

„Starke Kinder“- Kurs der Erziehungs- und Jugendberatungsstelle an Altdorfer Grundschule

An der Altdorfer Grundschule fand der Kurs „Starke Kinder“ der Erziehungs- und Jugendberatungsstelle Nürnberger Land unter gemeinsamer Trägerschaft der Diakonie NAH e.V. und der Caritas Nürnberger Land statt. „Viele Kinder sind sozial ängstlich, Beobachtungen in diese Richtung macht die Schule seit der Coronakrise“, erklärt Daniela Gumann.

Für das Gruppenangebot wurden Kinder der dritten und vierten Klassen gezielt von den Jugendsozialarbeiterinnen und Lehrkräften der Schule angesprochen. Mit Kursbeginn informierte ein Elternabend über die Inhalte und bezog die Fragen und Anliegen der Eltern aktiv mit ein. Die Gruppe wurde von Daniela Gumann und Lea Grabbe, Sozialpädagoginnen der Erziehungs- und Jugendberatungsstelle, konzipiert und geleitet. Die Räumlichkeiten stellte die Schule zur Verfügung und ermöglichte den teilnehmenden Kindern die Freistellung vom Nachmittagsunterricht. Die Gruppe startete jeweils mit dem Anfangsritual „Wie fühle ich mich heute?“.

Man konnte sich beispielsweise ein Tier auswählen, welches die Stimmung symbolisierte, vom starken Löwen bis zur langsamen Schildkröte. Dadurch lernten die Kinder ihre Gefühle wahrzunehmen, zu benennen und darüber zu sprechen. Die Inhalte wurden praxisnah und motivierend gestaltet. Dabei stand die Stärkung der Selbstwirksamkeit im Fokus. Es wurden alle Sinne einbezogen, um den Kindern bewusst zu machen, wie sich Gefühle und Gedanken auf den Körper auswirken. „Die Kinder schlossen beispielsweise die Augen und stellten sich eine Zitrone vor, ganz intensiv, mit ihrem Geruch und dem Geschmack beim Hineinbeißen. Viele verzogen dabei das Gesicht. Der Körper reagierte allein auf diese Vorstellung“, erläutert L. Grabbe.

„Das Zusammenspiel zwischen Gefühlen, Gedanken und Verhalten wurde schrittweise und spielerisch mit den Kindern erarbeitet.“ Auf dieser Grundlage gestalteten sie unter anderem ein Glas, das sie mit positiven Sätzen, Gedanken und stärkenden Impulsen füllten. Eine wichtige Erkenntnis lautete: „Ich bin mit meinen Gedanken und Gefühlen nicht allein – auch anderen geht es manchmal so wie mir.“ Zum Abschluss bemalten die Kinder einen kleinen Stein als Erinnerungsanker für ihre persönlichen Stärken und Ressourcen. Der Kurs stieß bei Eltern und Kindern auf große Resonanz, eine Fortsetzung für das Jahr 2027 ist bereits geplant.

Foto (Rico Günther): v.l. Daniela Gumann und Lea Grabbe (beide Diakonie NAH e.V.)