

## Fördern von überfachlichen Kompetenzen (Lehrplan 21) durch die Papperla PEP Weiterbildung «Körper und Gefühle im Dialog»

---

Das Factsheet zeigt, inwiefern die Papperla PEP Weiterbildung «Körper und Gefühle» im Dialog überfachliche Kompetenzen fördert.

Zu einem grossen Teil wird die Ausprägung der personalen und sozialen Kompetenzen, etwas weniger der methodischen Kompetenzen, vom familiären und sozialen Umfeld der Kinder und Jugendlichen bestimmt. Im schulischen Kontext werden sie weiterentwickelt und ausgebildet. Aus diesem Grund sind die folgenden drei Kompetenzen im Lehrplan 21 enthalten:

Personale Kompetenzen	Soziale Kompetenzen	Methodische Kompetenzen
<ul style="list-style-type: none"><li>• Selbstreflexion</li><li>• Selbständigkeit</li><li>• Eigenständigkeit</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dialog- und Kooperationsfähigkeit</li><li>• Konfliktfähigkeit</li><li>• Umgang mit Vielfalt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sprachfähigkeit</li><li>• Informationen nutzen</li><li>• Aufgaben und Probleme lösen</li></ul>

In der Papperla PEP Weiterbildung werden diese Kompetenzen mittels spielerischen Elementen und methodisch, didaktischem Vorgehen systematisch eingeübt.

Zu den **personalen Kompetenzen** steht im Lehrplan 21 geschrieben:

Die Schülerinnen und Schüler...

- können eigene Gefühle wahrnehmen und situationsangemessen ausdrücken.
- können auf ihre Stärken zurückgreifen und diese gezielt einsetzen.
- können sich eigener Meinungen und Überzeugungen bewusst werden und diese mitteilen.
- können sich Unterstützung und Hilfe holen, wenn sie diese benötigen.

Durch die Körperwahrnehmung und Anleitungen zu den Gefühlen in der Weiterbildung, werden die **personalen Kompetenzen** der Kinder gefördert. Dazu werden vielfältige Methoden, wie Lieder, Bildmaterial, Bücher und Bewegungsabläufe angewendet. Die erwachsenen Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Weiterbildung (Bezugs- und Lehrpersonen von Kindern von vier bis acht Jahren) werden angeleitet in der Selbsterfahrung, wie verschiedene Emotionen und Stress in der Gruppe reguliert werden können. Diese Fähigkeiten vermitteln sie dann den Kindern in ihren Klassen. Im Erleben von Emotionsregulation und in den Gesprächen über das eigene Erleben, sowie im aufmerksamen Zuhören entwickeln und vertiefen sich die **sozialen Kompetenzen**, welche ein Teil wie folgt im Lehrplan aufgelistet werden.

Die Schülerinnen und Schüler...

- können aufmerksam zuhören und Meinungen und Standpunkte von anderen wahrnehmen und einbeziehen.

- können in der Gruppe und in der Klasse oder in einem Schülerrat Abmachungen aushandeln und Regeln einhalten.
- können in einer Konfliktsituation einen Konsens suchen und diesen Konsens anerkennen.
- können die von der Schule bereitgestellten Hilfe nutzen und Instrumente zur gewaltfreien Konfliktlösung akzeptieren.

Indem die Kinder lernen, sich selbst wahrzunehmen und interessiert, sowie möglichst wertfrei mit ihren Gefühlen umzugehen, kann das Verständnis gegenüber den Mitmenschen entwickelt werden. In der Weiterbildung erhalten die Teilnehmenden diverse Materialien zur gewalt- und wertfreien Konfliktlösung. Beide vorangehenden Kompetenzen fördern die Sprachentwicklung durch Reime, Lieder und Bildmaterial, welche in der **methodischen Kompetenz** wie folgt enthalten ist.

Die Schülerinnen und Schüler...

- können sprachliche Ausdrucksformen erkennen und ihre Bedeutung verstehen.
- können unterschiedliche Sachverhalte sprachlich ausdrücken und sich dabei anderen verständlich machen.

Lehrplan 21, Kanton Bern: <https://be.lehrplan.ch/index.php?code=e|200|3>

Papperla PEP: <https://www.pepinfo.ch/de/angebote-pep/papperla-pep.php>



Die Papperla PEP Weiterbildung umfasst:

- Vier Module
- verteilt über acht Monate
- Kursmaterialien mit allen didaktischen Anregungen und methodischen Hintergründen (80 Seiten, Schulverlag 2. Auflg. 2014, Nachdruck durch PEP)

Zwischen den Treffen erproben die Teilnehmer\*innen die Methoden in ihren Klassen.

Die vier Module im Überblick:

- Einführung, Körper und Gefühle im Dialog, Aufmerksamkeitslenkung,
- Ich bin ich, Selbst- und Sozialkompetenz, Essen und Gefühle, Scham und Eifersucht
- Angst, Spannungsregulation und Stress, Traurigkeit, Trost, Mut und Zuversicht
- Wut und Streit, Freude und Zufriedenheit