

Shirley Everett
Lisa Carlone Steindorf

Frieden lernen®

**Das Praxishandbuch für ein
positives Schulklima**

Aus dem Amerikanischen von
Regina Erich und Sigrid Janssen

Tornelsen
SCFVPTOR

Öt:

Inhalt

Vorwort	11
Einführung	16
Was ist Friedenserziehung?.....	18
Auf dem Weg zu einer friedvollen Schule.....	19
<i>Warum Frieden lernen?</i>	19
<i>Was ist eine friedvolle Schule?</i>	20
<i>Warum brauchen wir friedvolle Schulen?</i>	20
<i>Was ist eine friedvolle Klasse?</i>	22
<i>Warum muss Friedenserziehung in der Schule stattfinden?</i>	22
Die Bausteine des Programms „Frieden lernen“.....	25
<i>Warum ist „Frieden lernen“ einzigartig?</i>	27
<i>Warum ist „Frieden lernen“ wirkungsvoll?</i>	28
<i>Was „Frieden lernen“ nicht ist.</i>	29
Lektionen zu dem Programm.....	30
<i>Frieden ist.</i>	30
<i>Eine friedvolle Schule.</i>	31
<i>Wir sind alle ein Teil des Puzzles.</i>	31
1. Baustein: Lebensführung	33
Theorie.....	33
<i>Die Atmosphäre im Klassenzimmer.</i>	34
<i>Innere Ausgeglichenheit und Stille.</i>	35
<i>Musik und das Lernumfeld.</i>	37
<i>Dankbarkeit und Wertschätzung.</i>	38
<i>Wohlfühlen und Freundlichkeit.</i>	40
<i>Achtung und Anerkennung.</i>	42
<i>Verstehen und Akzeptieren von Unterschieden.</i>	44
<i>Glück und Zufriedenheit.</i>	47
<i>Freundschaft.</i>	50
<i>Teamgeist und Fairness.</i>	51

Lektionen.....	56
<i>Der Stille lauschen.....</i>	56
<i>Ein Set für alle Fälle des Lebens.....</i>	57
<i>Gestalten eines Friedenshefts.....</i>	58
<i>Zielvereinbarung.....</i>	58
<i>Das Motto für den Tag(die Woche).....</i>	60
<i>Friedensvertrag.....</i>	62
<i>Gesprächskreis in der Klasse.....</i>	63
<i>Dankbarkeit empfinden.....</i>	64
<i>Dankbarkeit zeigen.....</i>	64
<i>Buchstaben der Dankbarkeit.....</i>	65
<i>Freundlichkeit ist.....</i>	66
<i>Die „Freundlichkeiten-Schachtel“.....</i>	68
<i>Das Set, um etwas Besonders zu bewirken.....</i>	68
<i>Achtung ist.....</i>	71
<i>Oh, Entschuldigung!.....</i>	72
<i>Die persönliche Wahrnehmung.....</i>	74
<i>Das Geschenk.....</i>	75
<i>Aufwertende und abwertende Bemerkungen.....</i>	77
<i>Lächelwettbewerb.....</i>	78
<i>Ein Freund ist.....</i>	80
<i>Formen der Freundschaft.....</i>	81
<i>Friedensfest.....</i>	82
<i>Problembewältigung mit einem Freund.....</i>	83
2. Baustein: Selbstwertgefühl.....	85
Theorie.....	85
<i>Selbstbild.....</i>	86
<i>Eine positive innere Einstellung.....</i>	91
<i>Fehler als Lernchance.....</i>	92
<i>Gefühle formulieren.....</i>	93
<i>Die Kunst des Anerkennens.....</i>	94
<i>Unsere Wortwahl.....</i>	96
<i>Hören und Zuhören.....</i>	99
Lektionen.....	104
<i>Aus dem Herzen sprechen.....</i>	104
<i>Was andere uns geben.....</i>	106
<i>„Wirf einen Kiesel ins Wasser“.....</i>	107

<i>Die Luft rauslassen</i>	109
<i>Die Macht der Wörter</i>	111
<i>Ich bewirke etwas Besonderes</i>	113
<i>Hoch gesteckte Ziele</i>	114
3. Baustein: Disziplin und Respekt	117
Theorie.....	117
<i>Was ist Disziplin?</i>	118
<i>Aufbau wirksamer Disziplin und Verhaltenskontrolle</i>	122
<i>Gründe für Problemverhalten bei Kindern</i>	130
<i>Verhalten ändern</i>	136
<i>Prävention von Problemverhalten</i>	137
<i>Verantwortliches Verhalten unterrichten</i>	139
<i>Zieldefinition als wesentliches Element von Prävention</i>	142
Lektionen.....	146
<i>Rechte und Verantwortung</i>	146
<i>Verantwortung lernen</i>	147
<i>Wer ist verantwortlich?</i>	148
<i>Gemeinsam Regeln finden</i>	150
<i>Gemeinsam Konsequenzen erarbeiten</i>	151
<i>Verhalten verändern</i>	152
4. Baustein: Konfliktlösung und Gewaltprävention	155
Theorie.....	155
<i>Innensteuerung versus Außensteuerung</i>	156
<i>Einfühlungsvermögen</i>	157
<i>Wut und Impulskontrolle</i>	164
<i>Konfliktbewältigung</i>	167
Lektionen.....	173
<i>Was ist ein Konflikt?</i>	173
<i>Mit Konflikten umgehen</i>	174
<i>Meine Sichtweise - deine Sichtweise</i>	175
<i>Wie fühlen sich Gefühle an?</i>	176
<i>Wut untersuchen</i>	178
<i>Mit Wut umgehen</i>	179
<i>Wenn ich an deiner Stelle wäre</i>	180
<i>Aktives Zuhören</i>	182
<i>„Ich“ hier, „Du“ dort</i>	184

<i>Der Sprech-Stub</i>	186
<i>Verschiedene Reaktionsweisen</i>	188
<i>Vorwürfe und Anschuldigungen beseitigen</i>	191
<i>Probleme lösen</i>	191
<i>Einen Konflikt friedlich bewältigen</i>	192
5. Baustein: Umgang mit Schikane	195
Theorie.....	195
<i>Schikane und ihre Auswirkungen</i>	196
<i>Strategien im Umgang mit Schikane</i>	197
Lektionen.....	202
<i>Was ist Schikane?</i>	202
<i>Schikane tut weh</i>	204
<i>Was kann ich bei Schikane tun?</i>	205
<i>Schikane mit Selbstvertrauen entgegenreten</i>	206
<i>Über Schikane informieren</i>	208
<i>Schikane beenden - die Rolle des Zeugen</i>	211
<i>Unfairen und aggressives Verhalten positiv beeinflussen</i>	213
6. Baustein: Mitschüler-Mediation	215
Theorie.....	215
<i>Die fünf Schritte einer Mediationssitzung</i>	219
Umsetzung und Auswertung	223
Beispiel für einen Umsetzungsplan.....	223
Auswertung des Programms „Frieden lernen“.....	231
Schlussbemerkung	234
Anhang	235
Kopiervorlagen.....	236
<i>Die Friedenstaube</i>	236
<i>Was ist eine friedvolle Schule - was ist ein friedvolles Klassenzimmer?</i>	237
<i>Warum brauchen wir eine friedvolle Schule?</i>	238
<i>Der Verstand der Gans</i>	239
<i>Set für alle Fälle des Lebens</i>	240
<i>Friedensvertrag</i>	241

<i>Ein Lächeln geschenkt</i>	242
<i>Fragebogen zum Thema Freundschaft</i>	243
<i>Button „Etwas Besonderes bewirken“</i>	244
<i>Schülerrechte und Schülerverantwortung</i>	245
<i>Verantwortung lernen</i>	246
<i>Eine gute Regel ist</i>	248
<i>Welche Konsequenzen?</i>	249
<i>Verhaltensweisen umkehren:</i>	
<i>Aus negativem Verhalten wird positives Verhalten</i>	250
<i>Schüler-Vertrag</i>	251
<i>Gefühle</i>	252
<i>Von Wut erzählen</i>	253
<i>Wenn ich wütend bin</i>	254
<i>Rollenspiele - Umgang mit Gefühlen</i>	255
<i>Verschiedene Sichtweisen</i>	256
<i>Rollenspiele - Verschiedene Sichtweisen</i>	257
<i>Beobachtungsbogen Rollenspiel</i>	258
<i>Aufmerksames Zuhören</i>	259
<i>Unaufmerksames Zuhören</i>	260
<i>Mit anderen sprechen</i>	261
<i>Rollenspiele - Aufmerksames Zuhören</i>	262
<i>Ich-Botschaften</i>	263
<i>Rollenspiele - Ich-Botschaften</i>	264
<i>Verschiedene Reaktionsweisen</i>	265
<i>Selbstbehauptung</i>	266
<i>Rollenspiele - Selbstbehauptung</i>	267
<i>Ein Problem lösen</i>	268
<i>Einen Konflikt friedvoll lösen</i>	269
<i>Rollenspiele - Einen Konflikt friedvoll lösen</i>	270
<i>Konfliktlösung</i>	271
<i>Schikane</i>	272
<i>Schikane oder nicht?</i>	273
<i>Interview: Welche Erfahrungen hast du mit Schikane?</i>	274
<i>Was kann ich bei Schikane tun?</i>	275
<i>Sicher oder gefährlich?</i>	276
<i>Gegen Schikane: allein oder mit Hilfe?</i>	277
<i>Mit Selbstvertrauen gegen Schikane</i>	279
<i>Was ist Petzen? - Was ist eine Mitteilung?</i>	281

<i>Mitteilung von Schikane</i>	282
<i>Rollenspiele - Mitteilung von Schikane</i>	283
<i>Jeder ist verantwortlich</i>	284
<i>Warum manche Menschen Schikane ausüben</i>	285
Literaturverzeichnis.....	286