



Empfehlungsliste

Soziales Lernen

Lebenskompetenzen fördern!

Die Hansestadt Lübeck empfiehlt folgende Programme zur Stärkung von sozial-emotionalen Kompetenzen und weiteren spezifischen Kompetenzen von Kindern und Jugendlichen für Schulen, Schulsozialarbeit und den Ganzttag.

Alle Programme und Materialien finden Sie in der Datenbank unter:

www.luebeck.de – Stadtleben – Familie und Bildung oder

www.luebeck.de/de/stadtleben/familie-und-bildung/bildungsportal-soziales-lernen/



Empfehlungen aus der Programm-Datenbank „Soziales Lernen“

Unter den Gesichtspunkten aktueller Krisen und Herausforderungen ist der Hansestadt Lübeck besonders daran gelegen, Kindern und Jugendlichen ein flächendeckendes und niedrigschwelliges Angebot zur Stärkung ihrer Kompetenzen sowie zur Förderung gemeinschaftlicher Erlebnisse bereitzustellen. Hierfür hat der ehemalige Arbeitskreis „Soziales Lernen an Schulen“, nunmehr die AG Prävention im Kindes- und Jugendalter, eine Datenbank über präventive Förderprogramme für Schulen und Schulklassen erstellt.

Im Rahmen dieser Zusammenarbeit ist nun eine Empfehlungsliste für Schulen, Schulsozialarbeit und Ganztage entstanden, die vor allem Programme hervorhebt und finanziert,

- die nachhaltig wirken,
- aufeinander aufbauend und langfristig etabliert werden können,
- primärpräventiv und/oder themenspezifisch fördern,
- komplett ausgearbeitet und einfach zu implementieren sind,
- im gesamten Jahrgang und der gesamten Schule verankert werden können,
- einen Beitrag zum Sozialcurriculum der Schule leisten
- vorrangig von Communities That Care/Grüne Liste Prävention empfohlen sind
- wenn möglich, regional angesiedelt bzw. in Lübeck verortet
- einfach zugänglich und bereits bekannt sind (z. B. über das IQSH, die Schulsozialarbeit und Krankenkassen in Schleswig-Holstein).

Finanzierung

Schulen, Schulsozialarbeit und Ganztage können sich auf unkompliziertem Wege in den Bereichen Jugendarbeit / Kinder- und Jugendschutz sowie Schule und Sport / Schulsozialarbeit für ein Programm anmelden. Um die Finanzierung kümmert sich sodann der Bereich. Die Schule bzw. der Träger soll somit keinen Aufwand für Anträge und Organisation haben und kann sich auf die Implementierung des Programms konzentrieren. So wird eine einfache Umsetzung gewährleistet, die Lehrkräfte und Fachpersonal entlastet und den Kindern und Jugendlichen sowie dem Gruppenklima zu Gute kommt. Vielen Dank für Ihr Engagement!

Mit freundlichen Grüßen

Die Mitglieder der AG Prävention im Kindes- und Jugendalter

Kontakt:

Jugendarbeit / Kinder- und Jugendschutz

Irene Schenk

0451 122 5711

kinder-jugendschutz@luebeck.de

Schule und Sport / Schulsozialarbeit

Nicole Maas

0451 122 4071

schulsozialarbeit@luebeck.de

6 bis 8 Jahre | Klassenstufe 1-2

Grundschule, Schulsozialarbeit und Ganzttag

Programm	Ziel	Umfang	Anbieter/Website
Lubo aus dem All	#Sozial-emotionales Lernen/ Resilienzförderung/ Kommunikation Soziale Kompetenz- und Gewaltprävention in der Kita bis 2. Klasse	34 Sitzungen á 40min, Begleitung durch vorbereitete Stunden und durch Schulpsychologie	https://www.gruene-liste-praevention.de/nano.cms/datenbank/programm/52?a=lubo%20
Mit Ferdi auf Schatzsuche – Verhaltenstraining für Schulanfänger	#Sozial-emotionales Lernen/Regeln/ Bedürfnisse/Empathie/Emotionen/ Konfliktlösung Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen und kognitiver und sozialer Fähigkeiten und Fertigkeiten. Prävention von Aufmerksamkeitsstörungen, hyperaktivem und aggressivem Verhalten. Für den Einstieg ins Schulleben	2x pro Woche an 27 Sitzungen, nach Fortbildung, mit Material	https://www.gruene-liste-praevention.de/nano.cms/datenbank/programm/69
Fitness Für Kids	#Bewegungsförderung/Motorik/ soziale Kompetenzen/Kognition Förderung der Freude an Bewegung, Übungen für mehr körperliche Aktivität, Schulung von Motorik, Sozialen Kompetenzen und kognitiver Entwicklung	1x/Woche für 6 Monate eine angeleitete Bewegungsstunde (als Weiterbildung) + 2 Workshops á 2,5h, danach eigenständig	http://fitness-fuer-kids.de/informationen-fuer-schulen/
Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs „Teamspirit“	#Team/Soziales Lernen/Regeln/ persönliche Grenzen/Kommunikation/ Natur Verbesserung der Klassengemeinschaft, Erwerb von Sozialkompetenz durch kooperative Interaktionsspiele wie Klettern, Seilparcours etc.	1-4 Projektstage, einmalig (je Schuljahr)	http://www.exeo.de/
Theaterwerkstatt und soziales Lernen	#Soziales Lernen/Konfliktlösung/ Gewaltprävention/Emotionen/ Kommunikation Vermittlung von Konfliktlösungsstrategien durch Spiel- und Theaterpädagogik, Gewaltfreie Kommunikation/ Perspektivwechsel, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnissen, Körpersprache	2-5 Tage, einmalig (im Schuljahr)	http://www.tribuehne-theater.de/
ElternMedienLotsen	#Medienkompetenzförderung/ Medienbildung für Eltern Elternabende in Kindertagesstätten und Schulen zum Thema Medienerziehung, Abrufveranstaltung des IQSH	1 Nachmittag/ Abend	https://www.oksh.de/mitmachen/lernen/mk-fuer-eltern/elternmedienlotse/

Lubo aus dem All

Lubo aus dem All ist ein erprobtes und wissenschaftlich evaluiertes Programm zur frühzeitigen Förderung sozial-emotionaler Basiskompetenzen. Es beruht auf dem aktuellen Stand der Resilienz- und Präventionsforschung. Das Programm besteht aus 30 Grundeinheiten, die mit der gesamten Lerngruppe ca. zweimal wöchentlich durchgeführt werden. Je nach individueller Notwendigkeit können sie durch 23 Vertiefungsstunden, z. B. bei Kindern mit Verhaltensauffälligkeiten, ergänzt werden. Das Projekt wird durch die Schulpsychologie der Hansestadt Lübeck begleitet.

Mit Ferdi auf Schatzsuche – Verhaltenstraining für Schulanfänger

Das Verhaltenstraining für Schulanfänger ist ein strukturiertes, manualisiertes primärpräventives Trainingsprogramm, das in Schulen (erste und zweite Klasse) und außerschulischen Einrichtungen (Kinderhorten/Ganzttag und Kindertagesstätten) durchgeführt werden kann. Das Training soll frühzeitig oppositionellem und aggressivem Verhalten vorbeugen. Auf spielerische Weise sollen Kinder Regelverhalten, Selbstkontrolle, Bedürfnisaufschub, soziale Wahrnehmung, Rücksichtnahme und Einfühlungsvermögen, das Erkennen und Benennen von Gefühlen, Hilfeverhalten und Kooperation sowie Konfliktmanagement und Problemlösekompetenzen in schulischen Alltagssituationen erlernen und üben.

Fitness Für Kids

Fitness für Kids ist ein gesundheitsorientiertes Bewegungsprogramm für Kinder im Setting KiTa und Grundschule. Attraktive, kindgerechte Bewegungsangebote wecken Freude an Bewegung und zeigen den Kindern einen aktiven und gesunden Lebensstil. Mit der Teilnahme an Fitness für Kids können die motorischen Defizite reduziert und der Motorik- und Gesundheitsstatus der Kinder deutlich verbessert werden. Dies ergab die wissenschaftliche Begleitung des Projektes. Der multifaktorielle Ansatz ermöglicht es, dass die Kinder zeitgleich in den Bereichen motorische, soziale, kognitive und sprachliche Entwicklung gefördert werden. Das Angebot wird niedrigschwellig durchgeführt und legt großen Wert auf die Beteiligung der Kinder sowie Erzieher:innen/ Lehrer:innen. Auch für Kinder mit Inklusionsstatus eignet sich das Projekt.

Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs „Teamspirit“

Exeo bietet in Lübeck erlebnispädagogische Schul- & Gruppenprogramme zur Förderung sozialer Kompetenzen mit folgenden Zielen: Förderung eines Gemeinschaftserlebnisses, Vertrauensbildung, Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, Konstruktiver Umgang mit den Stärken und Schwächen einer Klasse, Erhalt der Handlungsfähigkeit in Stresssituationen, Förderung der Kommunikationsfähigkeit, Strategisches Denken und Förderung der Teamfähigkeit, Aufbruch fester Gruppen- oder Cliquenstrukturen, Austreten der persönlichen Komfortzone, Verantwortungsübernahme, Grenzen überwinden, Sensibilisierung der Kritikfähigkeit, Förderung einer gemeinsamen Feedback-Kultur und Transfer in den Schulalltag. Denn eine funktionierende Klassengemeinschaft verbessert die Arbeitsatmosphäre und die Lernsituation innerhalb einer Klasse. Ein unterhaltsames Setting und praktische Übungen garantieren durch ihren Erlebnisgehalt eine Förderung der Klassengemeinschaft und unterstützen die Entwicklung sozialer Kompetenzen.

Theaterwerkstatt und Soziales Lernen

Spiel- und theaterpädagogische Methoden ermöglichen ein erfahrungs- und handlungsorientiertes Lernen. Daher stehen während dieser Projektstage spiel- und theaterpädagogische Methoden im Vordergrund – im Wechsel mit Reflektionsphasen. Auftretende reale Konflikte werden beispielhaft bearbeitet: Beobachtung und Auslöser von Streit, Gefühle erkennen und benennen, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnisse erkennen und benennen, Wünsche und Bitten äußern, aktives Zuhören, Klassengemeinschaft. Die Kinder lernen unterschiedliche Konfliktlösungsstrategien einzuschätzen und erfahren im Spiel, wie Konflikte konstruktiv gelöst werden können.

ElternMedienLotsen

ElternMedienLotsen sind qualifizierte Medienkundige aus ganz Schleswig-Holstein, die auf Elternabenden in Kindergärten und an Schulen zum Thema Medienerziehung Vorschläge und Tipps diskutieren. Das Projekt ElternMedienLotse richtet sich an alle Eltern, deren Kinder 3 bis 12 Jahre alt sind sowie an Kitas, Grundschulen und andere Einrichtungen. Es handelt sich um ein Angebot des Offenen Kanals Schleswig-Holsteins, für Schulen in Kooperation mit dem IQSH buchbar.

6 bis 10 Jahre | Klassenstufe 1-4

Grundschule, Schulsozialarbeit und Ganzttag

Programm	Ziel	Umfang	Anbieter/Website
Fit und stark plus	#Soziales Lernen/Gesundheit/ Wohlbefinden/ Emotionen/Körper Förderung eines gesundheitsorientierten Lebensstils und Stärkung der Persönlichkeit	Fortlaufend, auf Lehrplan abgestimmt, nach Weiterbildung selbst anwenden, begleitet	http://www.fitundstarkplus.de/
Eigenständig werden Grundschule	#Soziales Lernen/Bewegung/ Gesundheit/ Körper/Emotionen/ Entspannung/Kommunikation/ Sucht- und Gewaltprävention Lebenskompetenzförderung nach WHO Richtlinien, Wissen über den Körper, über Gefühle, Bewegung, Entspannung und Kommunikation	7 Einheiten je Schuljahr ausformuliert, nach Weiterbildung an eigener Schule anwenden	http://www.eigenstaendig-werden.de/
Fitness Für Kids	#Bewegungsförderung/Motorik/ soziale Kompetenzen/Kognition Förderung der Freude an Bewegung, Übungen für mehr körperliche Aktivität, Schulung von Motorik, Sozialen Kompetenzen und kognitiver Entwicklung	1x/Woche für 6 Monate eine angeleitete Bewegungsstunde (als Weiterbildung) + 2 Workshops á 2,5h, danach eigenständig	http://fitness-fuer-kids.de/informationen-fuer-schulen/
Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs „Teamspirit“	#Team/Soziales Lernen/Regeln/ persönliche Grenzen/ Kommunikation/ Natur Verbesserung der Klassengemeinschaft, Erwerb von Sozialkompetenz durch kooperative Interaktionsspiele wie Klettern, Seilparcours etc.	1-4 Projektstage, einmalig (je Schuljahr)	http://www.exeo.de/
Theaterwerkstatt und soziales Lernen	#Soziales Lernen/ Konfliktlösung/ Gewaltprävention/Emotionen/ Kommunikation Vermittlung von Konfliktlösungsstrategien durch Spiel- und Theaterpädagogik, Gewaltfreie Kommunikation/ Perspektivwechsel, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnissen, Körpersprache	2-5 Tage, einmalig (im Schuljahr)	http://www.tribuehne-theater.de/

Fit und Stark Plus

Fit und Stark Plus fördert bei Kindern einen gesunden Lebensstil, setzt auf die Selbstverantwortung der Kinder für ihre eigene Gesundheit, stärkt ihre Persönlichkeit und das Vertrauen in eigene Kompetenzen, macht Spaß, wird von den Lehrkräften vor Ort durchgeführt und konnte nachhaltige Effekte in einer Studie nachweisen. Lernziele sind: Erkennen der wesentlichen Einflussfaktoren und Zusammenhänge von Wohlbefinden, Bildung von Kompetenzen zur Beeinflussung des Wohlbefindens durch das eigene Verhalten, Wahrnehmung des eigenen Körpers und Umgang mit Schmerzen, Bildung von Kompetenzen zur Lösung von Konflikten und Umgang mit Aggressionen, Übernahme der Selbstverantwortung für das eigene Wohlbefinden.

Eigenständig werden Grundschule

Mithilfe von Eigenständig werden erwerben die Schüler:innen wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial. Das Programm beruht auf dem von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen Ansatz der Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Lebenskompetenzprogramme haben sich als ein besonders erfolgreicher Ansatz für die Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit an Schulen erwiesen. Das Unterrichtsprogramm wird von dafür qualifizierten Lehrkräften durchgeführt und in den Unterricht integriert.

Fitness Für Kids

Fitness für Kids ist ein gesundheitsorientiertes Bewegungsprogramm für Kinder im Setting KiTa und Grundschule. Attraktive, kindgerechte Bewegungsangebote wecken Freude an Bewegung und zeigen den Kindern einen aktiven und gesunden Lebensstil. Mit der Teilnahme an Fitness für Kids können die motorischen Defizite reduziert und der Motorik- und Gesundheitsstatus der Kinder deutlich verbessert werden. Dies ergab die wissenschaftliche Begleitung des Projektes. Der multifaktorielle Ansatz ermöglicht es, dass die Kinder zeitgleich in den Bereichen motorische, soziale, kognitive und sprachliche Entwicklung gefördert werden. Das Angebot wird niedrigschwellig durchgeführt und legt großen Wert auf die Beteiligung der Kinder sowie Erzieher:innen/ Lehrer:innen. Auch für Kinder mit Inklusionsstatus eignet sich das Projekt.

Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs

„Teamspirit“

Exeo bietet in Lübeck erlebnispädagogische Schul- & Gruppenprogramme zur Förderung sozialer Kompetenzen mit folgenden Zielen: Förderung eines Gemeinschaftserlebnisses, Vertrauensbildung, Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, Konstruktiver Umgang mit den Stärken und Schwächen einer Klasse, Erhalt der Handlungsfähigkeit in Stresssituationen, Förderung der Kommunikationsfähigkeit, Strategisches Denken und Förderung der Teamfähigkeit, Aufbruch fester Gruppen- oder Cliquenstrukturen, Austesten der persönlichen Komfortzone, Verantwortungsübernahme, Grenzen überwinden, Sensibilisierung der Kritikfähigkeit, Förderung einer gemeinsamen Feedback-Kultur und Transfer in den Schulalltag. Denn eine funktionierende Klassengemeinschaft verbessert die Arbeitsatmosphäre und die Lernsituation innerhalb einer Klasse. Das unterhaltsame Setting und praktische Übungen garantieren durch ihren Erlebnisgehalt eine Förderung der Klassengemeinschaft und unterstützen die Entwicklung sozialer Kompetenzen.

Theaterwerkstatt und Soziales Lernen

Spiel- und theaterpädagogische Methoden ermöglichen ein erfahrungs- und handlungsorientiertes Lernen. Daher stehen während dieser Projektstage spiel- und theaterpädagogische Methoden im Vordergrund – im Wechsel mit Reflektionsphasen. Auftretende reale Konflikte werden beispielhaft bearbeitet: Beobachtung und Auslöser von Streit, Gefühle erkennen und benennen, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnisse erkennen und benennen, Wünsche und Bitten äußern, aktives Zuhören, Klassengemeinschaft. Die Kinder lernen unterschiedliche Konfliktlösungsstrategien einschätzen und erfahren im Spiel, wie Konflikte konstruktiv gelöst werden können.

Programm	Ziel	Umfang	Anbieter/Website
Echt Klasse!	#Prävention sexueller Gewalt/Stärkung Ich-Kompetenzen/Emotionen/Körper Interaktiver Präventionsparcours gegen sexuelle Gewalt, Lehrkraftfortbildung, Begleitmaterial für Lehrkräfte, Infoabend für Eltern, Ausstellung offen für Eltern	1-5 Tage, einmalig, individuelle Weiterbildungen für Lehrkräfte	http://www.petze-institut.de/
Internet-ABC (3.-4. Klasse)	#Medienkompetenzförderung Angebot für Kinder, Eltern und Lehrkräfte: Fortbildungen für Lehrkräfte, Elternabende mit Tipps für Medienerziehung und Umgang mit dem Internet; Webseite mit interaktiven und vertonten Lernmodulen (Internetführerschein), Handbuch und Arbeitsblätter für Lehrkräfte	2 Schuljahre oder nach Bedarf fortlaufend nutzbar, Weiterbildung durch IQSH	https://www.internet-abc.de/
ElternMedienLotsen	#Medienkompetenzförderung/ Medienbildung für Eltern Elternabende in Kindertagesstätten und Schulen zum Thema Medienerziehung, Abruferveranstaltung des IQSH	1 Nachmittag/ Abend	https://www.oksh.de/mitmachen/lernen/mk-fuer-eltern/elternmedienlotse-2/

Echt Klasse!

Die Ausstellung bietet Mädchen und Jungen im Grundschulalter einen Erlebnisrahmen, in dem sie sich spielerisch und handlungsorientiert mit den Präventionsprinzipien auseinandersetzen können. „Mein Körper gehört mir, Ich kenne gute und schlechte Gefühle, Es gibt gute und schlechte Geheimnisse, Es gibt angenehme und unangenehme Berührungen, Ich darf NEIN sagen, Ich kann mir Hilfe holen.“ Dies geschieht nicht nur auf kognitiver, sondern auch auf emotionaler Ebene. Prävention soll Spaß machen! So werden Kinder gestärkt und gewinnen an Selbstvertrauen. Eine begleitende Lehrkräftefortbildung und ein Informationsabend für Eltern informieren über die Erscheinungsformen und Auswirkungen sexualisierter Gewalt und sexuellen Missbrauchs. Es wird aufgezeigt, was in der alltäglichen Erziehung präventiv gegen sexuellen Missbrauch wirkt. Ein weiterer wichtiger Aspekt in der Fortbildung für Lehrkräfte ist die Intervention: Wie verhalte ich mich als Lehrkraft, wenn ich vermute oder erfahre, dass ein Kind sexueller Gewalt ausgesetzt ist?

Internet-ABC

Die Fortbildung richtet sich an alle Lehrkräfte der Grundschulen, vorzugsweise 3.-4. Klasse und gibt einen ersten Einblick in das Angebot des Internet-ABC. Anhand von Videos und kurzen eigenen Erkundungstouren erhalten Fachkräfte die Möglichkeit, das Projekt und die Arbeitsmaterialien unter Anleitung kennenzulernen. Der Kurs findet an fünf Terminen über zwei Jahre statt und führt zur Zertifizierung als Internet-ABC-Schule. Mit dem Internet-ABC lernen Kinder den sicheren Umgang mit dem Internet.

ElternMedienLotsen

ElternMedienLotsen sind qualifizierte Medienkundige aus ganz Schleswig-Holstein, die auf Elternabenden in Kindergärten und an Schulen zum Thema Medienerziehung Vorschläge und Tipps diskutieren. Das Projekt ElternMedienLotse richtet sich an alle Eltern, deren Kinder 3 bis 12 Jahre alt sind sowie an Kitas, Grundschulen und andere Einrichtungen. Es handelt sich um ein Angebot des Offenen Kanals Schleswig-Holsteins, für Schulen in Kooperation mit dem IQSH buchbar.

10 bis 12 Jahre | Klassenstufe 5-6**Weiterführende Schule und Schulsozialarbeit**

Programm	Ziel	Umfang	Anbieter/Website
Fit und stark plus II = Sokrates	#Widerstandsfähigkeit/ Stressbewältigung/Teamfähigkeit/ Empathie/Kommunikation/ Gesundheit/Bewegung Förderung eines gesunden Lebensstils und Stärkung der (selbst)wertschätzenden Persönlichkeitsentwicklung samt Fremdsein/Integration	4 Module, 1 Unterrichtsstunde je Woche, über 2 Jahre, begleitet	http://www.ifa-ggmbh.de/
Lions Quest: Erwachsen werden	#Soziales Lernen/ Gesundheitsförderung/ Miteinander/ Demokratieförderung Programme zur Entwicklung und Förderung der allgemeinen Sozial- und Lebenskompetenzen. Stärkt Schlüsselkompetenzen, Resilienz, interkulturelle Achtsamkeit, Konfliktlösung, Kommunikationsfähigkeit	Weiterbildung für Lehrkraft, danach eigenständige Implementierung	https://www.lions-quest.de/seminare/erwachsen-werden

Fit und stark plus II = Sokrates

Das Programm stärkt Kinder in der 5. und 6. Klasse, um einen gesunden Lebensstil sowie ein gesundes Selbstbewusstsein zu entwickeln. Dabei werden Problemlösungsstrategien vermittelt und die Resilienz gefördert, um die Persönlichkeitsentwicklung auf der einen und die Bewältigung sozialer und psychischer Anforderungen auf der anderen Seite zu unterstützen. Die Themenfelder dabei sind: Interaktion, Toleranz, Integration, Emotionen, Gleichstellung, Gesundheit, Sucht und Medien.

Lions Quest: Erwachsen werden

Bei Lions-Quest „Erwachsen werden“ werden die Persönlichkeit und soziale, emotionale und kommunikative Kompetenzen bei Schülerinnen und Schülern der Klasse 5 bis 8/9 aktiv gefördert. Das Programm verbessert durch die Lebenskompetenzförderung nachweislich das Miteinander im Klassenverband, die Lernerfolge und das Klassenklima. Junge Menschen lernen mit „Erwachsen werden“, Konflikt- und Risikosituationen erfolgreich zu begegnen und für Pro-

bleme zielführende Lösungen zu finden. Außerdem hilft das Programm bei der Entwicklung der persönlichen Identität, bei der Ausdrucksfähigkeit eigener und der Wahrnehmung fremder Emotionen und unterstützt beim toleranten Umgang mit unterschiedlichen lebensbiografischen Aspekten. Es werden die Gesundheit und Resilienz bei Schülerinnen und Schülern gefördert. Sie sind eher in der Lage Grenzen, Stärken und Schwächen sachlicher einzuschätzen und zu bewerten.

Programm	Ziel	Umfang	Anbieter/Website
Eigenständig werden 5 und 6	##Soziales Lernen/Bewegung/Gesundheit/ Körper/Emotionen/Entspannung/ Kommunikation/Sucht- und Gewaltprävention Lebenskompetenzförderung nach WHO Richtlinien, Wissen über den Körper, über Gefühle, Bewegung, Entspannung und Kommunikation	7 Schwerpunkte je Schuljahr ausformuliert, nach Multiplikatoren-schulung eigenständig implementieren	http://www.eigenstaendigwerden.de/
Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs „Teamspirit“	#Team/Soziales Lernen/Regeln/ persönliche Grenzen/ Kommunikation/ Natur Verbesserung der Klassengemeinschaft, Erwerb von Sozialkompetenz durch kooperative Interaktionsspiele wie Klettern, Seilparcours etc.	1-4 Projekt-tage, einmalig (je Schuljahr)	http://www.exeo.de/
Theaterwerkstatt und soziales Lernen	#Soziales Lernen/ Konfliktlösung/ Gewaltprävention/Emotionen/ Kommunikation Vermittlung von Konfliktlösungsstrategien durch Spiel- und Theaterpädagogik, Gewaltfreie Kommunikation/ Perspektivwechsel, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnissen, Körpersprache	2-5 Tage, einmalig (im Schuljahr)	http://www.tribuehne-theater.de/
Gemeinsam Klasse sein (nur 5. Klasse)	#Stärkung Zusammenhalt/Team/ Gewalt- und Mobbingprävention/ Kommunikation/Empathie Projekt gegen Mobbing und Cybermobbing, Material für 5 Projekt-tage, Info für Lehrkräfte, Schüler:innen und Eltern	Lehrerschulung, danach Zugang zu Materialien für Projektwoche, Elternnachmittag, jährliche Vertiefung empfohlen	https://www.gemeinsam-klasse-sein.de/anti-mobbing
Echt Fair!	#Sozialkompetenzen/Intervention/ Auswege/häusliche Gewalt Soziale Kompetenz stärken, Sensibilisierung, Handlungsalternativen, Auswege und Intervention, begleitete Lehrkräftefortbildung, Elternarbeit	1-5 Tage, einmalig	http://www.petze-institut.de/
ElternMedienLotsen	#Medienkompetenzförderung/ Medienbildung für Eltern Elternabende in Kindertagesstätten und Schulen zum Thema Medienerziehung, Abrufveranstaltung des IQSH	1 Nachmittag/ Abend	https://www.oksh.de/mitmachen/lernen/mk-fuer-eltern/elternmedienlotse-2/

Eigenständig werden 5-6

Mithilfe von Eigenständig werden erwerben die Schüler:innen wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial. Das Programm beruht auf dem von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen Ansatz der Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Lebenskompetenzprogramme haben sich als ein besonders erfolgreicher Ansatz für die Gesundheitsförderung und Präventionsarbeit an Schulen erwiesen. Das Unterrichtsprogramm wird von dafür qualifizierten Lehrkräften durchgeführt und in den Unterricht integriert.

Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs „Teamspirit“

Exeo bietet in Lübeck erlebnispädagogische Schul- & Gruppenprogramme zur Förderung sozialer Kompetenzen mit folgenden Zielen:
Förderung eines Gemeinschaftserlebnisses, Vertrauensbildung, Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, Konstruktiver Umgang mit den Stärken und Schwächen einer Klasse, Erhalt der Handlungsfähigkeit in Stresssituationen, Förderung der Kommunikationsfähigkeit, Strategisches Denken und Förderung der Teamfähigkeit, Aufbruch fester Gruppen- oder Cliquenstrukturen, Austesten der persönlichen Komfortzone, Verantwortungsübernahme, Grenzen überwinden, Sensibilisierung der Kritikfähigkeit, Förderung einer gemeinsamen Feedback-Kultur und Transfer in den Schulalltag. Denn eine funktionierende Klassengemeinschaft verbessert die Arbeitsatmosphäre und die Lernsituation innerhalb einer Klasse. Das unterhaltsame Setting und praktische Übungen garantieren durch ihren Erlebnisgehalt eine Förderung der Klassengemeinschaft und unterstützen die Entwicklung sozialer Kompetenzen.

Theaterwerkstatt und Soziales Lernen

Spiel- und theaterpädagogische Methoden ermöglichen ein erfahrungs- und handlungsorientiertes Lernen. Daher stehen während dieser Projekt-tage spiel- und theaterpädagogische Methoden im Vordergrund – im Wechsel mit Reflektionsphasen. Auftretende reale Konflikte werden beispielhaft bearbeitet: Beobachtung und Auslöser von Streit, Gefühle erkennen und benennen, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnisse erkennen und benennen, Wünsche und Bitten äußern, aktives Zuhören, Klassengemeinschaft. Die Kinder lernen unterschiedliche Konfliktlösungsstrategien einschätzen und erfahren im Spiel, wie Konflikte konstruktiv gelöst werden können.

Gemeinsam Klasse sein

Gemeinsam Klasse sein ist ein Projekt gegen Mobbing und Cybermobbing und unterstützt Schulen und Eltern dabei, dass sich Kinder in ihrer Klasse wohlfühlen. Es versetzt Schulen in die Lage gezielt und präventiv gegen Mobbing und Cybermobbing vorzugehen und richtet sich vor allen Dingen an Klassenleitungen von 5. Klassen. Die Kinder erforschen in Übungen, Rollenspielen und Gesprächen, wie sie positiv und konstruktiv miteinander umgehen können. Verschiedene Filme und Erklärvideos machen deutlich, welche Folgen Mobbing für die Betroffenen hat und was die Schüler:innen selbst tun können, um Mobbing gar nicht erst entstehen zu lassen. Das Ziel: Die Klasse entwickelt eine solide Basis dafür, dass sie eine tragfähige Gemeinschaft für die Zukunft wird. Am Elternnachmittag werden auch die Mütter und Väter in die Projektwoche einbezogen.

Echt Fair!

Der interaktive Präventionsparcours will eine Stärkung der sozialen Kompetenz und eine Sensibilisierung der Jugendlichen erreichen und vermittelt Handlungsalternativen und Auswege aus der Gewalt. Der Schwerpunkt liegt auf der häuslichen Gewalt und Gewalt durch Familienmitglieder. Die begleitende Lehrkräftefortbildung durch erfahrene Mitarbeiterinnen der PETZE und ein Elternblatt informieren über die Erscheinungsformen und Auswirkungen von Gewalt im Jugendalter mit dem Schwerpunkt häusliche Gewalt. Die Fortbildung zeigt nicht nur Möglichkeiten der Prävention im Schulalltag auf, sondern auch Interventionsschritte, wenn Jugendliche von Gewalt betroffen sind.

ElternMedienLotsen

ElternMedienLotsen sind qualifizierte Medienkundige aus ganz Schleswig-Holstein, die auf Elternabenden in Kindergärten und an Schulen zum Thema Medienerziehung Vorschläge und Tipps diskutieren. Das Projekt ElternMedienLotse richtet sich an alle Eltern, deren Kinder 3 bis 12 Jahre alt sind sowie an Kitas, Grundschulen und andere Einrichtungen. Es handelt sich um ein Angebot des Offenen Kanals Schleswig-Holsteins, für Schulen in Kooperation mit dem IQSH buchbar.

13 bis 18 Jahre | Klassenstufe 7-13

Weiterführende Schule und Schulsozialarbeit

Programm	Ziel	Umfang	Anbieter/Website
Lions Quest: Erwachsen werden (5.-9. Klasse) / Erwachsen handeln (9.-13. Klasse)	#Soziales Lernen/ Gesundheitsförderung/Miteinander/ Demokratieförderung Programme zur Entwicklung und Förderung der Sozial- und Lebenskompetenzen. Stärkt Schlüsselkompetenzen und Bereitschaft zu gesellschaftlichem Engagement, Resilienz, interkulturelle Achtsamkeit, Konfliktlösung, Kommunikationsfähigkeit	Weiterbildung für Lehrkraft, danach eigenständige Implementierung	https://www.lions-quest.de/seminare/erwachsen-handeln/
Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs „Teamspirit“	#Team/Soziales Lernen/Regeln/ persönliche Grenzen/ Kommunikation/ Natur Verbesserung der Klassengemeinschaft, Erwerb von Sozialkompetenz durch kooperative Interaktionsspiele wie Klettern, Seilparcours etc.	1-4 Projektstage, einmalig (je Schuljahr)	http://www.exeo.de/
Theaterwerkstatt und soziales Lernen	#Soziales Lernen/ Konfliktlösung/ Gewaltprävention/Emotionen/ Kommunikation Vermittlung von Konfliktlösungsstrategien durch Spiel- und Theaterpädagogik, Gewaltfreie Kommunikation/ Perspektivwechsel, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnissen, Körpersprache	2-5 Tage, einmalig (im Schuljahr)	http://www.tribuehne-theater.de/
Beratung und Hilfe bei sexualisierter Gewalt (ab 8. Klasse)	# Aufklärung sexuelle Gewalt und Belästigung/ Stärkung Ich-Kompetenzen/ Grenzen setzen/ Hilfsmöglichkeiten Informationsveranstaltung (3 Schulstunden) zu Themen Belästigung und (sexualisierte) Gewalt	Infoveranstaltung über 3 Schulstunden	http://www.frauennotruf-luebeck.de/
Echt krass! (ab 8. Klasse)	#Prävention sexueller Gewalt/ Stärkung Ich-Kompetenzen/ Grenzen setzen/Gruppendruck Interaktiver Präventionsparcours gegen sexuelle Gewalt, Lehrkräftefortbildung, Begleitmaterial für Lehrkräfte, Infoabend für Eltern, Ausstellung offen für Eltern	1 Projektwoche	http://www.petze-institut.de/ 23.9.-16.10.2024 Ausstellung buchbar beim Frauennotruf Lübeck
ElternMedienLotsen	#Medienkompetenzförderung/ Medienbildung für Eltern Elternabende in Kindertagesstätten und Schulen zum Thema Medienerziehung, Abrufveranstaltung des IQSH	1 Nachmittag/ Abend	https://www.oksh.de/mitmachen/lernen/mk-fuer-eltern/elternmedienlotse-2/

Lions Quest: Erwachsen werden / Erwachsen handeln

Bei Erwachsenen werden von Lions-Quest werden die Persönlichkeit und soziale, emotionale und kommunikative Kompetenzen bei Schülerinnen und Schülern der Klasse 5 bis 8/9 aktiv gefördert. Das Programm verbessert durch die Lebenskompetenzförderung nachweislich das Miteinander im Klassenverband, die Lernerfolge und das Klassenklima. Das weiterführende Programm Erwachsen handeln hingegen richtet sich an Schülerinnen und Schüler der Klasse 9/10 bis 13 und geht über die Gesundheitsförderung und die Verbesserung des sozialen Miteinanders in der Lebenswelt Schule hinaus. Erwachsen handeln stärkt neben Schlüsselkompetenzen das Demokratieverständnis und die Bereitschaft zum gesellschaftlichen Engagement bei angehenden Erwachsenen.

Erlebnispädagogik z. B. Sozialer Trainingskurs

„Teamspirit“

Exeo bietet in Lübeck erlebnispädagogische Schul- & Gruppenprogramme zur Förderung sozialer Kompetenzen mit folgenden Zielen:
Förderung eines Gemeinschaftserlebnisses, Vertrauensbildung, Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung, Konstruktiver Umgang mit den Stärken und Schwächen einer Klasse, Erhalt der Handlungsfähigkeit in Stresssituationen, Förderung der Kommunikationsfähigkeit, Strategisches Denken und Förderung der Teamfähigkeit, Aufbruch fester Gruppen- oder Cliquenstrukturen, Austesten der persönlichen Komfortzone, Verantwortungsübernahme, Grenzen überwinden, Sensibilisierung der Kritikfähigkeit, Förderung einer gemeinsamen Feedback-Kultur und Transfer in den Schulalltag. Denn eine funktionierende Klassengemeinschaft verbessert die Arbeitsatmosphäre und die Lernsituation innerhalb einer Klasse. Das unterhaltsame Setting und praktische Übungen garantieren durch ihren Erlebnisgehalt eine Förderung der Klassengemeinschaft und unterstützen die Entwicklung sozialer Kompetenzen.

Theaterwerkstatt und Soziales Lernen

Spiel- und theaterpädagogische Methoden ermöglichen ein erfahrungs- und handlungsorientiertes Lernen. Daher stehen während dieser Projektstage spiel- und theaterpädagogische Methoden im Vordergrund – im Wechsel mit Reflektionsphasen. Auftretende reale Konflikte werden beispielhaft bearbeitet: Beobachtung und Auslöser von Streit, Gefühle erkennen und benennen, Umgang mit Gefühlen, Bedürfnisse erkennen und benennen, Wünsche und Bitten äußern,

aktives Zuhören, Klassengemeinschaft. Die Kinder lernen unterschiedliche Konfliktlösungsstrategien einschätzen und erfahren im Spiel, wie Konflikte konstruktiv gelöst werden können.

Beratung und Hilfe bei sexualisierter Gewalt

Der Frauennotruf Lübeck führt eine Informationsveranstaltung (über drei Schulstunden) für Schüler:innen ab der 8. Klasse zu den Themen Belästigung und (sexualisierte) Gewalt: Aufklärung, Wahrnehmen/ Erkennen von Grenzen und Hilfsmöglichkeiten durch. Außerdem bietet der Frauennotruf Lübeck die Petze-Ausstellung **Echt krass!** vom 23.09.-16.10.2024 in Lübeck an.

Echt krass!

Die Ausstellung bietet Jugendlichen die Möglichkeit der Auseinandersetzung mit dem Thema sexuelle Grenzverletzungen, zu den Themenfeldern: Sex sells: sexistische Werbung und Pornografie, Trial & Error: eigene Bedürfnisse und die des Partners/der Partnerin, Stop & Go: Kommunikation in Teenagerbeziehungen, Love & Hate: Gruppendruck und emotionale Abhängigkeiten, Law & Order: Gesetzeslage und Hilfe bei sexuellen Grenzverletzungen. Der interaktive Präventionsparcours will eine Stärkung der sozialen Kompetenz und eine Sensibilisierung der Jugendlichen erreichen und vermittelt Handlungsalternativen und Auswege aus der sexualisierten Gewalt. Die begleitende Lehrkräftefortbildung durch erfahrene Mitarbeiterinnen der PETZE und ein Elternbrief informieren über die Erscheinungsformen und Auswirkungen von sexualisierter Gewalt im Jugendalter.

Der Frauen*notruf Lübeck holt die ECHT KRASS! – Ausstellung 2024 nach Lübeck.

Vom 23.09. bis 16.10.2024 wird die Ausstellung in der Diele, Mengstr. 41, 23552 Lübeck stehen und kann von Schulklassen und Interessierten besucht werden. Es wird angeleitete Führungen durch die Ausstellung geben.

ElternMedienLotsen

ElternMedienLotsen sind qualifizierte Medienkundige aus ganz Schleswig-Holstein, die auf Elternabenden in Kindergärten und an Schulen zum Thema Medienerziehung Vorschläge und Tipps diskutieren. Das Projekt ElternMedienLotse richtet sich an alle Eltern, deren Kinder 3 bis 12 Jahre alt sind sowie an Kitas, Grundschulen und andere Einrichtungen. Es handelt sich um ein Angebot des Offenen Kanals Schleswig-Holsteins, für Schulen in Kooperation mit dem IQSH buchbar.

Impressum:

**Kommunaler Präventionsrat der Hansestadt Lübeck
AG Prävention im Kindes- und Jugendalter**

Hansestadt Lübeck
Fachbereich 4 – Kultur und Bildung
Jugendarbeit / Jugendamt
AG Prävention im Kindes- und Jugendalter
Hansering 20b | 23558 Lübeck
(0451) 122 5711
Kinder-jugendschutz@luebeck.de
www.luebeck.de

Stand Juni 2023

Hansestadt LÜBECK

Hansestadt Lübeck
Fachbereich 4 – Kultur und Bildung
Jugendarbeit / Jugendamt
AG Prävention im Kindes- und Jugendalter
Hansering 20b | 23558 Lübeck
(0451) 122 5711
Kinder-jugendschutz@luebeck.de
www.luebeck.de