauschen

Oft entwickelt sich nach oder während der Geschichte spontan ein Kreisgespräch, in dem die Kinder eigene Erfahrungen und Erlebnisse zur Sprache bringen. Dabei erkennen sie auch, dass sie mit ihren Ängsten und Alltagsschwierigkeiten nicht allein sind, und sie können sich gegenseitig bei Problemlösungen unterstützen.

Wichtig ist, dass die Kinder das Thema ihren Bedürfnissen entsprechend weiterverfolgen können. Manche Kinder denken lange nach, manche gehen schneller zu etwas anderem über.

Wer etwas zu der Hörspielgeschichte sagen will, soll es sagen dürfen, wer nichts sagen will, möchte vielleicht lieber nachdenken. Was ein Kind mit der Geschichte macht, ist ihm freigestellt.

Oft werden spontane Gedanken geäußert:

«Zum Glück ist ihr noch das Richtige eingefallen.»

«Ich hätte das nicht so gemacht.»

«Das ist so wie bei uns in der Schule.»

«Da hätte ich niemals Angst gehabt.»

Die Betreuer und Betreuerinnen nehmen die Kinder, ihre Anliegen und Gefühle ernst und versuchen, sich in ihre Welt einzufühlen. Sie beeinflussen die Aussagen nicht, zeigen jedoch Interesse und fragen vielleicht nach, wie eine Aussage genau gemeint ist.

Es gibt kein «richtig» oder «falsch», der persönliche Eindruck eines Kindes ist immer berechtigt.

Vor allem wenn das Kreisgespräch sehr angeregt verläuft, bleibt nicht immer Zeit für die nachfolgende spielerische Bearbeitung der Geschichte. In diesem Fall soll das Kreisgespräch nicht aus Zeitnot abgebrochen werden, denn der persönliche Erfahrungsaustausch hat Priorität.

5 Themen spielerisch umsetzen

Nach dem Kreisgespräch oder je nach Situation auch direkt nach der Geschichte bieten die Gruppenspiele aus der Spielesammlung positive Erfahrungen, die dazu beitragen, Kinder stark werden zu lassen. Die Kinder werden sich im Spiel neuer Aspekte ihrer Situation bewusst.

So werden sie seelisch widerstandsfähiger und bewältigen die Herausforderungen ihres Alltags besser. Ihre Gesundheit und Entwicklung wird gefördert.

6 Freies Spiel

Jede Hörspielsitzung wird durch eine rund zehnmündige Spielphase abgeschlossen. Das Spielen dient als Abschlussritual. Die Kinder können sich so wieder emotional von den Themen distanzieren, mit denen sie sich während der Hörspielgeschichte auseinander gesetzt haben, und entspannt in ihren Lebensalltag zurückkehren.

THEMEN UND KREISGESPRÄCHE

Die Themenschwerpunkte der Hörspielgeschichten werden im Folgenden kurz beschrieben. Vorschläge, wie mit den Kindern über die Hörspiele diskutiert werden kann und Hinweise auf Spiele, die thematisch zu den Hörspielen passen, sollen die Arbeit der Spielleiterin/des Spielleiters erleichtern.

ICH, DU UND WIR (5'53)

Jede/r hat individuelle Fähigkeiten. Es ist wichtig, dass sich Kinder ihrer eigenen Ressourcen und Fähigkeiten bewusst werden und für diese einstehen können.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Was sind eure Hobbies? Was könnt ihr besonders gut und was eher weniger? Woran merkt ihr, dass ihr etwas gut könnt?
- Ali sagt man muss einfach üben und Freude daran haben, dann klappt es. Seid ihr auch dieser Meinung? Gibt es andere Gründe warum man etwas gut kann?
- Was denkt ihr wäre passiert wenn Ali nicht eingeriffen hätte? Hättet ihr auch schon solche Diskussionen mit Klassenkameraden/ Klassenkameradinnen?

Spiele: CLEVER CLUB & LUFTBALLONTENNIS & WER IST DENN DAS?

DAS ALTE HAUS (4'30)

Wenn Freunde dabei sind, getraut man sich eher etwas zu tun, was man allein nicht tun würde. Freunde können einem Mut machen, sie können einen aber auch zu etwas drängen, das man nicht tun will.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Sofia fürchtet sich im Haus vor der Dunkelheit. Hättet ihr euch getraut, in das alte Haus zu gehen?
- Warum ist Sofia trotzdem ins Haus gegangen? Was sind die Vorteile, wenn man etwas mit der Gruppe macht? Was sind die Nachteile, wenn die Gruppe einen zu etwas drängt?
- Gibt es etwas, wovor ihr Angst hattet und das ihr wegen den anderen doch gemacht habt? Wie habt ihr euch danach gefühlt? Wart ihr froh, dass ihr eure Angst überwunden habt, oder habt ihr es nachher bereut?
- Warum will Tabeas Mutter nicht, dass ihre Tochter in das alte Haus geht?
- Was ist spannend an einem alten Haus? Was kann Angst machen? Welche Gefahren bestehen?

Spiele: BUTTERWIEGEN & WOLKENSPIEL & BLINDENHUND

PEINLICHE EINSICHT (2'27)

Die Kinder werden angeregt, sich Gedanken über Aussehen und Konsum zu machen. Echte Freundschaften hängen nicht von Aussehen und anderen Äusserlichkeiten ab. Freunde sind dazu da, sich gegenseitig zu unterstützen, wenn sich eine/r von ihnen schlecht fühlt.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Melanie wäre es peinlich, wenn ihr Freund sie mit schlimmer Frisur und in peinlichen Kleidern gesehen hätte. Welche Dinge sind euch peinlich? Weshalb?
- Wie wichtig sind euch Kleider, Frisuren, trendiges Aussehen?
- Worauf achtet ihr bei euren Freunden? Was muss eine Freundin/ein Freund haben, damit ihr sie/ihn mögt? Welche Dinge sind wichtig, welche Dinge sind weniger wichtig?

11 Spiele: WER IST DENN DAS?

FENSTERPLATZ (3'57)

Situationen besprechen, in denen man Opfer von Hänseleien, Ausgrenzung und Gewalt werden kann. Sich der Ressourcen bewusst werden, mit denen sich jede/r wehren oder mit denen man anderen helfen kann.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Was meint ihr, warum gehen Jonas, Didi und Raphael mit Patrik so um?
- Patrik ist froh, dass er der Lehrerin erzählen konnte, was geschehen ist. Würdet ihr auch zur Lehrerin oder zum Lehrer gehen?
- Was hätten die Klassenkameraden/Klassenkameradinnen machen können?
- Kennt ihr jemanden, dem so etwas zugestossen ist? Was hat dieses Kind gemacht, um da raus zu kommen?

Spiele: WO BIST DU?

PAUSENGESPRÄCHE (2'57)

Es ist nicht immer einfach, sich gegenseitig richtig zu verstehen. Deshalb ist es wichtig, Interesse zu zeigen und auf andere zuzugehen.

Bereits Kinder lernen, eine Rolle einzunehmen und sich den Erwartungen entsprechend zu verhalten. So versuchen sie etwa auch oft, sich geschlechterkonform zu benehmen.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Der Junge meint, Mädchen seien Angsthasen und empfindlich. Das Mädchen meint dagegen, Jungen könnten nur dumm schwatzen, seien plump und sexistisch. Denkt ihr auch so? Wie sind Jungen und Mädchen eurer Meinung nach? Woher kommt es, dass man über andere so denkt?
- Was haben das Mädchen und der Junge in der Geschichte getan? Warum gelang es ihnen plötzlich, miteinander zu sprechen? Was kann man tun, wenn man sich nicht richtig versteht, obwohl man ja eigentlich die selbe Sprache spricht?

Spiele: AUF UND AB & DU BIST MEIN SPIEGEL

EINE SCHÖNE BESCHERUNG FÜR JULIA (3'07)

Es kommt manchmal vor, dass man unrechte Dinge tut, um anderen zu gefallen oder um zur Gruppe zu gehören. Zu einer Gruppe gehören zu wollen, ist verständlich, das heisst jedoch nicht, dass man alles tun muss, was die Gruppe macht oder wünscht. Kinder müssen lernen, dass eine kritische Haltung wichtig ist.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Warum hat Julia wohl mitgemacht?
- Was hättet ihr an Julias Stelle gemacht?
- Ist es euch auch schon passiert, dass ihr anderen zuliebe Dinge gemacht habt, die ihr eigentlich nicht tun wolltet?
- Was könnte man unternehmen, wenn man sich zu etwas gedrängt fühlt, das man nicht tun möchte?

Spiele: INNERE UHR & ICH WEISS, WAS ICH WILL

EIN AUSSERGEWÖHNLICHES MÄRCHEN (9'10)

Wir haben nicht alle die selben Wünsche und Träume. Es ist wichtig, sich in gewissen Situationen einig zu werden, um nicht leer auszugehen.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Was würdet ihr euch wünschen, wenn ihr drei Wünsche frei hättet?
- Was würdet ihr euch wünschen, wenn ihr euch gemeinsam auf einen Wunsch einigen müsstet?
- Warum ist es schwer, sich auf einen gemeinsamen Wunsch zu einigen? Was unternimmt ihr, wenn ihr euch nicht auf etwas einigen könnt?

Spiele: ZWILLINGE & HOLZHAUFEN & DIE SCHNELLE EINIGUNG

WENIGER ONLINE (4'42)

Es ist wichtig, über den eigenen Umgang mit digitalen Medien nachzudenken und mögliche Alternativen zu finden. Auch der Austausch unter Freunden kann dabei helfen.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Könnt ihr die Kinder aus der Geschichte verstehen?
- Wie sind die Regeln bei euch?
- Was macht ihr gerne online/mit digitalen Medien?
- Was macht ihr gerne wenn ihr nicht mehr am Tablet, TV, ... sein dürft?
- Was meint ihr, würden sie es schaffen einen ganzen Tag kein Tablet oder TV zu nutzen? Wie wäre es bei euch?

Spiele: UND WENN WIR UNS LANGWEILEN? & KLEINE GLÜCKSMOMENTE

WAS FÜR EIN STRESS (5'17)

Es werden Quellen von Druck und externen Erwartungen sowie mögliche Auswirkungen thematisiert.

Freunde können sich im Schulalltag gegenseitig helfen und das Selbstwertgefühl stärken.

Vorschläge zur Anregung eines Kreisgesprächs

- Was fühlt ihr, wenn ihr diese Geschichte hört?
- Seid ihr oft gestresst? Weshalb seid ihr gestresst?
- Wie äußert sich Stress in eurem Körper? Was tut ihr, um den Stress abzubauen?
- Wie könnte man seinen Eltern oder der Lehrerin/dem Lehrer sagen, dass man sich zu sehr unter Druck gesetzt fühlt?

Spiele: KLEINE GLÜCKSMOMENTE & CLEVER CLUB & LUFTBALLTENNIS

SPIELESAMMLUNG

GRUPPENSPIELE ZUR ENTWICKLUNGS- UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Die Gruppenspiele aus der «Spielesammlung» haben sich für die vertiefte und verhaltensaktivierende Bearbeitung der Hörspielgeschichten in der Praxis bewährt. Sie bieten den Kindern positive Erfahrungen:

«Wir hatten Streit, aber wir vertragen uns wieder.»

«Ich habe mich getraut, etwas zu sagen, was ich für richtig halte, und die anderen haben mir zugehört.»

«Jemand hat uns geholfen, als wir im Streit nicht mehr alleine zurechtgekommen sind.»

«Ich habe mich getraut, auch mal gegen den Strom zu schwimmen, ohne von der Gruppe gleich ausgeschlossen zu werden.»

«Ich hatte immer wieder Erfolgserlebnisse, die mir Mut gemacht haben. Sie geben mir Sicherheit, künftigen Herausforderungen ohne Angst zu begegnen.»

Spielerisch stark werden

Mit Spiel und Spass wird den Kindern ermöglicht, ihre eigenen Kompetenzen und Ressourcen zu entdecken und praktische Fähigkeiten für eine gesunde Auseinandersetzung mit ihrem Alltag zu erwerben. Zudem bieten die Spiele Gruppenerlebnisse, die den Zusammenhalt unter den Kindern fördern und die Beziehungs- und Konfliktfähigkeit stärken.

Das passende Spiel vor der Hörspielsitzung

Einige Spiele haben sich als hilfreich erwiesen, um Kindergruppen auf eine Hörspielgeschichte einzustimmen. Auf den Karten der Spielesammlung sind diese Spiele mit dem Vermerk «Aufwärmspiel» gekennzeichnet.

Wichtig ist, dass zur Einstimmung Spiele gewählt werden, die die aktuelle Stimmungslage der Kindergruppe aufnehmen. Ist die Gruppe eher ruhig, sollen Spiele gewählt werden, die Konzentration und Ruhe weiter fördern. Wenn die Gruppe jedoch eher nervös und gereizt ist, sind vor allem Spiele geeignet, die das Miteinander fördern und das Gegeneinander abbauen.

Das passende Spiel nach der Hörspielsitzung

Zu jedem Hörspiel werden ein oder mehrere Spiele zur Nachbereitung vorgeschlagen. Zudem ist auf den Karten der Spielesammlung jeweils vermerkt, zu welcher Hörspielgeschichte das Spiel gut passt.

DIE ROLLE DER SPIELLEITERIN ODER DES SPIELLEITERS

Wertschätzung und Akzeptanz

Als Spielleiterin oder Spielleiter nehmen Sie die Kinder mit ihren Eigenheiten, Interessen und Gefühlen an, wie sie sind. Jedes Kind ist einzigartig: Sie unterstützen die Kinder dabei Unterschiede zu schätzen.

Einfühlsames Verstehen

Als Spielleiterin oder Spielleiter sind Sie wachsam, damit Sie die Gefühle und Gedanken, die die Kinder ausdrücken möchten, wahrnehmen. Es ist wichtig, die Gefühle und Erlebnisse der Kinder ernst zu nehmen und ihre Perspektive zu verstehen. Der oder die Spielleiterin ermöglicht den Kindern ihre eigenen Gefühle zu erkennen und auszudrücken.

Schützen und gewähren lassen

Als Spielleiterin oder Spielleiter haben Sie die Aufgabe, Gruppen vor Schwierigkeiten zu bewahren, ohne sie zu stark zu schützen. Die Kinder sollen so weit als möglich ihre eigenen Erfahrungen machen dürfen.

Es soll eine Atmosphäre entstehen, in der die Kinder ihre Gedanken und Gefühle frei ausdrücken können. Die Kinder sollen Gruppen nach Belieben bilden können, aber der Spielleiter oder die Spielleiterin bleibt aufmerksam für den Fall, dass einige ausgeschlossen werden.

Regeln und Respekt

Der oder die Spielleitende ist verantwortlich für die Disziplin und achtet auf den gegenseitigen Umgang (positive Kommunikation). Es ist wichtig, einige Regeln für den reibungslosen Ablauf einer Sitzung festzulegen. Jedes Kind hat das Recht zu sprechen; wenn jemand spricht, wird zugehört und nicht unterbrochen. Wir sprechen in "Ich", das heißt, wir sprechen für uns selbst. Persönliche Informationen bleiben im Clever Club. Diese Regeln können idealerweise gemeinsam mit den Kindern ausgearbeitet werden.

TIPPS ZUR ELTERNARBEIT

Das Clever Club-Programm richtet sich auch an Eltern, da sie einen wesentlichen Beitrag zur Entwicklung ihrer Kinder leisten. Das Clever Club Programm möchte den Austausch mit ihnen fördern. Es werden Wege erkundet, um Betreuungseinrichtungen zu Treffpunkten zu machen und einen konstruktiven Dialog und Austausch zwischen Fachpersonen, Kindern und Eltern zu etablieren. Mütter und Väter sind oft sehr an Gesprächsmöglichkeiten, sozialer Einbettung und gegenseitigem Austausch interessiert. Diesen Bedürfnissen wird mit den folgenden Anregungen Rechnung getragen.

KINDERTAGESSTÄTTEN ALS ORT DES AUSTAUSCHS

Wenn ein Clever Club geplant wird, ist es wichtig, die Eltern über die vorgeschlagenen Aktivitäten und ihre präventiven Zwecke zu informieren. Sie können Ihnen dafür einen Flyer auf shop.addictionsuisse.ch/de mit der Beschreibung des Programms übergeben oder einen Elternabend organisieren. Mütter und Väter sind oft sehr an Gesprächsmöglichkeiten, sozialer Einbettung und gegenseitigem Austausch interessiert. Diesen Bedürfnissen wird mit den folgenden Anregungen Rechnung getragen.

Info-Treff

Richten Sie ein «Schwarzes Brett» mit Informationen zur Planung gemeinsamer Aktivitäten, zu Quartierveranstaltungen, Abhol- und Bringdienst, Gebrauchtkäufen etc. ein. Im Idealfall platzieren Sie das Schwarze Brett in der Nähe einer gemütlichen Sitzecke. Die Eltern, die einander beim Bringen und Abholen der Kinder begegnen, werden durch ein solches Angebot eingeladen, untereinander und mit den Betreuern und Betreuerinnen ins Gespräch zu kommen.

Vernissage

Sammeln Sie die Zeichnungen, die von den Kindern zu einem oder mehreren Themen angefertigt worden sind. Laden Sie die Eltern am Schwarzen Brett und brieflich zur Vernissage ein, an der sie die gesammelten Werke bestaunen können. Die Räumlichkeiten der Kindertagesstätte werden dazu

in eine Galerie umfunktioniert und entsprechend dekoriert.

Sie können auch eine Fotoausstellung organisieren. Gerade Fotos, die den Kinderalltag in der Tagesstätte thematisieren, stossen bei den Eltern erfahrungsgemäss auf grosses Interesse und bieten viele Anknüpfungspunkte für gemeinsame Gespräche.

Ein nichtalkoholischer Apéro mit farbenfrohen Drinks rundet die Vernissage ab und lockert die Atmosphäre auf.

Kaffeeplausch

Laden Sie die Eltern gemeinsam mit ihren Kindern halbjährlich zu einem Kaffeeplausch in die Kindertagesstätte ein. Am besten geschieht dies an einem Samstagnachmittag. So erreichen Sie auch Elternpaare, die über ein sehr knappes Zeitbudget verfügen.

PRÄVENTION UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG DURCH INFORMATION

Insbesondere der Info-Treff und die Durchführung eines Kaffeeplauschs bieten Gelegenheiten, mit Informationen zum Thema Gesundheitsförderung und Suchtprävention an die Eltern zu gelangen.

Bei Sucht Schweiz sind Informationen zu Alkohol, Tabak und anderen Drogen sowie weitere pädagogische Materialien für die Gesundheitsförderung bei Kindern im Primarschulalter erhältlich unter shop.addictionsuisse.ch/de

**WIR BEDANKEN UNS BEI DEN STIFTUNGEN,
DIE DIESES PROJEKT UNTERSTÜTZT HABEN.**

IMPRESSUM

Herausgabe: Sucht Schweiz, Lausanne, 2022
Graphik & Illustration: Helen Tilbury, Lausanne

SUCHT SCHWEIZ
Av. Louis-Ruchonnet 14
CH-1003 Lausanne

Tel. 021 321 29 11
PK 10-261-7
www.suchtschweiz.ch

