

# 5 Selbstwirksamkeit

Die Grundlagen der Selbstwirksamkeit können im Teil I des Manuals im Kapitel 2.4 (ab Seite 21) nachgelesen werden.

**Thematische Fragestellungen** (modifiziert nach Fröhlich-Gildhoff et al. 2008b, 69 und 105f)

- Hat mein Handeln Erfolg?
- Macht mein Handeln Sinn?
- Bin ich Urheber von ‚diesem‘ Effekt/Ereignis?
- Ist es richtig, den Erfolg/Misserfolg auf mich zu beziehen oder gab es andere Faktoren, die den Ergebnisausgang beeinflusst haben?

## Zielsetzungen

- Erfahren, selbst Verursacher von Effekten zu sein (= „Urheberschaftserfahrung“),
- zwischen real kontrollierbaren und real schlecht kontrollierbaren Situationen unterscheiden zu lernen (= Förderung des Kontrollerlebens),

- Erfolge und Effekte in realistischer Weise auf das eigene Handeln beziehen,
- ein Gefühl für die eigenen Stärken/das eigene Können entwickeln,
- stolz auf eigene Fähigkeiten sein.

## Fördermöglichkeiten

- Dem Kind die Möglichkeit verschaffen, Erfolge zu haben (z. B. durch Übertragung bewältigbarer Aufgaben),
- das Kind an seine Erfolge erinnern (dazu gehören auch selbstverständlich erscheinende Dinge, die im Alltag gut klappen),
- kleine Schritte loben, genau sagen, was gut war, Lob unmittelbar aussprechen (beispielhafte Methode: Stärkenbuch),
- Lob und Kritik nicht vermischen.

## 5.1 Ich kann dirigieren

### Ablauf der achten Programmeinheit

#### 🕒 Eingangsritual:

- Selbstwirksamkeitsübungen mit Instrumenten: Experimentierphase Dirigentenspiel (1)
- Bewegungsspiel
- Selbstwirksamkeitsübungen mit der Handtrommel: Silbenschlagen Dirigentenspiel mit Bewegung
- Feedbackrunde mit den Kärtchen „Gefühlebärchen“
- „Abschlussritual“

- Die Kinder üben sich darin, alleine vor einer Gruppe etwas vorzumachen.

### Setting

- Die Kinder werden für das Eingangsritual in einem Sitzkreis auf dem Boden begrüßt.
- In der Mitte liegen die Instrumente, die mit einem Tuch verdeckt sind.

### Material

- die Handpuppen Skippy und Flippy
- für jedes Kind und die Pädagoginnen je eine Handtrommel (falls nicht vorhanden, sind auch Klanghölzer möglich)
- möglichst viele weitere verschiedene Instrumente
- die Kärtchen „Gefühlebärchen“ (Kopiervorlage 1)

### Ziele

- Die Kinder erfahren, dass sie durch ihr Verhalten Reaktionen anderer bewirken und beeinflussen können.

### Praktische Durchführung der achten Einheit

#### 🕒 Eingangsritual

Vorschläge siehe Seite 42–44

#### Experimentierphase mit Instrumenten

Am Anfang probieren die Kinder die verschiedenen Instrumente aus. Nach einiger Zeit sucht sich

jedes Kind eines davon aus und alle setzen sich mit ihren Instrumenten in einen Kreis. Jedes Kind stellt der Reihe nach sein Instrument vor: Es nennt den Namen des Instruments, wenn es diesen weiß (wenn nicht, kann vielleicht die Gruppe helfen), und spielt dann der Gruppe kurz etwas vor. Auf

keinen Fall dürfen die Kinder dabei in eine Abfrage situation geraten, vielmehr wird das gemeinsame Gespräch über die Instrumente gesucht und jeder bringt das ein, was er über die Instrumente weiß oder vermutet.

### Dirigentenspiel (1)

Erklärung siehe Seite 49

### Dirigentenspiel – mit Bewegung

Erklärung siehe Seite 49

### Silbenschlagen mit der Handtrommel

Alle Kinder versammeln sich wieder im Kreis. Jeder bekommt eine Handtrommel (Klanghölzer) und schlägt nun seinen Namen in Silben getrennt vor. Die Gruppe schlägt dies nach. Wenn jedes Kind an der Reihe war, werden noch einmal alle Namen nacheinander geschlagen.

### Dirigentenspiel (2)

Ein Kind ist wieder der Dirigent und bestimmt die Lautstärke des Orchesterspiels (mit den Kindern muss – analog zu oben – erst noch geklärt werden, was ein Orchester ist). Wenn sich beide Hände des Dirigenten berühren, bedeutet dies: Stille. Je weiter sich die Hände voneinander entfernen, umso lauter dürfen alle auf ihren Instrumenten spielen. Alle dürfen einmal Dirigent sein.

### Feedbackrunde mit den Kärtchen „Gefühlebärchen“

Beschreibung siehe Seite 44

### Abschlussritual

Vorschläge siehe Seite 44

## 5.2 Eine märchenhafte Geschichte erfinden

### Ablauf der neunten Programmeinheit

#### ⌚ Eingangsritual

- Geschichte erfinden anhand der Zeichnungen
- optional: Rollenspiel zur Geschichte
- Feedbackrunde mit den Kärtchen „Gefühlebärchen“
- „Abschlussritual“

### Ziele

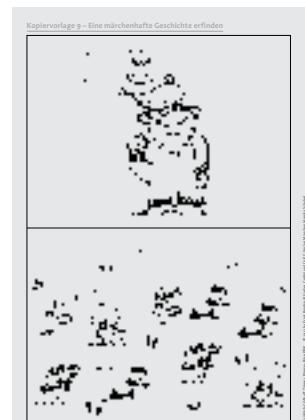
- Die Kinder erfahren, dass ihre Ideen ernst genommen werden.
- Die Kinder erstellen selbst eine Geschichte anhand der Bildervorlagen und erfahren dabei, dass sie selbst gestalterisch tätig sein können.
- Die Kinder werden „ihren Figuren“ unterschiedliche Eigenschaften geben und sie im Rahmen ihrer Geschichte auf die eine oder andere Weise selbstwirksam agieren lassen. Dies bietet eine hervorragende Grundlage, um über eigene Selbstwirksamkeitserfahrungen der Kinder ins Gespräch zu kommen.

### Setting

- Die Kinder werden für das Eingangsritual in einem Sitz- oder Stuhlkreis begrüßt.
- Für das Ausbreiten der individuellen Bildergeschichten und das Rollenspiel wird genügend Platz benötigt.

### Material

- die Handpuppen Skippy und Flippy
- die Bilder zum Märchen in mehrfacher Ausfertigung für die einzelnen Kleingruppen (Kopivorlage 9)
- optional für das Rollenspiel: verschiedene Materialien zum Nachspielen der Geschichte; z. B. eine Schatztruhe, ein Stab als Speer, ein großes grünes Tuch, um ein Kind als Drachen zu verkleiden, eine Krone, zwei (oder mehr) Zipfelmützen oder Tücher, um die verschiedenen Figuren darzustellen (und eventuell noch andere Zwerge) kenntlich zu machen, einen Rucksack, einen Spiegel, einen Zauberhut, einen Besen etc.
- die Kärtchen „Gefühlebärchen“ (Kopivorlage 1)



**Kopivorlage 9:**  
Eine märchenhafte  
Geschichte erfinden,  
Bilder 1–2