



Praxishilfen aus dem Projekt Wupperhelden

Das Projekt „Wupperhelden“ war ein Präventionsprojekt zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Vorschulkindern, mit einer Laufzeit von drei Jahren (September 2021 bis August 2024) und wurde vom Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek) gefördert.

Zielsetzung des Projektes Wupperhelden war es, Kinder (und deren Familien) beim Übergang vom Kindergarten in die Grundschule zu begleiten und ihre psychische Gesundheit bei diesem Veränderungsprozess zu unterstützen.

Das Projekt wurde in insgesamt 11 Kindertagesstätten umgesetzt, die in verschiedenen Stadtbezirken im Osten Wuppertals liegen. Gemeinsam ist diesen Stadtbezirken, dass sie durch bestimmte sozioökonomische Faktoren vor vielfältigen Herausforderungen stehen, die sich nachteilig auf die psychische Gesundheit von Kindern auswirken können.

Insbesondere soll die vorliegende Praxishilfe nun jenen Kindern zugutekommen, deren Entwicklung durch Risikofaktoren beeinflusst wird.

Durch dieses Heft erhalten Sie einen Einblick, wie die praktische Arbeit im Rahmen des Projektes Wupperhelden aussah und wie Risikofaktoren präventive Schutzfaktoren entgegengesetzt wurden.

Im vorliegenden Heft haben wir für Sie zudem Erfahrungen, Methoden und Materialempfehlungen zusammengefasst, nach denen wir in unserem Projekt „Wupperhelden“ gearbeitet haben.

Vielleicht entdecken Sie Ideen, die für Ihre eigene Arbeit interessant sind, um eine gesunde psychische Entwicklung bei Vorschulkindern zu unterstützen!

Wir freuen uns sehr, wenn unser Wissen und unsere Methoden auch über die Projektlaufzeit hinaus genutzt werden können.

Inhaltsverzeichnis

1	TEILASPEKTE DER RESILIENZENTWICKLUNG BEI KINDERN – SO UNTERSTÜTZEN WIR EINE GESUNDE PSYCHISCHE ENTWICKLUNG.....	4
2	METHODISCHE IDEEN UND MATERIAL ZU DEN EINZELNEN ENTWICKLUNGSBEREICHEN..	5
2.1	Sensorische Integration	5
2.2	Selbstwirksamkeit	6
2.3	Bindungsfähigkeit /Regulierungsfähigkeit und emotionale Ausdrucksfähigkeit.....	9
2.4	Handlungsplanung und Problemlösefähigkeit	12
2.5	Kommunikationsfähigkeit.....	13
3	ERFAHRUNGSWERTE AUS DER PRAKTISCHEN PROJEKTARBEIT – DEN ÜBERGANG ZUR SCHULE GESUND UND MUTIG BEWÄLTIGEN	16
3.1	Zeitphasen im letzten Kindergartenjahr.....	16
3.1.1	Jetzt sind wir die „Großen“	16
3.1.2	Wir möchten schon ein wenig mehr „Schulkind“ sein	16
3.1.3	Abschied, Trauer, Sorge und Neugierde - so viele verschiedene Gefühle.....	17
3.2	Kinder in ihrer Handlungsfähigkeit unterstützen	18
3.2.1	Mutlöwe	18
3.2.2	Mutstein	18
3.2.3	Freundschaftbänder	19

1 Teilaspekte der Resilienzentwicklung bei Kindern – so unterstützen wir eine gesunde psychische Entwicklung

Grundlegend für die Förderung der Kinder waren in der Projektarbeit folgende Teilbereiche:

1. Sensorische Integration (angemessene Wahrnehmungsverarbeitung)
2. Selbstwirksamkeit (Überzeugung, handlungsfähig zu sein)
3. Bindungsfähigkeit (Urvertrauen, innere Sicherheit)
4. Regulierungsfähigkeit (Wahrnehmen und Steuern von Affekten und Gefühlen)
5. Handlungsplan und Problemlösefähigkeit (Kreativität, Neugier, Analysefähigkeit, Anstrengungsbereitschaft)
6. Kommunikative Fähigkeiten und emotionale Ausdrucksfähigkeit (verbal oder auch nonverbal) ¹

Diese sechs Fähigkeiten helfen Kindern, ihre Entwicklungsaufgaben wahrzunehmen und zu bewältigen. Die Förderung dieser Teilbereiche ist somit auch grundlegend, wenn wir Kinder in einer psychisch gesunden und widerstandsfähigen Entwicklung begleiten wollen.

¹ Vgl.: Rönna-Böse / Fröhlich-Gildhoff; Resilienz im Kita-Alltag; Herder 2020; S. 19 ff. und S. 44 ff und Rohmann, Bockmann und Burgdorf-Fuhse, Emotion und Sprache; HAWK Sprachwerkstatt, 2020

2 Methodische Ideen und Material zu den einzelnen Entwicklungsbereichen

2.1 Sensorische Integration

In diesen Bereich gehören alle Spiel- und Beschäftigungsangebote, welche die Selbstwahrnehmung und die Sinne fördern.

Die Kinder werden darin unterstützt, sich selbst zu sehen, besser kennenzulernen, ein Selbstkonzept (körperlich wie psychisch) zu entwickeln.²

Die Förderung der Wahrnehmung und Sinne allgemein wirkt sich auch auf die Konzentrationsfähigkeit und die Handlungsplanung / Selbstwirksamkeit eines Kindes positiv aus.

Ideen zur Förderung der Selbstwahrnehmung (sensorisch und Körperwahrnehmung)

- **Körperumrisse** auf Tapete malen, später anmalen
- Körperumrisse mit Seilen legen, sich wieder hineinlegen; eventuell in den Umriss eines anderen Kindes legen und Unterschiede erkennen
- **Spiegelbild:** Sich selbst aufmerksam im Spiegel betrachten, sich beschreiben, selbst malen.

Ideen zur Wahrnehmung der anderen Kinder:

- **Spiel: „Spiegelbilder“** (einer macht etwas vor; z.B. Grimasse ziehen und Bein heben; alle anderen machen es nach)
- **Dinge verändern:** Kinder sitzen im Kreis, sehen sich gut an; ein Kind geht raus, es wird in der Zwischenzeit eine Kleinigkeit geändert (z.B. Haarreif, Halstuch, Schuhe von zwei Kindern tauschen) – kann das Kind, das draußen war, den Unterschied erraten?

Ideen allgemein zur Sinnesförderung:

- **KIM-Spiele** zur Sinnesförderung:
- Hören: Geräusche erraten; Kreisspiele wie „Bello, Bello, dein Knochen ist weg!“
Laufspiel mit Trommelkommandos
- Sehen: Gegenstände merken und wegnehmen; Steine beschreiben und wiederfinden
- Tasten: Gegenstände und Formen ertasten; Vorlagen zuordnen

Alle Arten der **Bewegungsförderung** fördern die Selbstwahrnehmung und -einschätzung eines Kindes. Indem es mit den eigenen motorischen Möglichkeiten experimentiert, diese erweitert, gewinnt es Selbstvertrauen.

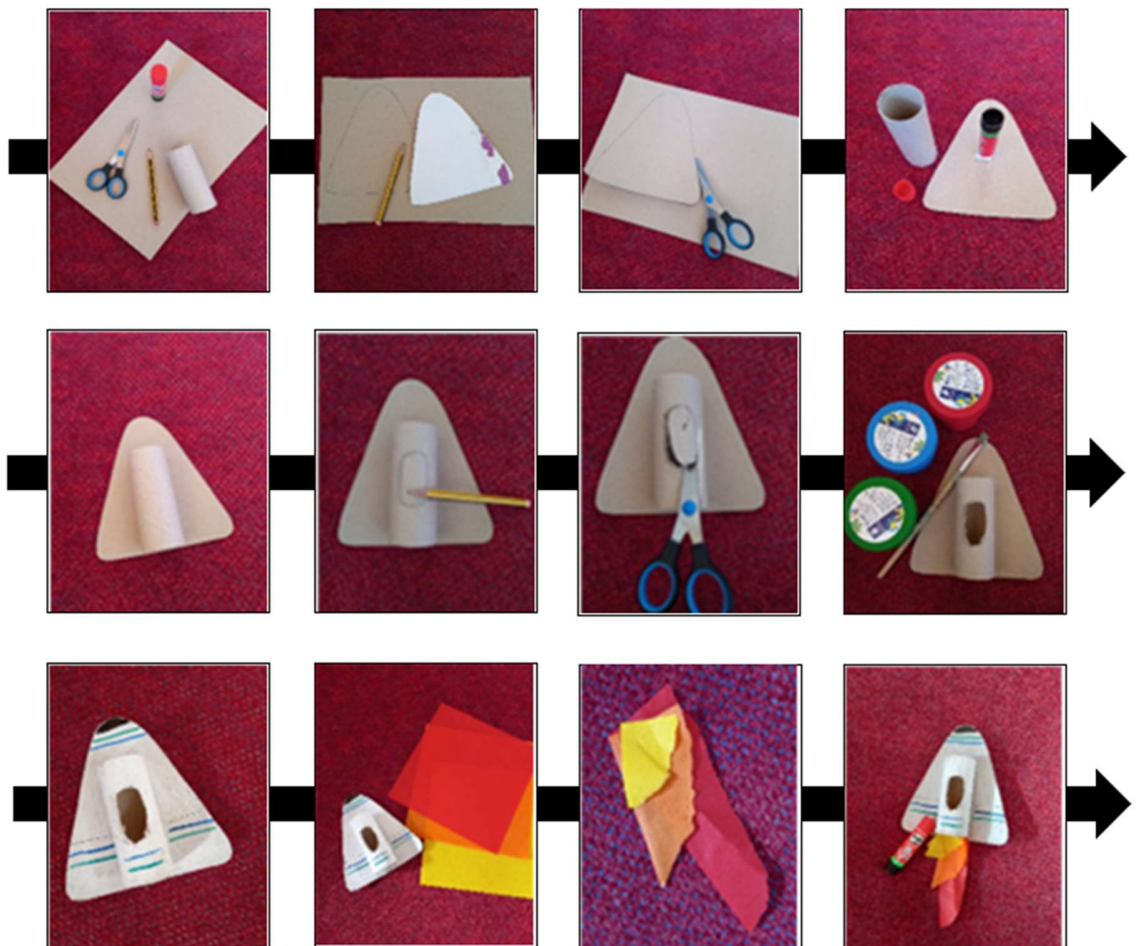
² Vgl.: Rönna-Böse / Fröhlich-Gildhoff; Resilienz im Kita-Alltag; Herder 2020; S. 44 / 45

2.2 Selbstwirksamkeit

Ein Kind kann sich in allen Alltags- und Spieltätigkeiten selbstwirksam fühlen. Für uns als erwachsene Begleitpersonen ist es wichtig, immer neu zu hinterfragen, wie wir die Selbstständigkeit eines Kindes erweitern können.³

- **Alltagspraktische Tätigkeiten mit Anleitungsplan** (z.B. Salzteig herstellen, Knete herstellen; Obstsalat machen, basteln u.ä.)
Kinder können selbstständiger arbeiten, wenn sie eine visuelle Anleitung bekommen (Fotos oder Zeichnungen).

Im Projekt Wupperhelden haben wir z.B. folgende *Fotoreihe zum Basteln* eines „Düsenjets“ genutzt:⁴



³ Vgl.: Rönna-Böse / Gildhoff; Resilienz im Kita-Alltag; Herder 2020; S. 50 ff.

⁴ Idee entwickelt nach: www.pinterest.de/pin/534169205796141714/

- ... oder folgende gezeichnete Anleitung zum Herstellen eines Salzteigs:



- Zu empfehlen ist auch das Backbuch „Kinderleichte Becherküche“
Hier gibt es 10 Rezepte, die in Fotos dargestellt sind und Kindern eine selbstständige Arbeit ermöglichen (Birgit Wenz; kinderleichte Becherküche – Leckere Backideen für Kinder – Backen nach Bildern; ISBN 978-3-9816172-7-6)

- Weiterhin sind die **Durchführung von Experimenten** eine sehr wirkungsvolle Methode, um Kindern zu Selbstwirksamkeit, Konzentration und auch Handlungserfolg zu verhelfen.

Besonders beliebt war im Projekt das „*Vulkanexperiment*“:

Diese Materialien braucht ihr:

- ✓ Teller
- ✓ Schere
- ✓ Gläser
- ✓ Alufolie und Klebeband
- ✓ Päckchen Backpulver
- ✓ 1–2 Päckchen rote Lebensmittelfarbe
- ✓ Spülmittel
- ✓ ein halbes Glas Essig
- ✓ ein halbes Glas Wasser
- ✓ eine große, wasserdichte Unterlage (z. B. ein Tablett)



Experiment:

Klebt eines der beiden Gläser mit einem Röllchen aus Klebeband mittig auf den Teller.

Legt zwei Bahnen Alufolie darüber, sodass Teller und Glas bedeckt sind. Klebt die Ränder der Folie an der Unterseite des Tellers fest.

Schneidet - wie im Bild zu sehen - in die Mitte der Glasöffnung mit der Schere ein kleines Loch in die Alufolie. Schneidet von dort aus ein Kreuz – aber nur so weit, bis ihr den Innenrand des Glases erreicht.

Knickt die vier Ecken der Alufolie nach innen und klebt sie am Innenrand des Glases fest.

Gebt das Backpulver in den Vulkankrater. In dem zweiten Glas mischt ihr Wasser und Essig mit Lebensmittelfarbe, bis die Flüssigkeit dunkelrot ist. Gebt dann einen Spritzer Spülmittel dazu.

Wichtig: Stellt euren Vulkan spätestens jetzt auf eine wasserdichte Unterlage, sonst läuft Lava auf den Tisch oder den Boden! Kippt das rote Gemisch in den Alufolienkrater – schon bricht euer Vulkan aus.

Das Vulkanexperiment und weitere Ideen sind zu finden auf:

www.geo.de/geolino/basteln/15225-thma-experimente



2.3 Bindungsfähigkeit /Regulierungsfähigkeit und emotionale Ausdrucksfähigkeit

Wichtig für alle drei Bereiche, die sich in der alltäglichen Arbeit überschneiden, ist es, dass das Kind auf erwachsene Bezugspersonen trifft, die ihm dabei helfen, seine Gefühle wahrnehmen und einordnen zu lernen.

Das Benennen von Gefühlen durch Bezugspersonen spielt dabei eine wesentliche Rolle.

Ebenso ist es wichtig, dass wir auch die negativen Gefühlsausdrücke (wie Zorn, Wut, Verweigerungsverhalten, Rückzug ...) der Kinder nicht als falsch und schlecht bewerten. Alle Gefühle sind in Ordnung und zu akzeptieren! Lediglich die Handlungen, die aus negativen Gefühlen entstehen, können oftmals wenig hilfreich sein. Dies sollten wir im Umgang mit den Kindern jedoch klar unterscheiden, denn sie benötigen unser Verständnis gerade bei schwer aushaltbaren Gefühlen. ⁵

▪ **Gefühle zum Thema machen**

Folgende Bilderbücher eignen sich gut zum Erkennen, Benennen und Erfassen von Gefühlen:

Gefühle allgemein:

- **Das Farbenmonster** von Anna Llenas; velber-Verlag
- **Ein Dino zeigt Gefühle** von Heike Löffel und Christa Manske; mebes&noack-Verlag
- **Ich bin traurig, ich bin froh. Das sind meine Gefühle** aus der Reihe „Deine-meine-unsere Welt“; penguin junior Verlag (auch schon für sehr kleine Kinder geeignet)

Wut:

- **Wohin mit meiner Wut?** von Dagmar Geisler; Loewe-Verlag
- **Das Schlechte-Laune-Monster** von Tom Jamieson und Olga Demidova; J.P. Bachem-Verlag

Angst:

- **Wenn ich ängstlich bin** von Nanna Nesshöver; Carlsen-Verlag

Freunde/ Streit/ Vertragen:

- **Finn und das Geheimnis wahrer Freundschaft** von Melissa von Draussen und Linda Miolcic; Minema-Verlag

(Dieses Buch ist in der Gesamtgeschichte sehr komplex; in der Projektarbeit haben wir die Geschichte gekürzt oder nur Teilaspekte genutzt)

Stehen zu sich selbst / Unterschiede akzeptieren und nutzen

- **So wie du** von Stefan Gemmel und Marie-José Sacré; Carl-Auer-Verlag
- **Du bist richtig, wie du bist** von Stefan Gemmel und Marie-José Sacré; Carl-Auer-Verlag

Fehlerfreundlichkeit

- **Pia muss nicht perfekt sein** von Mark Pett, Gary Rubinstein und Daniela Kunkel, LOEWE-Verlag

⁵ Vgl.: Wedewardt / Hohmann; Kinder achtsam und bedürfnisorientiert begleiten; Herder 2021; S. 55-57

- **Gefühle in Bildern ausdrücken**

Auf Grundlage der Bilderbuchgeschichten können Gefühle sehr gut „verbildlicht“ werden. Anhand von Gefühl-Uhren, den Einsatz von Emojis u.ä. können die Kinder angeleitet werden, ihre Gefühle im Alltag auszudrücken, zu zeigen und ins Gespräch zu bringen. Folgende Ideen haben sich dabei im Projekt Wupperhelden bewährt:

Gefühle - Uhren basteln



Aus: *Ein Dino zeigt Gefühle* von Heike Löffel und Christa Manske; mebes&noack-Verlag

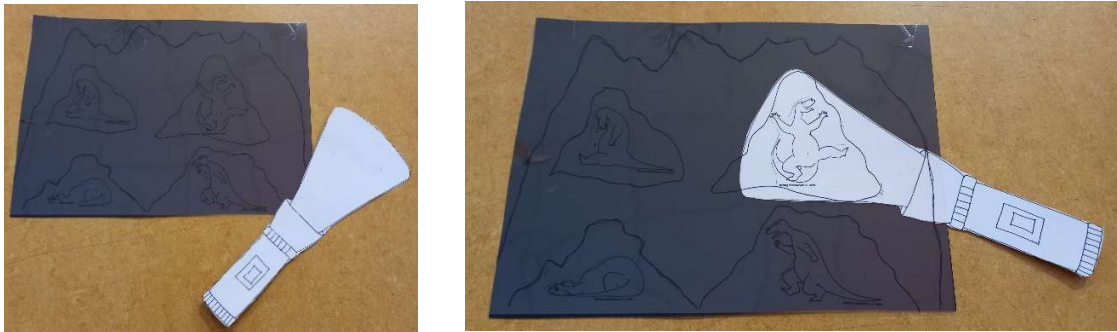
- Farbenmonster werden groß in der „Wasser-Gefühle-Flasche“



gestaltet zum Buch: *Das Farbenmonster* von Anna Llenas; velber-Verlag

- Gefühle mit (Papp-)Taschenlampe beleuchten:

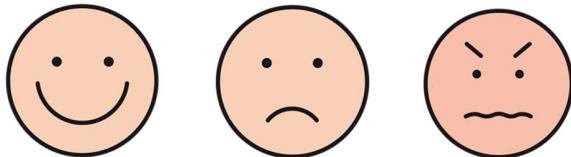
Dazu werden zuvor Emojis o.ä. auf Kopierfolie kopiert und mit einem Bogen schwarze, Tonpapier hinterlegt. Die Taschenlampe wird aufgezeichnet und ausgeschnitten. Bringt man die Papierlampe zwischen Folie und schwarzes Papier, kann man unterschiedliche Gefühle beleuchten.



Kombinierte Idee aus den Büchern: Ein Dino zeigt Gefühle von Heike Löffel und Christa Manske; mebes&noack-Verlag und Stark wie ein Gorilla, mutig wie eine Löwin von Aline Kurt; Verlag an der Ruhr; S. 31-33

- Smileys, Symbole, Emojis und Co

Im Projekt Wupperhelden haben wir viel und gerne mit den Metacom – Symbolen gearbeitet:



Diese Symbole stammen aus der „Unterstützten Kommunikation“, die ursprünglich für Kinder und Jugendliche mit Autismus entwickelt wurden.

Auf folgenden Internetseiten findet man kostenlose Downloads und Anwendungsideen:

www.metacom-symbol.de/downloads/download_materialien.html

www.uk-couch.de/downloads/

2.4 Handlungsplanung und Problemlösefähigkeit

Handlungsplanung und Problemlösefähigkeit beschreibt die Kompetenz, komplexere Sachverhalte zu erkennen, zu interpretieren und Schlüsse zu ziehen. Diese Fähigkeit erwerben Kinder bei vielfältigen alltäglichen Tätigkeiten und Spielen. ⁶

Im Projekt haben wir zur Unterstützung dieses Entwicklungsbereiches in erster Linie Beschäftigungsangebote gemacht, die eine gewisse Logik, das Bilden von Reihenfolgen und Planen von Handlungsschritten ermöglichen.

Hierzu zählen für uns der Umgang mit Formen, Zahlen, Mengen und Konstruktionsmaterial. Spiele, die in diesen Förderbereich passen sind z.B.

- LÜK-Kasten
- Make ‚n´ break (Ravensburger)
- Puzzle
- Legosteine
- Kugelbahnen zum Selbstaufbauen

Weiterhin lassen sich Zuordnungsspiele für diesen Beschäftigungsschwerpunkt gut selbst herstellen, indem man Farben, Zahlen und Mengenkarten ausdruckt, laminiert und mit Klettband auf Vorlagen klebt. Hierzu Fotobeispiele aus der Projektarbeit:



Interessant ist für Kinder auch der Umgang mit Buchstaben. Sie experimentieren gerne mit einfachen Holzbuchstaben, Buchstabenstempeln. Sie schreiben ihren eigenen Namen oder erste kleine Worte. Einige Kinder verstehen im Tun und Experimentieren das Prinzip des Lesens.

Auch Montessori-Experimente fördern in guter Weise die Handlungsplanung eines Kindes. Auf folgenden Internetseiten findet man dazu schöne Anregungen:

[Montessori-Material selber machen - 5 Ideen mit Anleitungen | FOCUS.de](#)

[Montessori-Material selber machen - Ideen für Spielzeug und Übungen - Talu.de](#)

⁶ Vgl.: Rönna-Böse / Gildhoff; Resilienz im Kita-Alltag; Herder 2020; S. 50 ff.

2.5 Kommunikationsfähigkeit

Dieser Förder- und Entwicklungsbereich lässt sich gut im Zusammenhang mit den unter 2.3 genannten Ideen zur „emotionalen Ausdrucksfähigkeit“ sehen. Viele Punkte überschneiden und bedingen sich gegenseitig. Bei Sprache geht es um mehr, als „einfach nur Worte zu sprechen“. Sprache hat mit Identität, emotionalen Fähigkeiten und auch Selbstwert und Selbstregulation zu tun.

In der Entwicklung der sprachlichen Fähigkeiten sind Kinder auf einen Austausch mit Bezugspersonen angewiesen, der emotional bestätigend und kommunikativ ist.

„Wie für alle Bereiche in der frühkindlichen Entwicklung gilt auch für die Sprachförderung, je stärker ein Kind emotional beteiligt ist und selbst handeln kann, desto intensiver verlaufen seine Lern- und Bildungsprozesse.“⁷

Es ist wichtig, in der alltagsintegrierten Sprachförderung immer auch die Kommunikation über Emotionen mit zu berücksichtigen.

Dies geschieht durch:

- Benennen von Emotionen / Gefühlen
- Benennen von Ursachen und Konsequenzen von Gefühlen
- Vorangegangene Ereignisse verbalisieren, die Einfluss auf die aktuellen Emotionen haben
- Überlegungen zu Problemlösungen verbalisieren

Weiterhin eignen sich offene Fragestellungen, um Gesprächsanlässe für Kinder zu schaffen. Offene Fragen geben keine Antworten vor. Sie warten nicht auf ein einfaches „Ja“ oder „Nein“. Sie ermutigen zu erzählen und stellen die Gefühle und Erfahrungen der Kinder in den Mittelpunkt. Dazu gehören klassische „W-Fragen“ (Was? Wann? Warum? Wer? usw.)

- *Wann warst du schon einmal fröhlich / traurig / wütend? Wie hat sich das angefühlt? Was oder wer hat dir geholfen?*
- *Erzähl mir mehr davon, warum dein Stofftier dir hilft, wieder fröhlich zu werden!*
- *Wenn du das nächste Mal Angst oder Streit hast, wer könnte dir helfen? Wen willst du dann fragen?*

Wenn Gefühle benannt oder beschrieben werden, kann man gut *erzählgenerierend* nachfragen!

- *Du hast gesagt, dass du an deinem Geburtstag ganz fröhlich warst – kannst du dich noch erinnern, was ihr gemacht habt, was du erlebt hast, das dich so fröhlich gemacht hat? Erzähl doch mal!*
- *Du magst also nicht, wenn die Erzieherin schimpft – fällt dir eine Situation ein, als sie mal mit dir oder euch geschimpft hat? Was war da los? Erzähl doch mal!*⁸

⁷ Niedersächsisches Kultusministerium 2011, S. 25; hier zit. nach: Rohrmann, Bockmann und Burgdorf-Fuhse, Emotion und Sprache; HAWK Sprachwerkstatt, 2020

⁸ Vgl.: Mit Kindern KiTa-Qualität entwickeln – Fachkraft für Kinderperspektiven | Leitfaden | Baustein 3 – Gesprächsführung mit Kindern; Bertelsmann Stiftung

www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/Projekte/Fruehkindliche_Bildung/Leitfaden_Weiterbildung_force_download/Gespra_c_hsfu_hrung_mit_Kindern.pdf

Im Gespräch mit den Kindern ist von der Seite der erwachsenen Bezugspersonen eine *zuhörende und nicht wertende Haltung* wichtig.

Für Kinder, die Deutsch als Zweit- oder Drittsprache erwerben oder auch für Kinder, deren Sprachentwicklung eingeschränkt oder verzögert ist, eignen sich die unter Punkt 2.3 dargestellten visuellen Hilfen, um Gefühle und Bedürfnisse ausdrücken zu können. Die Arbeit mit Symbolen, Bildern und Fotos ermöglicht auch nonverbal kommunizieren zu können.

Insbesondere die vielfältigen Möglichkeiten der Metacom-Symbole können an dieser Stelle noch einmal in besonderer Weise berücksichtigt werden.

www.metacom-symbole.de/downloads/download_materialien.html

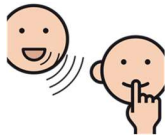
www.uk-couch.de/downloads/

In der Projektarbeit gab es Kleingruppen, mit denen wir zunächst ganz basale Grundregeln der Kommunikation aufgebaut haben.

Hier kamen Kinder zusammen, die zum Teil keine oder nur sehr wenige deutsche Worte sprechen konnten. Darüber hinaus kannten die Kinder in erster Linie „impulsgesteuertes Handeln“. Sie taten das, was ihren Bedürfnissen entsprach und nahmen sich die Dinge, die ihr Interesse erregten. Sie hatten weder verinnerlicht, zuzuhören, noch nach Dingen zu fragen oder sich abzustimmen. Sie hatten vielfach auch nicht die deutschen Worte dafür.

Mit diesen Kindern haben wir mit wenigen Metacom-Symbolen begonnen, erste Grundlagen der Kommunikation einzuüben:

- **Zuhören, wenn ein anderes Kind redet**



- **Fragen, wenn ich etwas haben möchte**



- **Ein klares „Stopp“ setzen, wenn ich Zeit brauche oder auf mich aufmerksam machen möchte**



Mit den Symbolkarten war es auch den Kindern möglich, sich zu äußern und auf sich aufmerksam zu machen, die bislang wenig Verbalsprache nutzen konnten.

Zudem halfen die Symbolkarten uns, den Kindern deutlich zu machen, was unsere Regeln sind, was wir von ihnen erwarten. Die einfache Handhabung der Karten ermöglichte den Kindern, die erwarteten Regeln auch nutzen und umsetzen zu können.

Dies führte dazu, dass unsere Kommunikation mit den Kindern positiv und verstärkend werden konnte: Wir lobten die Umsetzungsschritte der Kinder oder konnten sie an die Absprachen erinnern, wenn sie sie vergaßen.

Insgesamt wurde es für uns als Fachkräfte viel leichter, aus einem ständigen negativen „Reglementieren“ und einer eher strafenden Haltung herauszukommen. Dies ist sicher einer der wichtigsten Punkte einer gelingenden Kommunikation mit Kindern.

3 Erfahrungswerte aus der praktischen Projektarbeit – den Übergang zur Schule gesund und mutig bewältigen

Die in den ersten Kapiteln dargestellten Methoden waren für uns grundlegend, um die Vorschulkinder praktisch auf den großen Übergang vom Kindergarten in die Grundschule vorzubereiten.

Neben diesen allgemeinen Methoden zur Unterstützung einer psychisch gesunden Entwicklung wurden darüber hinaus auch noch „schulspezifische Themen“ wichtig.

Die möchten wir an dieser Stelle noch ergänzen:

3.1 Zeitphasen im letzten Kindergartenjahr

In den drei Jahren der praktischen Projektlaufzeit konnten wir wiederholt folgende Zeitphasen und damit verbundene Bedürfnisse bei den großen Vorschulkindern beobachten:

3.1.1 Jetzt sind wir die „Großen“

Direkt nach den Sommerferien zu Beginn des letzten Kindergartenjahres ist es den Kindern bewusst, dass sie jetzt die „Großen“ sind, der kommende „Einschulungsjahrgang“.

Das Thema „Schule“ scheint jedoch für den Großteil der Kinder noch weit weg und nicht ganz greifbar zu sein. Sie beschäftigen sich mehr mit dem „Groß-Sein“ an sich, mit mehr Verantwortung, die ihnen übertragen wird und mit besonderen Privilegien, die sie als „Vorschulgruppe“ genießen können.

Im Projekt haben wir uns dieser „Stimmungslage“ angepasst. In den Monaten August bis Dezember waren die Schwerpunkte unserer Arbeit:

- *Die Kinder finden sich als Vorschulgruppe zusammen*

Die Kinder lernen sich selbst und einander kennen. Sie nehmen sich selbst und andere wahr: ihre Stärken, ihre Unterschiede, ihren Mut, ihre Unsicherheiten und das, was sie noch lernen können. In dieser Phase der Projektarbeit waren die unter Kapitel 2.1, 2.2. und 2.3 aufgeführten Methoden unsere Arbeitsgrundlagen (Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung; Selbstwirksamkeit und Selbstständigkeit; Gefühle wahrnehmen, benennen und auch akzeptieren lernen).

3.1.2 Wir möchten schon ein wenig mehr „Schulkind“ sein

Nach unserer Erfahrung aus den vergangenen drei Jahren beginnen die meisten Kinder ca. zu Beginn des neuen Kalenderjahres - spätestens im Frühjahr - das Thema „Schule“ bewusster in ihren Gedanken zu bewegen. Vermutlich tragen Schulanmeldung und Schuleingangsuntersuchung dazu bei, dass das Thema präsenter wird.

Was die Kinder zunächst beschäftigt, sind wirkliche „Wissensfragen“: Wie geht es in einer Schule zu? Was ist anders als im Kindergarten? Was kann man lernen?

Außerdem steigt in dieser Phase das Interesse an Lernthemen wie Buchstaben, den eigenen Namen schreiben, Mengen erfassen, Zahlen, Formen, Farben, Zuordnungsspiele.

In dieser Phase der Projektarbeit (Januar bis ca. April) haben wir schwerpunktmäßig mit den in Kapitel 2.4 aufgeführten Methoden gearbeitet (Handlungsplan, Problemlösefähigkeit, Zahlen, Buchstaben, Formen und Zuordnen)

Bilderbuchempfehlungen für diese Phase:

- „Ich komme in die Schule“; Reihe „Wieso?, Weshalb?, Warum?“ von Ravensburger
- „Raphael kommt in die Schule“ von Silvia Englert, ArsEdition, München 2009

3.1.3 Abschied, Trauer, Sorge und Neugierde - so viele verschiedene Gefühle

Ungefähr im Zeitabschnitt von den Osterferien bis zum Sommer wird das „Schulthema“ mit seinen vielen emotionalen Facetten für die Kinder wichtig.

Nun treten unterschiedliche, zum Teil auch widersprüchliche Gefühle auf. Die Kinder schwanken zwischen Neugierde / Vorfremde / Zuversicht auf der einen Seite und Abschiedsschmerz / Sorgen und Verunsicherung vor allem Unbekanntem / Versagensängsten auf der anderen Seite hin und her.

In dieser Projektphase benötigten die Kinder vor allen Dingen Hilfe, um die Gefühle wahrnehmen und einordnen zu lernen. Ein wichtiger Lernschritt ist es zu erkennen, dass es ganz normal ist, dass scheinbar widersprüchliche Gefühle zusammen auftreten können.

In dieser letzten Projektphase wurden dann die Methoden aus der Anfangszeit wieder wichtig: Gefühle mit Symbolen/ Bildern/ Uhren u.ä. darstellen, wahrnehmen und besprechen (vgl. Kapitel 2.3).

In dieser Zeit geht es aber nicht nur um das Erfassen und Einordnen von Gefühlen.

Die Kinder benötigten zur psychisch gesunden Übergangsbewältigung vielmehr sehr praktische Handlungsideen, um in ihren eher belastenden Gefühlen wie Unruhe, Versagensängsten und Abschiedsschmerz handlungsfähig zu sein.

Konkrete Ideen dazu nennen wir im folgenden Kapitel:

3.2 Kinder in ihrer Handlungsfähigkeit unterstützen

Den Kindern helfen konkrete Symbole / Gegenstände, um Mut zu fassen und konstruktiv mit Aufregung und Versagensängsten umgehen zu lernen und auf diese Weise handlungsfähig zu werden.

3.2.1 Mutlöwe

Der Mutlöwe hat sich aus Ideen einer Kinder-Projektgruppe entwickelt. Es ist ein einfacher Anhänger für die Schultasche. Der Löwe steht für Kraft und Stärke und erinnerte die Kinder ans „Mutig-Sein“. Sie haben einen roten Punkt auf die Rückseite geklebt. Das ist nach Aussage der Kinder ein „Mutaufladungspunkt“: Hier können wichtige Bezugspersonen wie Eltern oder Großeltern Mut aufladen (d.h. den Kindern gute Gedanken mit auf den Weg geben). Die Kinder erinnern sich in der Schule an diese „Rückendeckung“, wenn sie den Anhänger ansehen. Eine konkrete Projektidee von Kindern, die auch andere Kinder in anderen Projektgruppen sehr gut aufgenommen und umgesetzt haben.



3.2.2 Mutstein

Die Idee für einen Mutstein haben wir dem Bilderbuch „Ich bin mutig“ entnommen, das auf jeden Fall empfehlenswert ist:

„Ich bin mutig – eine Geschichte für die Zeit der Einschulung und für die Schultüte“ von Susanne Bohne aus der Reihe „Wilma Wochenwurm“

Passend zu dieser Geschichte haben wir mit den Kindern „Mutsteine“ angemalt, die sie auf ihren Schreibtisch legen können und sie bei jeder Hausaufgabe an ihre inneren Stärken erinnern.



Weitere Ideen von Susanne Bohne sind zu finden auf:

<https://wilmawochenwurm.de/>

3.2.3 Freundschaftsbänder

Einen Großteil der Kinder beschäftigt kurz vor dem Übergang in die Schule die Frage nach Freundschaften intensiv: Welche Freunde kann ich nicht mehr jeden Tag sehen? Wer geht mit mir in die Schule? Werde ich neue Freunde finden? Wie kann ich gut Abschied nehmen? Wie kann man auch ohne den Kindergarten noch Kontakt halten?

Auch zu diesem Thema helfen den Kindern praktische Dinge. Eine Projekt-Kindergruppe hatte die Idee, Freundschaftsbänder zu knüpfen. Diese kann man Freunden schenken, von denen man sich verabschieden muss, aber auch neuen Freunden in der Schule geben.

Die Anleitung zu einem recht einfachen „Knüpmodell“ ist auf folgender Internetseite zu finden:

<https://youtu.be/i7yVGBriQeA>

Literaturangaben:

Fachliteratur:

- Kurt, Aline; Stark wie ein Gorilla, mutig wie eine Löwin; Verlag an der Ruhr 2019
- Rönau-Böse, Maïke/ Fröhlich-Gildhoff, Klaus; Resilienz im Kita-Alltag; HERDER 2020
- Rohrmann, Bockmann und Burgdorf-Fuhse, Emotion und Sprache; HAWK Sprachwerkstatt, 2020
- Wedewardt, Lea/ Hohmann, Kathrin; Kinder achtsam und bedürfnisorientiert begleiten; Herder 2021
- Mit Kindern KiTa-Qualität entwickeln – Fachkraft für Kinderperspektiven | Leitfaden | Baustein 3 – Gesprächsführung mit Kindern; Bertelsmann Stiftung
[www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/Projekte/Fruehkindliche Bildung/Leitfaden Weiterbildung force download/Gespra chsfu hrung mit Kindern.pdf](http://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/Projekte/Fruehkindliche_Bildung/Leitfaden_Weiterbildung_force_download/Gespra_chsfu_hrung_mit_Kindern.pdf)

Bilderbücher:

- Llenas, Anna; Das Farbenmonster; velber-Verlag
- Löffel, Heike und Manske, Christa; Ein Dino zeigt Gefühle; mebes&noack-Verlag
- „Ich bin mutig – eine Geschichte für die Zeit der Einschulung und für die Schultüte“ von Susanne Bohne aus der Reihe „Wilma Wochenwurm“; <https://wilmawochenwurm.de/>