

KiTa und Grundschule

Starke Kinder Geschichten



**Netzwerk Prävention und Gesundheit
Wir stärken Dich e.V.**

Starke Kinder Geschichten

Zur Förderung der Resilienz, des Selbstbewusstseins
und der sozialen Kompetenzen



Kopf einschalten und auf das Gefühl hören!

Starke Kinder Geschichten

Autorinnen:

Annette Schriever

Heike Gründl

Anita Knöller

Anja Scharrer

Zeichnungen:

Anja Lomparski

Hintergrundbilder:

pixabay.com



Inhaltsverzeichnis:

Titel

Altersgruppe 4-6 Jahre:

Lina und ihre Lieblingsnachbarin
Lina lässt sich nichts gefallen
Hannes' aufregender Tag
Hannes zu Besuch bei Oma und Opa
Lina und ihre Freunde
Hannes und die Mutprobe

Autorin

Seite

Heike Gründl S. 6
Heike Gründl S. 7
Annette Schriever S. 10
Heike Gründl S. 14
Heike Gründl S. 17
Heike Gründl S. 20

Grundschulalter 1.-2. Klasse:

Julian und die Matheaufgabe
Chiara traut sich!
Anna und Nils
Nein - nein -nein!
Benni wird geärgert
Auf dem Abenteuerspielplatz

Anita Knöllner S. 23
Anja Scharrer S. 26
Annette Schriever S. 28
Annette Schriever S. 30
Anja Scharrer S. 32
Annette Schriever S. 34

Grundschulalter 3.-4. Klasse:

Ich bin ich
Die Klavierstunde
Das Hockeytraining
Wie schön wäre das Leben ohne Regeln
Ärger im Bus
Hört endlich auf!

Anita Knöllner S. 38
Annette Schriever S. 40
Annette Schriever S. 42
Anita Knöllner S. 44
Annette Schriever S. 46
Annette Schriever S. 48



Geschichten Altersgruppe 4-6 Jahre



Lina und ihre Lieblingsnachbarin

Lina ist ein fröhliches Mädchen. Sie ist 5 Jahre alt und geht in den Kindergarten, wo sie viele Freunde hat. Heute wird sie von ihrer Lieblingsnachbarin Frau Bauer vom Kindergarten abgeholt, da ihre Eltern noch etwas erledigen müssen.

Sie freut sich schon darauf, mit Frau Bauer ein paar Stunden verbringen zu dürfen. Zuerst gehen Sie gemeinsam auf den Spielplatz und zuhause gibt es meistens Kekse, die Frau Bauer extra für Lina gebacken hat.

Frau Bauer nimmt sich immer viel Zeit für Lina. Sie spielen lustige Spiele oder lesen Geschichten. Das Einzige, was Lina nicht mag ist, wenn sie bei Frau Bauer auf dem Schoß sitzen soll. Frau Bauer riecht irgendwie komisch, deshalb hält Lina am liebsten immer etwas Abstand.

Was soll Lina tun? Sie möchte nicht, dass Frau Bauer traurig ist.

Darf sie Frau Bauer sagen, dass sie nicht auf dem Schoß sitzen will, obwohl Frau Bauer ihr extra Kekse gebacken und ein neues Buch zum Vorlesen gekauft hat?

Lina erzählt alles ihren Eltern und fragt sie, wie sie sich verhalten soll. Beim nächsten Mal nimmt sie allen Mut zusammen, stellt sich aufrecht hin und schaut Frau Bauer in die Augen, so wie sie es mit ihren Eltern besprochen hat. Sie sagt: „Ich bin doch jetzt schon so groß, ich möchte nicht mehr so gerne auf dem Schoß sitzen. Könnte ich beim Geschichten lesen einen eigenen Stuhl haben?“

Denkst du Frau Bauer ist nun traurig oder sauer?

Frau Bauer lacht und sagt: „Stimmt, du bist wirklich kein Baby mehr und Stühle haben wir genug. Natürlich bekommst du deinen eigenen Stuhl und heute backen wir zusammen Kekse.“

Hat Lina alles richtig gemacht?

Lina hat auf ihr Gefühl gehört und da sie unsicher war, wie sie es sagen soll, hat sie ihre Eltern um Hilfe gebeten. Dann war alles ganz einfach. Sie freut sich schon auf den nächsten Besuch bei ihrer Lieblingsnachbarin Frau Bauer.

Lina lässt sich nichts gefallen

Heute hat Papa frei und geht mit Lina und ihrem Freund Hannes nachmittags auf den Spielplatz. Es sind auch schon andere Kinder dort, die Lina und Hannes aus dem Kindergarten kennen. Die Kinder wollen eine Sandburg mit einem großen Burggraben bauen.

Plötzlich fällt Papa ein, dass er ja noch Brot fürs Abendessen kaufen wollte. Aber Lina und Hannes möchten nicht mit zum Bäcker gehen, da die Sandburg noch nicht fertig ist. Papa schlägt vor, dass er schnell alleine das Brot holt, da der Bäcker gleich um die Ecke ist und es nicht lange dauern wird, bis er wieder da ist.

Die Kinder haben kein Problem damit, kurz ohne Papa auf dem Spielplatz zu bleiben. Lina fragt: „Papa, bringst du uns Schokolade mit? Und Papa sagt: „Ich hab noch eine in der Tasche, die könnt ihr haben.“

Er gibt die Schokolade den Kindern und geht zum Bäcker. Lina und Hannes teilen sich die Schokolade und wollen gerade reinbeißen, als der große Nachbarsjunge Philip fies grinsend vor ihnen steht. Er sagt: „He, ihr kleinen Rotznasen, her mit der Schokolade!“





Was sollen die Kinder jetzt tun?

Müssen sie mit Philip teilen oder ihm sogar die ganze Schokolade geben?

Hat Philipp freundlich gefragt, ob er ein Stück haben kann?

Sind Lina und Hannes ganz alleine oder sind auch noch andere Kinder auf dem Spielplatz, die ihnen helfen könnten?

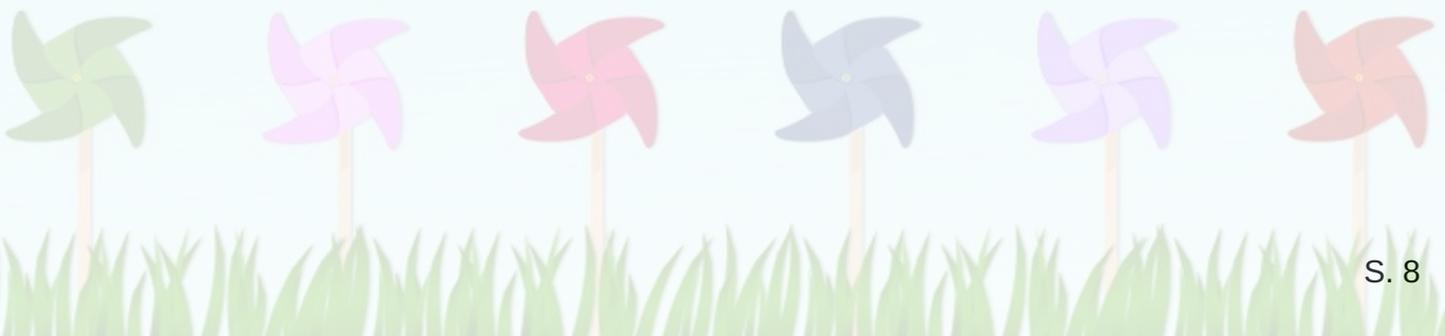
Lina stellt sich aufrecht vor Philip hin und macht sich so groß wie möglich. Sie schaut ihm direkt in die Augen und sagt laut und deutlich: „Nein, das ist unsere Schokolade! Die geben wir nicht her! Lass uns in Ruhe!“

Was denkst du, macht Philip jetzt?

Philip ist so erschrocken, als die kleine Lina sich getraut hat, so mit ihm zu reden, dass er sich umdreht und ganz schnell verschwindet.

Lina und Hannes sind erleichtert und genießen jetzt ihre Schokolade.

Als kurz darauf Papa wiederkommt, erzählen sie ihm, was passiert ist, und er ist ganz schön stolz, dass sich die Kinder so mutig gewehrt haben.



Das Bild zum Ausmalen





Hannes' aufregender Tag

Fertig angezogen sitzt Hannes auf der Bank vor seiner Gruppe im Kindergarten und wartet darauf, dass seine Mama ihn endlich abholt. Er ist immer noch ganz aufgeregt. Da...endlich...die Eingangstür geht auf und seine Mutter steht im Flur. Hannes springt auf und fliegt seiner Mama in die offenen Arme.

„Endlich bist du da!“, ruft Hannes. „Was ist denn los? Ist etwas passiert?“, fragt Hannes' Mutter. Aber bevor Hannes loslegen kann, möchte seine Mutter sich noch schnell verabschieden. Also sagen Hannes und Mama schnell „Tschüss“ und dann laufen sie gemütlich nach Hause.

Kaum sind die beiden aus dem Kindergarten raus, sprudelt Hannes schon los. „Weißt du, was heute passiert ist? Wir haben heute alle draußen gespielt. Peter, Lina, Jan, Jule und ich haben Verstecken gespielt“, erzählt Hannes.

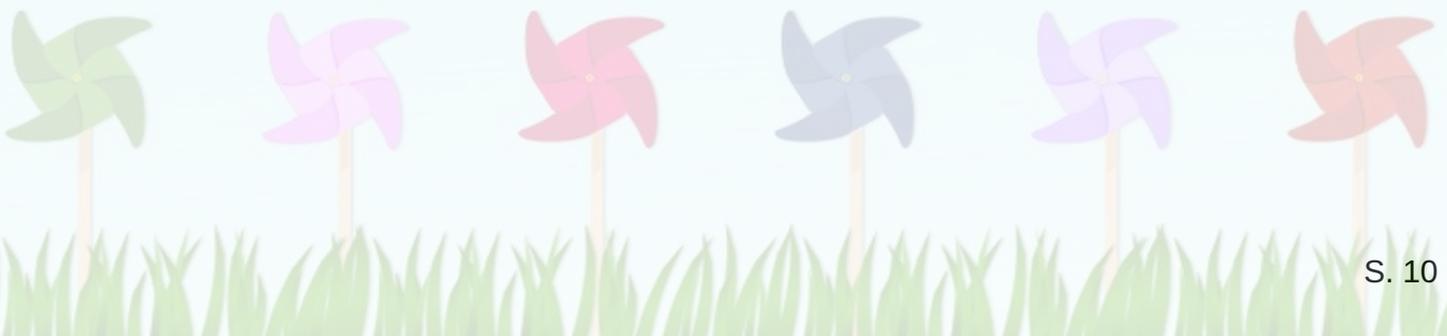
„Das ist doch schön. Da hattet ihr bestimmt viel Spaß“, sagt seine Mutter.

„Ja“, sagt Hannes immer noch ganz aufgeregt, „aber dann wollte Julian bei uns mitspielen. Aber Julian fängt immer Streit an und wir wollten ihn nicht mitspielen lassen.“

„Hm, das ist blöd“, sagt Hannes Mutter. „Was habt ihr dann gemacht?“ „Wir haben ihm gesagt, er darf nur mitspielen, wenn er sich an die Regeln hält und keinen Streit anfängt.“

„Und? Hat das geklappt?“ will Hannes Mama wissen. „Ja, hat geklappt. Und dann kam Florian und wollte auch mitspielen. Julian hat sich breitbeinig hingestellt, die Hände in die Seiten gestemmt und hat zu Florian gesagt, er kann ja gar kein Verstecken spielen, er darf nicht mitspielen. Ohne uns zu fragen. Er hat sich richtig als Chef gefühlt und war ganz fies zu Florian.“

„Uih, und da habt ihr euch geärgert, stimmt's“, sagt Hannes' Mutter. „Mh..., und keiner hat sich getraut, Julian zu sagen, dass das blöd von ihm ist“, antwortet Hannes leise. „Florian hat fast geweint und die anderen und ich fanden das total blöd von Julian.“



Plötzlich bleibt Hannes stehen, holt tief Luft, schaut zu seiner Mama hoch und sagt dann mit fester Stimme: „Aber dann.....dann hab ich mich vor Julian gestellt und hab gesagt, dass Florian auch mitspielen darf. Und dass er nicht der Chef ist.“

„Das war aber mutig von dir. Das hast du prima gemacht. Und was ist dann passiert?“ „Dann ist Julian beleidigt abgehauen und wir haben allein weitergespielt. Und Florian durfte mitspielen.“

„Weißt du was, Hannes?“ fragt seine Mutter etwas geheimnisvoll. „Ich habe eine gute Idee. Wir wollten doch heute Nachmittag auf den Spielplatz gehen. Zusammen mit Lina und ihrer Mama. Wie wäre es denn, wenn ihr heute mal alleine dort hingehet. Der Spielplatz ist bei Linas Haus gleich um die Ecke und wenn irgendetwas sein sollte, könnt ihr dort hingehen. Ich telefoniere gleich mal mit Linas Mama.“

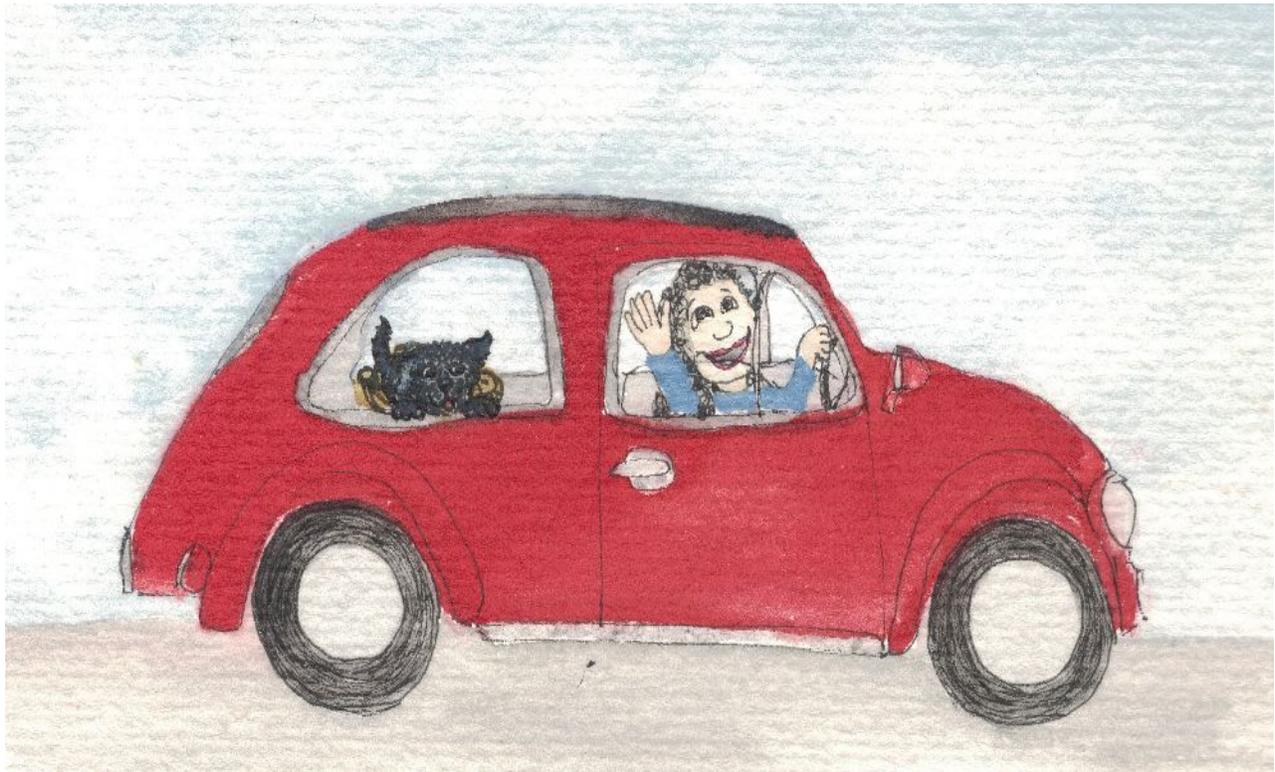
„Oh ja, das ist super. Dann sind wir das erste Mal alleine auf dem Spielplatz... cool!“ freut sich Hannes.

Hannes und Lina haben einen schönen Nachmittag auf dem Spielplatz. Es sind noch ein paar andere Kinder da und alles klappt prima. Um 17.00 Uhr soll Hannes zu Hause sein. Noch 10 Minuten spielen, dann machen sich Lina und Hannes auf den Weg.



„Tschüss, Lina, bis morgen“, sagt Hannes, als sie vor Linas Haus stehen. „Das war toll heute, alleine auf dem Spielplatz. Vielleicht dürfen wir das jetzt immer so machen.“ „Ja, das wäre prima. Wir können ja gleich fragen. Komm gut nach Hause Hannes und bis morgen!“

Hannes muss noch ein Stück die Straße entlang. Gleich ist er zu Hause. Er ist in Gedanken noch auf dem Spielplatz, als er merkt, dass ein Auto anhält. Die Fensterscheibe fährt herunter und die Person, die in dem Auto sitzt, ruft: „Hallo, du. So alleine unterwegs? Soll ich dich vielleicht nach Hause bringen? Dann können wir gleich noch ein Eis kaufen! Komm, steig doch ein!“



Hannes ist stehen geblieben und überlegt. Er weiß, dass er in kein Auto einsteigen darf, außerdem ist er ja gleich zu Hause. Und Hannes hat ein total blödes Gefühl. Da denkt er an heute Vormittag im Kindergarten, die Situation mit Julian.

Er stellt sich breitbeinig hin, macht sich ganz groß und sagt so laut er kann: „Nein, ich steige nicht ein. Lassen Sie mich in Ruhe!“

Hannes rennt so schnell er kann nach Hause. Seine Mutter steht schon in der Tür und erwartet ihn. Papa ist auch schon zu Hause. Sofort erzählt Hannes seinen Eltern, was eben passiert ist. Die sind sooo stolz auf Hannes und sagen: „Das hast du super gemacht, Hannes. Was für ein aufregender Tag heute.“

Das Bild zum Ausmalen





Hannes zu Besuch bei Oma und Opa

Juchuh....es sind Ferien. Der Kindergarten hat drei Wochen geschlossen und Hannes darf endlich zu Oma und Opa. Darauf freut er sich schon seit Wochen.

Oma und Opa wohnen in einem schönen kleinen Dorf. Neben ihrem Haus ist ein Bauernhof mit vielen Tieren. Hannes darf dort immer helfen. Tiere füttern, die Eier der Hühner einsammeln. Manchmal darf er sogar auf einem Pony reiten. Außerdem gibt es in dem Dorf einen schönen Spielplatz und ein kleiner See ist auch da. In dem See darf man schwimmen.

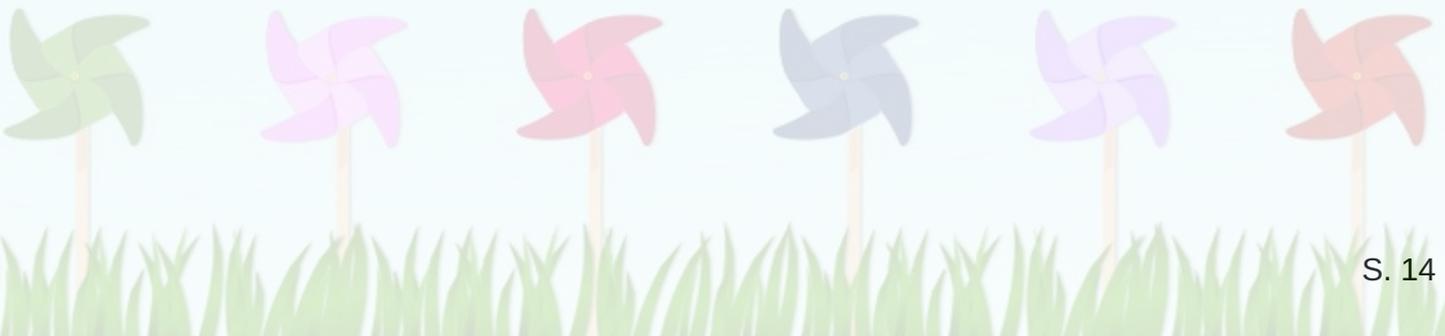
Das alles kennt Hannes schon von den letzten Ferien bei Oma und Opa. Er freut sich schon, die Kinder, die er im letzten Jahr kennen gelernt hat, wieder zu sehen. Das wird wieder super spaßig mit allen zusammen!

Jetzt ist Hannes schon ein paar Tage bei Oma und Opa. Jeden Tag hat er sich mit den anderen Kindern zum Spielen verabredet. Sie waren auf dem Spielplatz, badeten im See und sie haben die Tiere auf dem Bauernhof besucht.

Aber heute ist Spielpause. Hannes will mit Oma und Opa einkaufen gehen. Seine Großeltern kaufen immer in dem kleinen Dorfladen ein. Und auch Hannes geht gerne dorthin. Er darf immer ganz alleine Brot und Brötchen am Bäckerstand holen und an der Wursttheke bekommt Hannes immer ein Stück Wurst.

Hmmm, lecker.... Manchmal kaufen Oma und Opa ein Eis für Hannes.

Das findet er natürlich toll!



Aber eine Sache macht ihm ein blödes Gefühl. Da ist noch Frau Schmidt. Ihr gehört der Dorfladen. Frau Schmidt freut sich immer total, wenn Hannes wieder bei Oma und Opa zu Besuch ist und sie zum Einkaufen kommen.

„Na Hannes, da bist du ja wieder. Wie schön! Und so groß bist du geworden. Wie alt bist du denn jetzt. Gehst du schon in die Schule?“

So viele Fragen auf einmal...und dabei streichelt Frau Schmidt immer wieder über Hannes Haare und manchmal kneift sie ihm auch noch in die Backe. Das mag er überhaupt nicht und deswegen hat er ein blödes Gefühl dabei!



Was soll Hannes jetzt machen.

Hast du eine Idee?

Wem könnte er erzählen, dass er sich komisch fühlt, wenn Frau Schmidt ihm über den Kopf streichelt oder in die Backe kneift?

Könnten Oma oder Opa mit Frau Schmidt reden, und sie bitten das nicht mehr zu machen?

Wie könnte er es selbst Frau Schmidt sagen?

Mögliche Lösungen:

Wem könnte er erzählen, dass er sich komisch fühlt, wenn Frau Schmidt ihm über den Kopf streichelt oder in die Backe kneift?

- 1. Hannes geht zu Oma und Opa und erzählt ihnen, wie er sich in dieser Situation fühlt.*
- 2. Hannes fragt seine Freunde, wie sie sich an seiner Stelle verhalten würden.*
- 3. Hannes ruft seine Eltern an und fragt diese um Rat.*

Könnten Oma oder Opa mit Frau Schmidt reden, und sie bitten das nicht mehr zu machen?

Ein Gespräch zwischen Erwachsenen kann hilfreich sein, dennoch ist es besser, wenn Hannes selbst mit Frau Schmidt spricht. Hannes kann damit seine Gefühle selbst in Worte fassen und fühlt sich dadurch groß und stark.

Wie könnte er es selbst Frau Schmidt sagen?

Wenn Frau Schmidt das nächste Mal Hannes wieder über die Haare streicheln möchte, stellt er sich fest mit beiden Beinen vor sie hin, macht sich dabei ganz groß und sagt laut und deutlich: "Ich mag es nicht, wenn ich gestreichelt oder in die Backe gekniffen werde."

Lina und ihre Freunde

Als Lina heute in den Kindergarten kommt, freut sie sich schon auf ihre Freundinnen. Sie wollen heute alle zusammen Bauernhof spielen. Gerade als sie an der Garderobe noch ihre Hausschuhe anzieht, hört sie wie Sarah ein paar Kinder zu ihrem Geburtstag einlädt. Lina hofft, auch eingeladen zu werden, aber leider kommt Sarah nicht zu ihr.

Wie fühlt sich Lina?

Jetzt hat Lina keine Lust mehr Bauernhof zu spielen. Sie ist enttäuscht und traurig und fühlt sich allein. Sie geht in den Gruppenraum und sieht dort Hannes. Er macht mit ein paar anderen Kindern ein riesengroßes Bodenpuzzle. Sie fragt, ob sie auch mitmachen kann. Aber Tobi meint: „Nein, dann wird es zu eng, wenn Lina auch noch mitmacht.“

Welches Gefühl hättest du an Linas Stelle jetzt?

Lina ist den Tränen nahe und würde am liebsten mit ihren Eltern wieder nach Hause gehen. Sie dreht sich weg, damit die anderen nicht sehen, dass sie gleich weint und geht Richtung Garten. Plötzlich hört sie Hannes Stimme: „Komm Lina, da ist noch Platz für dich. Es wäre schön, wenn du uns hilfst bei diesem Riesenpuzzle.“ Lina schluckt ihre Tränen runter und ist glücklich, dass sie nicht alleine spielen muss. Sie haben gemeinsam viel Spaß beim Puzzeln und schaffen es viel schneller wie sonst, weil sie alle zusammenhelfen.



Wem können wir traurige oder schöne Erlebnisse immer erzählen?

Nachmittags zuhause erzählt Lina ihren Eltern wie traurig sie ist, dass sie nicht zu Sarahs Geburtstag eingeladen wurde, aber dass sie froh ist, auch noch andere Freunde im Kindergarten zu haben.

Später spielt sie draußen mit den Nachbarskindern auf dem Spielplatz Verstecken. Da steht plötzlich Lukas bei ihnen und möchte auch mitspielen. Lukas wohnt nicht in der Nachbarschaft. Er ist zu Besuch bei seiner Tante. Er hat komische Sachen an und ist ein bisschen dick. Finn meint: „Der darf nicht mitspielen. Der kennt unsere Regeln ja gar nicht und ist viel zu langsam.“ Die Anderen kichern und sind froh, dass sie nichts sagen müssen. Lukas sieht ganz traurig aus und Lina hat gar kein gutes Gefühl.

Was könnte Lina tun?

Sie denkt daran, wie sie sich gefühlt hat, als sie heute von ihrer Freundin keine Geburtstags Einladung bekommen hat, und wie froh sie war, dass die anderen Kinder im Kindergarten sie dann mitpuzzeln ließen.

Sie atmet tief ein, stellt sich aufrecht hin und sagt zu den anderen: „Natürlich lassen wir Lukas mitspielen! Wie würdet ihr euch fühlen, wenn ihr nicht mitspielen dürft? Außerdem macht es viel mehr Spaß, wenn wir mehr Kinder sind.“ Und zu Lukas sagt sie: „Komm, ich zeige dir die besten Verstecke.“



Das Bild zum Ausmalen



Hannes und die Mutprobe

Heute backen die Kinder mit ihren Erzieherinnen im Kindergarten Waffeln. Alle haben viel Spaß und helfen nach dem Essen zusammen, damit die Küche schnell sauber ist und sie in den Garten zum Spielen können. Lina hat in letzter Zeit öfters beobachtet, dass ihr Freund Hannes immer wieder zu Julian und Finn rüber schaut, wenn die zusammen in der Spielecke sitzen oder im Garten spielen. Die beiden Jungs spielen oft alleine und sagen manchmal gemeine Wörter zu den anderen Kindern oder nehmen ihnen einfach die Spielsachen weg.

Müssen sich die Kinder das von Julian und Finn gefallen lassen?

Was könnten sie tun?

Hannes lässt sich das meistens gefallen, weil er die beiden cool findet. Aber wenn entweder Julian oder Finn krank ist, dann spielen sie mit Hannes. Lina findet das blöd, aber Hannes fällt das anscheinend gar nicht auf. Er fragt immer wieder: „Was spielt ihr denn da? Kann ich mitspielen?“

Heute spricht Hannes aber länger wie sonst mit Julian und Finn. Anscheinend machen sie gerade aus, was sie miteinander spielen könnten. Als Lina näherkommt und wissen will, was sie vorhaben, antwortet Hannes: „Nichts für Mädchen.“ Und dann gehen die drei Jungs zum Klettergerüst im Garten.

Lina ärgert sich über Hannes. Sie setzt sich auf die Schaukel und beobachtet, was die Jungs machen. Sie stellen sich unter das Klettergerüst und Julian sagt zu Hannes: „Wenn du zu unserer coolen Bande gehören willst, dann musst du eine Mutprobe bestehen. Spring von diesem Klettergerüst runter in den Sand, dann lad ich dich zu meinem Geburtstag am Wochenende ein und du bist natürlich in unserer Bande dabei.“

Sind das echte Freunde, die etwas Verbotenes oder sogar Gefährliches von uns verlangen?

Ist es mutig oder schwach, wenn man sich etwas nicht traut und das auch sagt?

Was soll Hannes machen? Was könnte er sagen?



Hannes denkt: „Das wäre cool. Endlich! Er wollte schon lange mit Julian und Finn spielen, aber er hat sich nie so richtig getraut. Laut sagt Hannes: „Gar kein Problem. Das kann doch jedes Baby!“ Er steigt ganz langsam die Leiter hoch und hat dann doch ein ganz mulmiges Gefühl. Oben angekommen hält er sich mit beiden Händen fest und schaut nach unten. „Oje, das ist ganz schön hoch“, stellt Hannes leise fest.

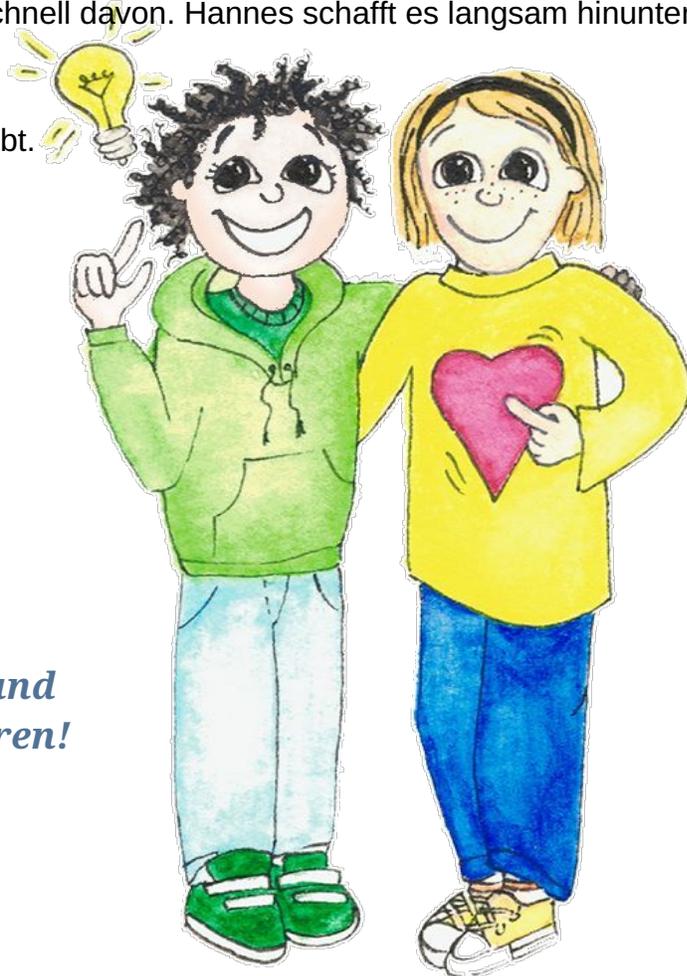
Finn und Julian feuern ihn von unten an: „Jetzt spring endlich! Oder bist du doch ein Feigling?“ Hannes steht mit zitternden Knien oben. Er lässt mit einer Hand die oberste Sprosse des Klettergerüsts los. Soll er einfach springen? Er hängt nun nur noch mit der anderen Hand am Klettergerüst. Wenn er nicht gleich springt, rutscht er mit den Füßen ab und fällt mit dem Rücken zuerst nach unten.

Lina hält den Atem an. Sie ruft ihm laut zu: „Spring nicht, Hannes! Das ist viel zu hoch!“ Dann hüpfte sie von der Schaukel und läuft zum Klettergerüst. Sie sieht die Angst im Gesicht von Hannes. Er zittert mittlerweile am ganzen Körper, da ihm die Kraft ausgeht und er sich nicht mehr lange halten kann. Lina ruft ihm zu: „Halte dich mit beiden Händen fest! Und komm ganz langsam wieder nach unten!“ Julian und Finn schreien: „Feigling! Feigling!

Da nimmt Hannes seine letzten Kräfte zusammen und sagt mit fester Stimme: „Nein, ich bin doch nicht blöd!“, dann rutscht sein Fuß ab und er kann sich gerade noch festhalten.

Julian und Finn laufen ganz schnell davon. Hannes schafft es langsam hinunter zu klettern, wo Lina schon auf ihn wartet.

Gut, dass es echte Freunde gibt.



***Kopf einschalten und
auf das Gefühl hören!***



Geschichten Grundschule 1.-2. Klasse

Julian und die Matheaufgabe

Julian war schon 8 Jahre alt und ging gerne zur Schule. Aber heute war das anders. Langsam schlenderte er auf seinem Schulweg an den Gärten und Häusern vorbei und blickte traurig zu Boden. Dabei sollte er sich freuen, denn heute hatten sie ein wichtiges Fußballspiel und beim Fußball war er immer einer der Besten. Wenn nur nicht diese Matheaufgabe wäre.

Gestern bekamen sie eine Aufgabe mit nach Hause, die er einfach nicht lösen konnte, obwohl er sonst mit Mathe keine Probleme hatte. Seine Mama hatte für den Nachmittag ihre Freundinnen eingeladen und er sollte so lange auf seine kleine Schwester aufpassen. Und danach konnte er sich einfach nicht mehr auf die Aufgabe konzentrieren.

Sonst half ihm seine Mama immer, wenn er Fragen zu den Schulaufgaben hatte, aber gestern war sie noch so mit den Neuigkeiten beschäftigt, die ihre Freundinnen erzählt hatten, dass sie ihm gar nicht richtig zuhörte.

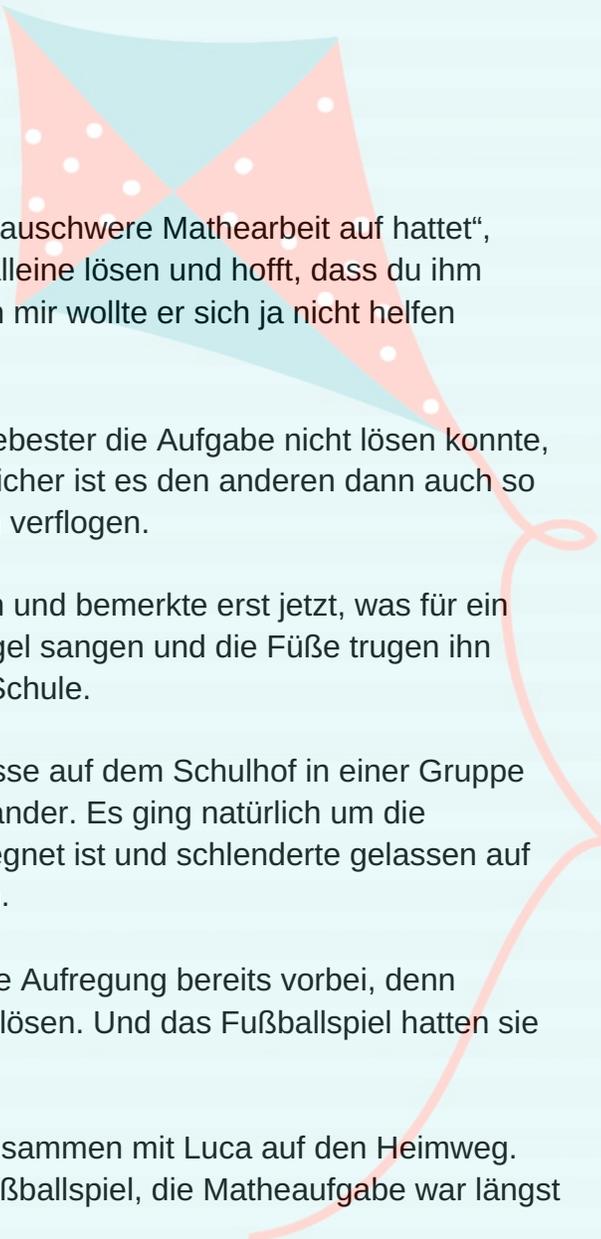
Ihm war schon ganz mulmig zumute. Was, wenn er heute an die Tafel gerufen wird. Das wollte er sich lieber erst gar nicht vorstellen, wie ihn die anderen auslachten und die Lehrerin ihn streng anschaute. Und dann wurde er noch trauriger.

„Hallo Julian“, rief ihm da jemand zu: „Was schaust du denn so missmutig. Hast du einen bösen Geist gesehen? Du läufst doch sonst immer so fröhlich zur Schule.“ Lea kam ihm lachend entgegen. Was sollte er ihr nur sagen. Etwa, dass er seine Matheaufgabe nicht lösen konnte.

Niemals!

Lea war zwei Jahre älter als Julian und die Schwester seines besten Freundes Luca.





„Von Luca habe ich gehört, dass ihr gestern eine sauschwere Mathearbeit auf hattet“, plapperte Lea munter weiter: „Er konnte sie nicht alleine lösen und hofft, dass du ihm heute in der Pause vor der Mathestunde hilfst. Von mir wollte er sich ja nicht helfen lassen. Typisch Jungs.“

Erleichtert atmete Julian auf. Wenn Luca als Mathebester die Aufgabe nicht lösen konnte, brauchte er sich keine Sorgen mehr zu machen. Sicher ist es den anderen dann auch so ergangen. Plötzlich waren alle düsteren Gedanken verfliegen.

Julian richtete sich auf, blickte wieder fröhlich drein und bemerkte erst jetzt, was für ein schöner Tag heute war. Die Sonne schien, die Vögel sangen und die Füße trugen ihn nun fast von ganz alleine leichten Schrittes in die Schule.

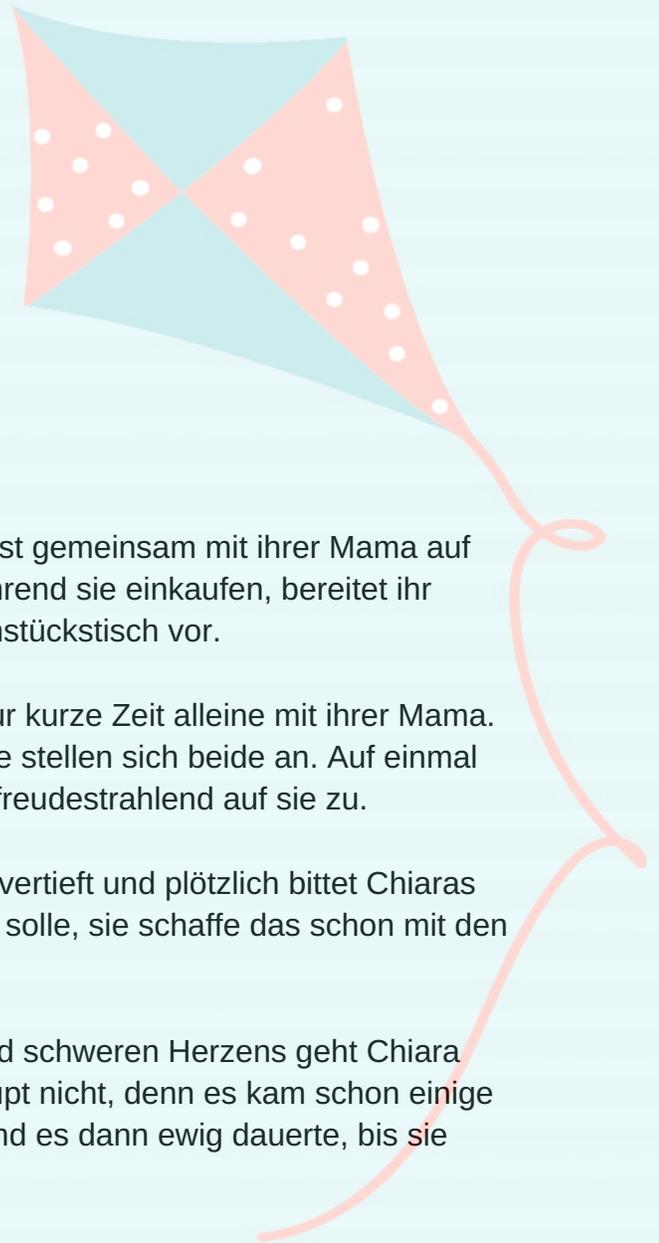
Dort angekommen, hatte sich schon die halbe Klasse auf dem Schulhof in einer Gruppe versammelt und alle redeten gleichzeitig durcheinander. Es ging natürlich um die Matheaufgabe. Julian war froh, dass ihm Lea begegnet ist und schlenderte gelassen auf die Gruppe zu, die ihn aufgeregt in Empfang nahm.

Als es dann zur Mathestunde läutete war die ganze Aufregung bereits vorbei, denn gemeinsam konnten sie die Aufgabe in der Pause lösen. Und das Fußballspiel hatten sie mit 2:1 auch gewonnen.

Voller Stolz machte sich Julian nach der Schule zusammen mit Luca auf den Heimweg. Gesprächsthema war natürlich das gewonnene Fußballspiel, die Matheaufgabe war längst vergessen.

„Doch noch alles gut gegangen“, dachte sich Julian, als er zu Hause war und freute sich schon darauf, mit seiner kleinen Schwester zu spielen, die immer lachte, wenn er von der Schule heimkam.

Chiara traut sich



Es ist ein wunderschöner sonniger Tag und Chiara ist gemeinsam mit ihrer Mama auf dem Weg zum Bäcker, wie fast jeden Sonntag. Während sie einkaufen, bereitet ihr Papa mit ihrem kleineren Bruder zu Hause den Frühstückstisch vor.

Chiara genießt sehr die gemeinsame, wenn auch nur kurze Zeit alleine mit ihrer Mama. Vor dem Bäcker ist wie immer eine Schlange und sie stellen sich beide an. Auf einmal kommt eine Freundin ihrer Mama aus der Bäckerei freudestrahlend auf sie zu.

Beide Frauen sind ziemlich schnell in ein Gespräch vertieft und plötzlich bittet Chiaras Mama, dass sie doch alleine zum Bäcker reingehen solle, sie schaffe das schon mit den Brötchen.

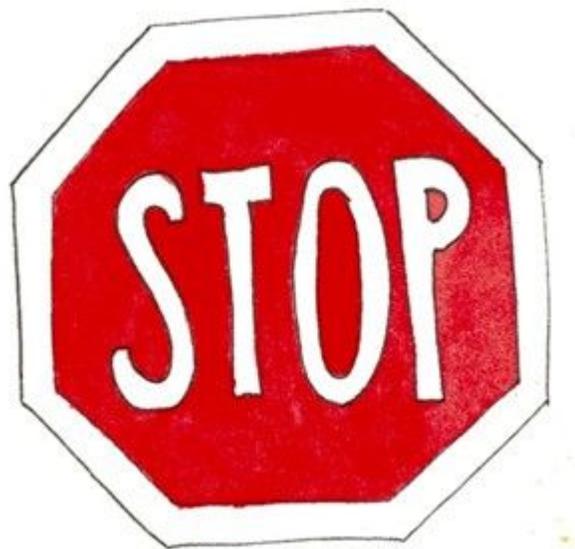
Chiaras Mama zwinkert ihr noch aufmunternd zu und schweren Herzens geht Chiara alleine weiter in der Schlange. Sie mag das überhaupt nicht, denn es kam schon einige Male vor, dass sie von anderen übersehen wurde und es dann ewig dauerte, bis sie endlich drangenommen wurde.

Meistens waren die Croissants dann schon weg und ihr Papa ärgerte sie dann zu Hause im Spaß deswegen. Andererseits wollte Chiara selbständiger werden und ihren Eltern zeigen, dass sie schon so manches alleine schaffte.

Jetzt sind nur noch drei Leute vor ihr. Zum Glück hat Chiara den Einkaufszettel in der Hand, sonst wüsste sie vor lauter Aufregung nicht, was sie kaufen sollte. Gleich war sie an der Reihe.

Verträumt schaut sie sich die leckeren Apfeltaschen und Nusshörnchen an. Plötzlich drängelt sich ein Mann an ihr vorbei und sie ist so überrascht, dass ihr erst einmal nichts einfällt, was sie sagen könnte. Als sich nun auch noch eine Frau an ihr vorbeischieben will, reicht es Chiara.

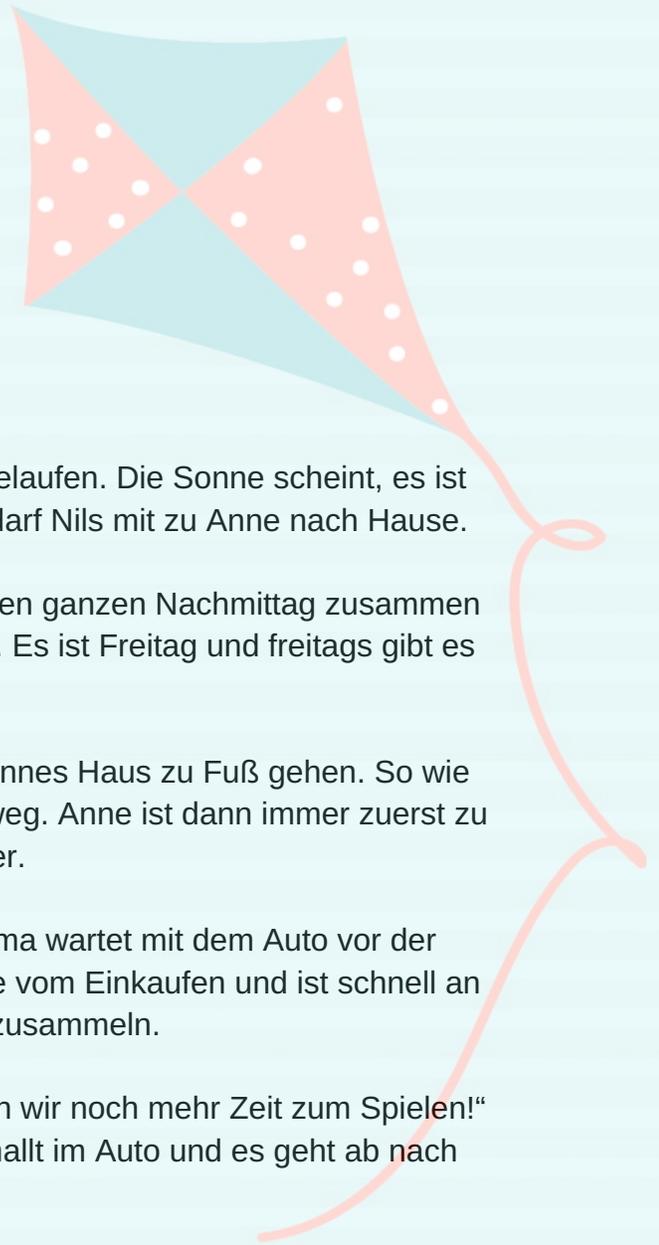
Sie macht sich groß, schaut der Verkäuferin in die Augen und sagt mit lauter Stimme: „Stopp, jetzt bin ich aber dran!“ Die Frau schaut etwas verdutzt und meinte dann nur: „Ach, ich dachte, dass du zu dem Mann gehörst.“



Die Verkäuferin lächelt sie freundlich an und Chiara kann laut und deutlich ihre Bestellung aufgeben. Als die Verkäuferin dann noch zu ihr sagt: „Das hast du aber super gemacht!“, ist Chiara ganz stolz auf sich.

Natürlich sprudelt es aus ihr auf dem Heimweg nur so heraus, denn sie möchte unbedingt ihrer Mama erzählen, was ihr gerade passiert ist. Die freut sich für Chiara und ist mächtig stolz auf sie: „Das ist großartig, wie du das gemacht hast. Auch Kinder können ganz schön groß sein!“

Anne und Nils



Fröhlich kommen Anne und Nils aus der Schule gelaufen. Die Sonne scheint, es ist warm und sie sind heute verabredet. Jetzt gleich darf Nils mit zu Anne nach Hause.

Es gibt lecker Mittagessen und dann können sie den ganzen Nachmittag zusammen spielen. Hausaufgaben haben sie heute keine auf. Es ist Freitag und freitags gibt es keine Hausaufgaben.

Eigentlich sollten Anne und Nils den Weg bis zu Annes Haus zu Fuß gehen. So wie jeden Tag. Die beiden haben den gleichen Schulweg. Anne ist dann immer zuerst zu Hause und Nils muss nur noch zwei Straßen weiter.

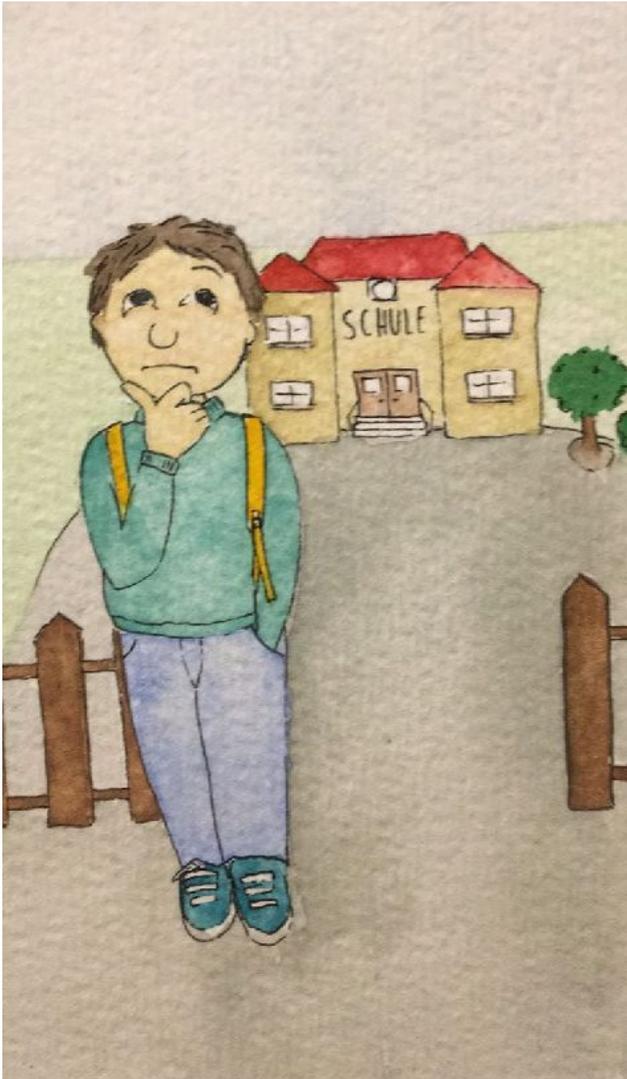
Aber heutewelche Überraschung....Annes Mama wartet mit dem Auto vor der Schule, um die beiden abzuholen. Sie kam gerade vom Einkaufen und ist schnell an der Schule vorbeigefahren, um Anne und Nils einzusammeln.

„Hey, Mama. Toll dass du uns abholst. Jetzt haben wir noch mehr Zeit zum Spielen!“ freut sich Anne. Und schon sitzen beide angeschnallt im Auto und es geht ab nach Hause zu Anne.

Noch am Montag auf dem Weg zur Schule erzählen Anne und Nils von ihrem schönen Spielnachmittag am Freitag:

„Du Nils“, sagt Anne „mir fällt gerade ein, dass ich heute gleich nach der Schule einen Arzttermin habe. Mama holt mich ab und wir fahren zusammen dort hin. Du musst heute alleine nach Hause laufen.“ „Ja ok, das mach ich. Ist ja nicht schlimm.“

Und so macht sich Nils nach der Schule alleine auf den Nachhauseweg.



Als er fast schon zu Hause ist, hält ein Auto an. Die Person in dem Auto ruft: „Hallo Junge. Kannst du mir mal helfen. Ich kenne mich hier nicht aus und suche die Arnoldstraße. Weisst du, wie ich da hinkomme?“

Nils bleibt stehen und überlegt kurz. Er kennt die Straße und kann den Weg erklären:

„Fahren Sie einfach gerade aus und dann die zweite Straße rechts und dann zweimal links.“

„Oh je“, sagt die Person in dem Auto, „kannst du mir das zeigen und kurz mitfahren?“

Aufgabe:

Besprechen Sie mit Ihrem Kind die richtige Verhaltensweise.

Mit einem Stuhl als Auto können Sie diese Situation als Rollenspiel nachspielen.

Viel Spaß dabei!

Lösung:

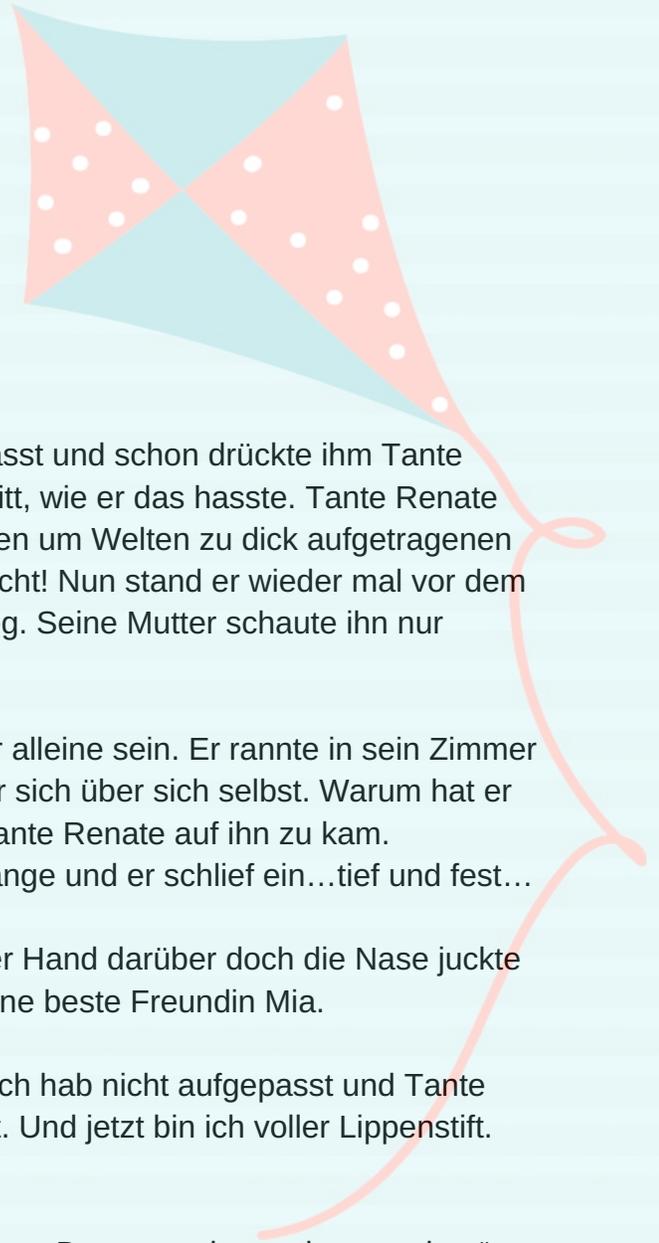
Eine Person spricht mich aus dem Auto an und fragt nach dem Weg.

Die Person möchte, dass ich einsteige und den Weg zeige.

Ich sage laut und mit fester Stimme "NEIN"! Ich steige nicht ein!

So ein Erlebnis erzähle ich sofort meinen Eltern.

Nein, Nein, Nein!



Einen kurzen Augenblick hatte Tom nicht aufgepasst und schon drückte ihm Tante Renate einen dicken Schmatzer auf die Backe. Igitt, wie er das hasste. Tante Renate war ja eigentlich ganz nett, aber ihr Parfüm und den um Welten zu dick aufgetragenen knallroten Lippenstift, das mochte er überhaupt nicht! Nun stand er wieder mal vor dem Spiegel und wischte sich die Lippenstiftspuren weg. Seine Mutter schaute ihn nur entschuldigend an.

Tom war sauer und wenn er sauer war, musste er alleine sein. Er rannte in sein Zimmer und warf sich auf sein Bett. Am meisten ärgerte er sich über sich selbst. Warum hat er nicht aufgepasst und den Kopf weggedreht, als Tante Renate auf ihn zu kam. Tom machte die Augen zu und es dauerte nicht lange und er schlief ein...tief und fest...

Und plötzlich juckte seine Nase. Er wischte mit der Hand darüber doch die Nase juckte immer noch. Tom schaute nach und da sah er seine beste Freundin Mia.

„Warum bist du denn so sauer Tom?“ fragt Mia. „Ich hab nicht aufgepasst und Tante Renate hat mir schon wieder einen Kuss verpasst. Und jetzt bin ich voller Lippenstift. Dabei wollte ich doch aufpassen!“

„Und das wird wohl auch immer wieder so passieren. Du musst das anders machen“, sagte Mia.

„Wie meinst du das Mia? Was soll ich denn da machen?“ will Tom wissen.

„Na probier's doch mal mit NEIN sagen. Das kannst du doch. Ich bekomme das doch in der Schule immer mit. Obwohl das dann nicht immer die passende Situation ist, um Nein zu sagen!“

„Ja ich weiss“, antwortet Tom etwas kleinlaut. „Mama schimpft auch immer. Ich sage wohl zu oft Nein.“



„Ja, man sollte schon wissen, wann die richtige Situation für ein Nein ist. Nein sagen, weil es Spaß macht oder damit andere sich ärgern, oder aus Langeweile, oder weil du nerven willst, das ist nicht der richtige Moment.“ Mia schimpft sogar ein bisschen mit Tom.

„Und wenn du keinen Kuss von deiner Tante möchtest, dann traust du dich nicht. Willst lieber aufpassen und das Gesicht wegrehen. Mensch Tom, wie alt bist du denn?“, schimpft Mia weiter.

„Aber das ist doch unhöflich, wenn ich zu meiner Tante NEIN sage und keinen Kuss möchte.“ Tom ist durcheinander. „Dann ist sie doch bestimmt eingeschnappt. Und eigentlich kann ich sie ja ganz gut leiden. Sie kann richtig witzig sein!“

„Dann wird sie auch verstehen, wenn du ihr erklärst, dass du aus dem Kuss- Alter heraus bist.“ antwortet Mia. „Probier´s doch einfach mal.“

„Ja Mia ich weiss das ja auch alles. Wir haben das ja gelernt und Mama bespricht das auch alles immer wieder mit mir: sag Nein, wenn dir jemand einfach so Süßigkeiten geben möchte. Sag Nein, wenn dich jemand mit dem Auto mitnehmen will und es nicht abgesprochen ist. Sag Nein, wenn jemand über die Straße geht, obwohl die Ampel rot ist. Sag Nein, wenn du jemandem den Weg zeigen sollst. Und sag Nein, wenn jemand in der Schule einen anderen nicht mitspielen lassen will oder wenn du andere ärgern sollst.“

„Ja genau Tom. Und wir haben auch gelernt, dass wir Nein zu Erwachsenen sagen dürfen, wenn wir ihre Nähe nicht möchten. Küssen, umarmen, streicheln, auf dem Schoß sitzen. Also darfst du auch zu Tante Renate sagen, dass du keine Küsse mehr möchtest. Du musst dich nur trauen!“ sagt Mia und grinst breit.

Und Tom nimmt sich das für den nächsten Besuch von Tante Renate ganz fest vor.

Am nächsten Morgen trifft Tom Mia auf dem Weg zur Schule. „Du Mia, ich hab gestern von dir geträumt!“ sagt Tom. Mia schaut Tom an: „Na hoffentlich war es etwas Schönes“, antwortet Mia und grinst breit.

Benni wird geärgert

Es geht nun schon ziemlich lange so. Fast jeden Tag nach der Pause, wenn Benni an seinen Platz zurückkommt, fehlt etwas. Manchmal sind es die Stifte, manchmal Bücher oder Hefte.

Meistens findet Benni seine Sachen schnell wieder, aber neulich musste er ewig danach suchen. Und keiner hatte ihm bei der Suche geholfen.

Ausgerechnet Leon und seine Freunde verstecken seine Sachen immer. Leon ist der Chef der coolen Jungs Clique zu der Benni auch so gerne gehören würde. Außerdem versteht Benni überhaupt nicht, warum alle anderen mitmachen. Keiner steht auf seiner Seite und hilft ihm. Seinen Fragen weichen sie auch nur aus und aus Leons Mund kommt meist nur Quatsch.

Aber heute ist ein schöner Tag. Benni hat gute Laune – heute haben sie Sport. Benni ist eine richtige Sportskanone. Er spielt schon lange Fußball und ist mit seiner Mannschaft sehr erfolgreich. Besonders stolz darauf ist Benni, dass er schon in der Mannschaft der Älteren mittrainieren darf. Aber auch beim Sportunterricht fühlt er sich wohl und wird meistens in Ruhe gelassen.

Nur vor ein paar Tagen, als Benni in den Umkleideraum kam, hatte Leon einen Spruch losgelassen: „Ah, da kommt unser Mr. Wichtig wieder daher.“

Und die anderen haben alle gelacht.

Benni versuchte das zu ignorieren, doch sie tuschelten weiter und machten sich lustig über ihn. Als Benni sein Trikot aus dem Sportbeutel zog, wusste er warum. Sein Trikot war mit einem schwarzen Stift verwüstet worden.

Er versuchte, die Tränen zurückzuhalten. Das Trikot hatte eine besondere Bedeutung für ihn. Seine Eltern hatten es ihm geschenkt, als er zum ersten Mal das Training der älteren Fußballer mitmachen durfte. Und nun ist es ruiniert.

„Warum sind die so fies zu mir?“, denkt Benni.

Benni würde am liebsten gar nicht mehr in die Schule gehen.

Fragen zu dieser Geschichte

Besprechen Sie zusammen mit Ihrem Kind die Fragen zu dieser Geschichte:

1. Wie fühlt sich Benni?
2. Mit wem könnte Benni über die Situation sprechen?
3. Warum ärgern ihn die anderen?
4. Warum hilft ihm keiner?
5. Was kann helfen?

Lösungen

1. *Verärgert, zornig, machtlos, hilflos,...*
2. *Vertrauenslehrer, Klassenlehrer, Eltern, Freunde. Hilfe bei Erwachsenen oder Freunden suchen ist nicht petzen.*
3. *Sie haben häufig selbst Probleme, die sie damit überspielen wollen.*
4. *Gruppenzwang, Angst selbst betroffen zu werden,...*
5. *Selbstbewusstes Auftreten (Blickkontakt, Körpersprache), Schlagfertigkeit üben (ansprechen), nicht anmerken lassen, dass er sich geärgert fühlt (ignorieren).*

Auf dem Abenteuerspielplatz

Gleich klingelt es und die Schule ist aus. Ina freut sich schon. Heute ist Freitag. Und freitags bekommen sie keine Hausaufgaben auf. Also schnell nach Hause, Mittagessen und dann.....und dann ...ab zum Spielplatz!

Normalerweise trifft sich Ina immer freitags mit ihren Freunden aus der Schule auf dem Abenteuerspielplatz ganz in ihrer Nähe. Bisher war das Wetter aber schlecht. Regen, Regen, Regen. Und heute scheint die Sonne und es ist warm.

In der Schule hatten sie verabredet, dass jeder etwas zu Essen und Trinken mitbringt. Sie wollen ein kleines Picknick machen und den ganzen Nachmittag auf dem Spielplatz verbringen. Ina freut sich schon und ist ganz aus dem Häuschen.

Mama hat den Rucksack mit vielen kleinen Leckereien und einer Picknickdecke gepackt. „Ich muss jetzt los Mama. Die anderen warten bestimmt schon auf mich!“ ruft Ina.

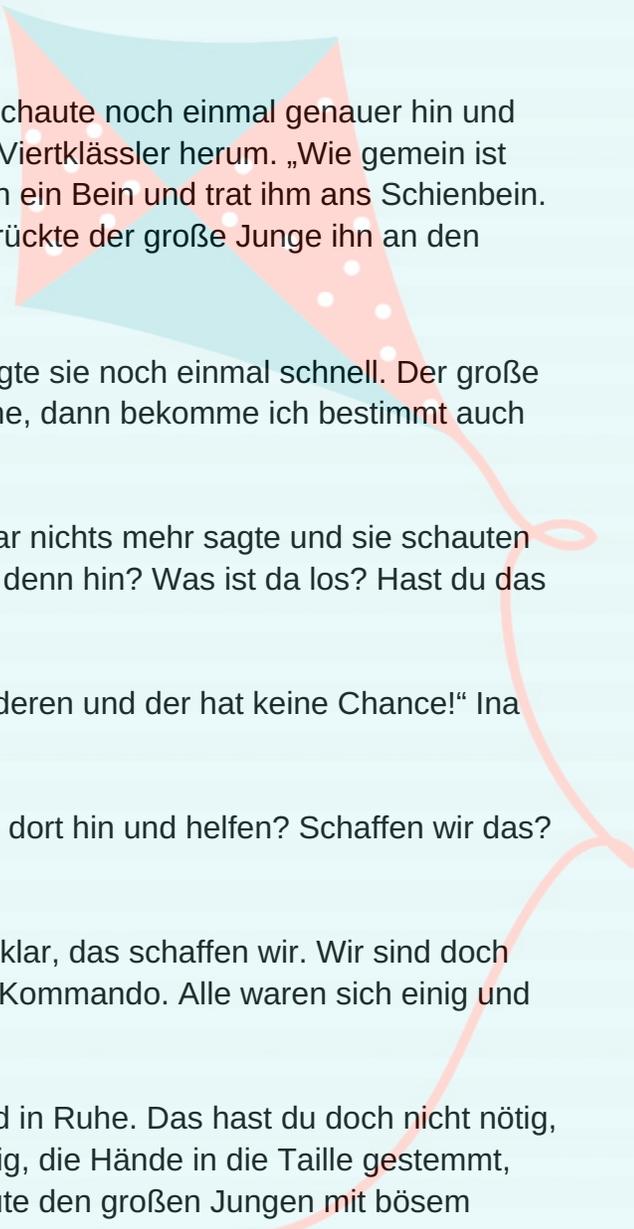
„Ich bin ja schon fertig Ina. Und du weißt ja. Wenn etwas ist, geht ihr zu Anna nach Hause. Die wohnt ja gleich beim Spielplatz um die Ecke. Annas Mama ist zu Hause. Wir haben das so besprochen!“

„Ja, das weiß ich doch. Wie immer halt. Wird schon nichts passieren. Wir sind doch jetzt Drittklässler!“

„Pass gut auf dich auf!“ ruft Mama noch hinterher, aber Ina hört gar nicht mehr zu. Schnell geht sie zum Spielplatz.

Die anderen sind schon da. Zuerst machen sie auf der großen Wiese ein schönes Picknick. Alle haben etwas dabei und jeder probiert bei jedem. Richtig lecker und Spaß macht es auch. Frisch gestärkt spielen und toben sie auf dem Spielplatz. Schaukeln, klettern, verstecken und fangen spielen. Es gibt eine tolle Tunnelrutsche und einen Wasserplatz zum Matschen....super!

Gleich ist es fünf Uhr, die Zeit ging rasend schnell vorbei und langsam müssen sie an den Heimweg denken. Gerade packen alle ihre Taschen und plappern durcheinander, als Ina plötzlich ganz still wird. Ihr Blick schweift über die große Wiese. Ganz hinten am Zaun, sah sie zwei Personen. Zwei Jungs und einer davon war schon ziemlich groß und etwas älter. Den anderen kannte Ina. Er war in der vierten Klasse und Ina fand ihn ganz nett.



Aber was machte der größere Junge denn da. Ina schaute noch einmal genauer hin und da erkannte sie es. Der große Junge schubste den Viertklässler herum. „Wie gemein ist das denn“, dachte Ina. Jetzt stellte er ihm auch noch ein Bein und trat ihm ans Schienbein. Kaum war der Viertklässler wieder aufgestanden, drückte der große Junge ihn an den Zaun. Oh Mann, das ist echt fies.

Ina wollte schon losrennen und helfen. Dann überlegte sie noch einmal schnell. Der große Junge ist ganz schön stark. Wenn ich jetzt dahingehe, dann bekomme ich bestimmt auch einen drauf. Keine gute Idee!

In dem Moment bemerkten die anderen, dass Ina gar nichts mehr sagte und sie schauten in die gleiche Richtung wie Ina. „Ina, wo schaust du denn hin? Was ist da los? Hast du das beobachtet?“ Tom reagierte als erster.

„Ja, ich hab das gesehen. Der Große ärgert den anderen und der hat keine Chance!“ Ina ist ganz aufgeregt.

„Was machen wir Leute? Gehen wir alle zusammen dort hin und helfen? Schaffen wir das? Was meint ihr?“ ,fragt Tom.

Die anderen schauten sich an und alle nickten. „Na klar, das schaffen wir. Wir sind doch zu fünft. Los lasst uns gehen!“ Sven übernahm das Kommando. Alle waren sich einig und sie rannten los.

„Hey, was machst du denn da. Lass unseren Freund in Ruhe. Das hast du doch nicht nötig, andere zu ärgern!“ ,das war Ina. Sie stand breitbeinig, die Hände in die Taille gestemmt, der Rücken war gerade wie ein Stock und sie schaute den großen Jungen mit bösem Blick an. Die anderen standen um Ina herum und sahen mindestens genau so böse aus.

Der große Junge ließ den Viertklässler, er hieß Robin, sofort los und wollte etwas erwidern. Doch dazu kam er nicht mehr. Ina ging einen Schritt auf ihn zu und sagte: „Komm lass das. Geh einfach weg und verschwinde vom Spielplatz! Für euch Großen gibt es sicher einen schöneren Platz zum Spielen. Und lass uns in Ruhe!“

Ina, Tom, Sven und die anderen nahmen Robin in ihre Mitte und gingen zurück zu ihrem Platz. Dort lagen noch alle Taschen und Rucksäcke herum. „Das war super von euch. Danke, dass ihr mir geholfen habt. Ich zittere noch ein bisschen!“ Robins Stimme war wackelig.

Und Tom sagte: „Ich fand Ina super mutig. Den hast du ganz schön abblitzen lassen!“
„Das hab ich nur geschafft, weil ihr alle dabei ward. Wir waren gemeinsam stark und mutig.“

Ina zog den Rest ihrer Schokolade aus dem Rucksack. Auf den Schreck bekamen alle erst mal ein Stück. Vor allem Robin.

„So jetzt wird es aber Zeit“, meldete sich Sven. „Wir müssen nach Hause. Es ist schon spät. Kommst du mit Robin? Du wohnst doch bei mir in der Nähe.“ „Au ja, danke. Das mache ich“, Robin klang erleichtert.

Sie verabschiedeten sich voneinander und gingen los. Und sicher dachten gerade alle das gleiche: Das war ein schöner und aufregender Nachmittag. Mal sehen, was Mama und Papa dazu sagen. Ein schönes Gefühl, wenn man Freunde hat, die so gut zusammenhalten und anderen helfen.





Geschichten Grundschule 3.-4. Klasse

Ich bin ich und so wie ich bin, ist es gut

Klara ist 10 Jahre alt und geht schon in die vierte Klasse. Sie gehört in der Grundschule zu den „Großen“ und ist bereits gespannt wie ein Flitzbogen, was sie nach den Ferien in der neuen Schule erwartet. Zum Glück muss sie sich nicht von ihrer gewohnten Clique trennen, da sie sich alle für die gleiche Schule entschieden haben.

Heute ist Sport angesagt. Normalerweise freut sich Klara auf den Sportunterricht, denn im Turnen zählt sie zu den Besten. Aber Ballsport liegt ihr nun mal gar nicht. Und so bummelt sie in der Umkleidekabine so lange, bis die Sportlehrerin, Frau Lorenz, ruft, dass die Stunde beginnt.

Wie erwartet, trifft sie beim Handball spielen einfach nicht das Tor. Die anderen sind schon ganz genervt. „Jetzt rei dich zusammen“, denkt Klara, „das kann doch nicht so schwer sein.“ Aber immer wieder verliert sie den Ball und die gegnerische Mannschaft kommt zum Zug. Klara ist kurz davor in Tränen auszubrechen.

Da gibt ihr Frau Lorenz eine Auszeit. Sie hat bemerkt, wie bedrückt Klara ist. Klara setzt sich zu Dominik auf die Reservebank. Dominik ist gut im Handball, kann heute aber nicht mitspielen, da er sich neulich den Arm verstaucht hat.

„Klara, was ist denn mit dir?“, legt Dominik auch gleich los, „du bist doch sonst so gut in Sport.“ „Ja schon, aber nicht im Handball. Ständig verliere ich den Ball oder treffe das Tor nicht. Ich fühle mich schon ganz schlecht“, antwortet Klara mit leiser Stimme,

„Und heute ist sowieso nicht mein Tag. Es fing schon damit an, dass ich den Wecker überhört habe und mich beeilen musste, rechtzeitig zum Bus zu kommen. Und dann hat mir meine Mutter in der Eile noch das falsche Pausenbrot mitgegeben.“

Na ja, ich denke, mein Bruder war auch nicht begeistert, als er bemerkte, dass er mein Pausenbrot dabei hatte. Irgendwie läuft heute alles schief und jetzt noch das vermasselte Handballspiel. Ich bin einfach zu doof für dieses Spiel.“

„Ach was“, erwidert Dominik, „das ist reine Übungssache. Pass auf, sobald mein Arm verheilt ist, trainiere ich mit Dir, dann klappt es sicher das nächste Mal viel besser. Und außerdem muss man ja nicht in allem gut sein. Du bist in Mathe die Beste und ich steh da manchmal echt auf dem Schlauch, du kannst toll singen und beim Turnen macht dir so gleich niemand etwas vor.“

„Das ist lieb von dir“, erwidert Klara nun schon mit viel festerer Stimme, „wenn du möchtest, dann helfe ich dir gerne in Mathe. Dann können wir gegenseitig voneinander lernen. Das macht sicher Spaß.“

Als die Sportstunde zu Ende war, fühlte sich Klara schon viel besser. „Dominik hat recht“, schmunzelte sie vor sich hin, „man kann nicht in allem gut sein.“ Erst neulich hatten sie im Unterricht aufgeschrieben, worin man gut ist und worin man weniger gut ist. „Und da sind mir ganz viele Dinge eingefallen, in denen ich gut bin“, überlegt Klara, „natürlich auch einiges, in denen ich nicht so gut bin. Aber, ich bin nunmal ich und fühle mich ganz gut dabei.“



Die Klavierstunde

Seit ein paar Wochen geht Annika jeden Freitag zu Frau Rosenberg. Frau Rosenberg ist Annikas Klavierlehrerin und Annika mag sie sehr gern. Annika hat auch schon ziemlich viel bei ihr gelernt.

„Wunderbar, ganz wunderbar“, sagt Frau Rosenberg zufrieden, wenn Annika ihr die Stücke vorspielt, die sie in der letzten Woche geübt hat.

Nur eine einzige Sache an den Klavierstunden-Freitagnachmittagen ist nicht so gut. Immer wenn Frau Rosenberg beim Spielen genau auf Annikas Finger schauen möchte, beugt sie sich über Annikas Schultern. Dann ist Frau Rosenberg ganz nah.

Annika spürt dann immer den Atem von Frau Rosenberg auf ihrer Haut am Hals. Und Frau Rosenbergs Ringelhaare kitzeln an der Wange. Und manchmal legt Frau Rosenberg auch noch ihren Arm auf Annikas Schulter.

Das mag Annika überhaupt nicht. Aber weil Frau Rosenberg so nett ist, traut Annika sich nicht, etwas zu sagen.

„Das ist unangenehm!“, sagt Annika eines Tages nachdenklich zu ihrer Freundin Jule. „Warum sagst du Frau Rosenberg nicht einfach, dass du das nicht magst, wenn sie dir so nah kommt?“ „Ich traue mich nicht. Frau Rosenberg ist sehr nett und ich kann sie gut leiden“, antwortet Annika etwas kleinlaut.

„Aber genau deshalb musst du es Frau Rosenberg sagen. Vielleicht denkt sie gar nicht darüber nach, dass es auch unangenehm sein kann, wenn jemand zu nah ist“, entgegnet Jule.

Annika ist noch nicht überzeugt: „Außerdem habe ich noch nicht so lange Klavierstunden bei ihr und bin noch Anfängerin. Wenn ich das sage, ist Frau Rosenberg vielleicht sauer. Und dann machen die Klavierstunden nicht mehr so viel Spaß, weil sie schlechte Laune hat. Das möchte ich nicht.“ Annika klingt ziemlich verzweifelt.

„Aber Annika“, schimpft Jule, „du weißt doch ganz genau, dass es wichtig ist, Nein zu sagen, wenn jemand zu nah kommt. Und wenn du die ganze Klavierstunde ein blödes Gefühl hast, kannst du dich doch gar nicht mehr auf das Spielen konzentrieren. Und dann hast du doch auch keinen Spaß, oder?“

„Hm....das stimmt. Da hast du recht.“

Annika nimmt sich fest vor, in der nächsten Klavierstunde zu Frau Rosenberg zu sagen, dass sie bitte mehr Abstand halten soll.

Und wirklich! Mutig und selbstbewusst stellt Annika sich gleich zu Beginn vor Frau Rosenberg und sagt, was sie bedrückt.

Frau Rosenberg hört aufmerksam zu und fängt an zu lächeln. „Danke Annika, das ist sehr mutig, dass du dich traust, mir das zu sagen. Ich habe darüber noch nie nachgedacht. Dabei kann ich es selbst nicht haben, wenn andere Personen mir zu nah kommen. Ich werde in Zukunft gut aufpassen und du versprichst mir, sofort STOPP zu sagen, wenn ich es vergesse.“

Nach der Klavierstunde geht Annika fröhlich nach Hause. Sie ist stolz und hat ein gutes Gefühl. Das war die schönste Klavierstunde überhaupt. Und kaum zu Hause angekommen, erzählt Annika ihrer Mama, was sie geschafft hat.

Das Hockeytraining

„Hat wieder super Spaß gemacht“ freut sich Paul und klatscht seine Mitspielerinnen und Mitspieler ab. Das Hockeytraining ist zu Ende und sie sind alle super motiviert für das Spiel am Samstag. Paul geht schnell Duschen. Sein Papa wird gleich da sein. Er wollte Paul abholen.

Nun steht Paul schon 10 Minuten vor dem Vereinshaus und wartet. Von Papa weit und breit nichts zu sehen. Ob er es vergessen hat, denkt Paul. Eigentlich nicht seine Art. Papa hat zwar immer viel zu tun, aber wenn sie verabredet sind, ist er immer pünktlich da.

Da kommen die letzten Freunde schon aus der Umkleide und gehen nach Hause. „Hey Paul, was ist los?“ ruft Nina. „Ist dein Papa noch nicht da?“

„Nein“ antwortet Paul. „Er verspätet sich wohl.“

Da kommt gerade Ninas Mama um die Ecke. Sie holt Nina immer ab, da der Nachhauseweg ziemlich weit ist. Nina ist etwas jünger als die anderen und ihre Mama möchte nicht, dass sie schon alleine unterwegs ist. Jedenfalls nicht am späten Nachmittag nach dem Hockeytraining. „Paul, du kannst doch mit uns fahren. Ich nehme dich gerne mit. Wir fahren sowieso bei dir in der Nähe vorbei!“

Paul überlegt. Das ist sehr nett von Ninas Mutter. Aber es kann ja sein, dass sein Vater gleich kommt. Und dann macht er sich Sorgen, wenn Paul nicht mehr da ist. Außerdem hat er eine Absprache mit seinen Eltern. Wenn sie eine Verabredung nicht einhalten können, schicken sie eine Vertrauensperson. Und die kennt Paul ganz genau, weil er sie mit Mama und Papa festgelegt hat.

Paul hat versprochen, sich an die Absprache zu halten und so will er das auch machen. Er hätte auch ein komisches Gefühl, wenn er mit Nina mitfahren würde. Sie kennen sich zwar schon lange, verabreden sich manchmal zum Spielen und auch Ninas Eltern waren schon zu Besuch bei Pauls Eltern..... aber trotzdem.

„Ah ich sehe schon Paul....dein Gesicht spricht Bände. Das war kein guter Vorschlag von mir!“ Ninas Mama lächelt. Und Nina sagt: „Stimmt Mama, du würdest auch mit mir schimpfen, wenn ich einfach mit Pauls Papa mitfahren würde, weil du dich verspätest. Wir haben doch auch eine Absprache, an die ich mich halten soll!“

„Ja, das stimmt Nina. Das war blöd von mir. Aber ich habe eine Idee. Ich könnte Pauls Papa anrufen und nachfragen, was los ist. Oder wir warten hier zusammen auf Pauls Papa. Dann muss Paul nicht alleine hier stehen.“

„Gute Idee“, freut sich Paul. In dem Moment kommt Pauls Papa mit dem Auto um die Ecke.

„Hallo zusammen und Entschuldigung. Da war ein Unfall an der Kreuzung und der Abschlepper hat die Straße versperrt. Tut mir leid, dass ich zu spät bin Paul.“

„Na dann ist ja jetzt alles gut und wir können nach Hause. Danke, dass Sie mit mir gewartet haben“ verabschiedet sich Paul von Ninas Mama.

„Tschüss Nina, wir sehen uns morgen in der Schule!“

Wie schön wäre das Leben ohne Regeln – oder doch nicht?

Paul, Greta, Anne und Ben hatten es reichlich satt. Tu dies, tu jenes nicht. Regeln über Regeln. Sie beschlossen etwas dagegen zu unternehmen. Also trafen sie sich in ihrem Baumhaus. Hier fühlten sie sich frei von allen Zwängen, die ihnen in der Schule und zu Hause auferlegt wurden.

„Wozu sollen Regeln gut sein“, fragte als erste Greta, „die wollen uns damit doch nur ärgern.“ „Ich soll schon um acht Uhr Abends ins Bett“, legte Ben los, „das ist doch viel zu früh. Da fangen die interessanten Filme doch erst an. Und überhaupt gehen wir doch nächstes Jahr schon in die fünfte Klasse. Wir sind doch keine Babys mehr.“

„Ja, und dauernd diese Hausaufgaben“, legte Paul nach, „dabei würde ich viel lieber den ganzen Nachmittag Fußball spielen.“ Auch Anne war sich mit ihren Freunden einig: „Gestern erst musste ich auf meine kleine Schwester aufpassen, weil meine Mutter einen Arzttermin hatte. Dabei wollte ich mit Greta ins Freibad. Immer diese Vorschriften, was man zu tun und zu lassen hat.“

Also beschlossen sie mit ihren Eltern zu reden, dass es ab heute keine Regeln mehr geben soll. Die Eltern berieten untereinander und schlossen mit ihren Kindern einen Deal. Da Ferien waren konnten sie drei Tage tun und lassen, was sie wollten und danach tritt der Familienrat zusammen und bespricht, wie es gelaufen ist.

Paul, Greta, Anne und Ben waren begeistert. Endlich frei, endlich tun können, was Spaß macht.

Am nächsten morgen fand Paul kein Frühstück vor. Was war passiert? „Keine Regeln“, sagte Pauls Mutter, „gilt auch für uns Erwachsene. Hast du das vergessen. Somit muss ich auch kein Frühstück machen. Heute versorgt sich jeder selbst.“

Also gut, dann eben ohne Frühstück aus dem Haus und ab zum Fußballplatz. Aber nach einer Stunde Fußballspielen meldete sich der leere Magen. „Dann mache ich mir mein Frühstück eben selbst“, dachte Paul, „das kann ja nicht so schwer sein.“

Spätestens beim fehlenden Mittagessen fand er das Ganze aber nicht mehr so lustig. Und wie ging es den anderen?

Anne kam nachmittags vom Freibad zurück. „Toller Tag“, dachte sie, „endlich konnte ich mal das schöne Wetter nutzen und ausgiebig schwimmen gehen.“ Aber was war das denn. Keiner zu Hause, alle waren ausgeflogen, ohne ihr Bescheid zu geben. Auf dem Küchentisch fand sie einen Zettel: „Wir sind mit deiner kleinen Schwester im Freizeitpark. Wenn du möchtest, mach dir was zu essen.“ Völlig verärgert begrüßte Anne ihre Eltern, als sie zurück kamen: „Weshalb habt ihr mir nicht gesagt, dass ihr heute den Freizeitpark besucht. Ich wäre auch gerne dabei gewesen.“ „Keine Regeln“, antwortete Annes Papa, „weißt du noch, was wir gestern besprochen haben. Und so mussten wir dir auch nicht sagen, dass wir mit deiner Schwester in den Freizeitpark gehen.“

Ben saß den ganzen Abend bis spät in die Nacht vor dem Fernseher. Am nächsten morgen kam er nicht aus den Federn, so müde war er. Und dabei waren die Filme nicht halb so gut, wie er gedacht hatte. Am liebsten wäre er den ganzen Tag im Bett geblieben. Als er sich endlich aufraffte, saßen seine Eltern vergnügt im Garten und aßen mit Oma und Opa Kuchen. Er hatte gar nicht bemerkt, dass die beiden zu Besuch kamen. „Ihr hättet mir doch sagen können, dass Oma und Opa uns besuchen und überhaupt hätte ich auch gerne ein Stück Kuchen.“ Die Antwort seiner Eltern wisst ihr sicher schon.

Paul, Greta, Anne und Ben verabredeten sich gleich für den nächsten Tag im Baumhaus, denn so kann das nicht weitergehen. Zunächst sprachen alle durcheinander und erzählten von ihren Erlebnissen. „Das war wohl doch keine so gute Idee, so ohne Regeln“, begann dann Greta, „ich denke, wir sollten das schleunigst wieder ändern. Mein älterer Bruder hat gestern den ganzen Tag so laut seine Stereoanlage laufen lassen, dass ich schon ganz taub bin. Und als ich ihn gebeten habe, die Musik leiser zu drehen, meinte er nur „keine Regeln“. Außerdem hat mir meine Schwester einfach mein Lieblingsspielzeug weggenommen, ohne dass unsere Eltern etwas dagegen gesagt haben, ihre Antwort war „wenn keine Regeln mehr gelten, kann sich jeder nehmen, was er will.“ „Wir glauben, mit Regeln sind wir alle besser dran“, stimmten ihr die anderen zu.

Und so beschlossen sie, den Deal vorzeitig zu beenden.

Ärger im Bus

Fritz ist 10 Jahre alt und geht schon in die 4. Klasse. Bald ist das Schuljahr zu Ende und dann besucht er die Gesamtschule. Er freut sich auf die neue Schule. Ein paar seiner Klassenkameraden und Freunde gehen auch dorthin und sie kommen sogar in dieselbe Klasse.

Aber er hat auch ein bisschen ein mulmiges Gefühl. Die Gesamtschule liegt direkt neben der Grundschule. Manchmal steht Fritz in der Hofpause mit seinen Freunden am Zaun und sie beobachten, was dort drüben so los ist. Er hat schon oft gesehen, wie die großen und älteren Schüler die Kleineren ärgern, auslachen oder sogar hin und her schubsen. Ganz besonders sind Fritz und seinen Freunden ein paar Jungs aufgefallen. Sie sind bestimmt schon in der 8. Klasse. Karl, Fritz bester Freund, sagt: „Das ist bestimmt eine Bande. Es sind immer dieselben Jungs, die da so fies zu den anderen sind!“

„An der Bushaltestelle stehen die auch. Und wenn der Bus kommt, ziehen sie die jüngeren Schüler immer am Tornister nach hinten, damit die zuerst einsteigen können“, meint Julian, der immer mit dem Bus nach Hause fährt. „Und dann machen die jede Menge Ärger im Bus, sind laut und äffen die Kinder nach.“

Oh je, denkt Fritz und ein mulmiges Gefühl steigt in ihm hoch. Morgen hat er Hockeytraining. Normalerweise fährt seine Mutter ihn mit dem Auto dort hin. Der Hockeyplatz ist ein ganzes Stück weg von zu Hause. Zu Fuß oder mit dem Fahrrad viel zu weit entfernt. Morgen hat seine Mutter aber einen Arzttermin und kann Fritz nicht zum Platz fahren. Sie kann ihn nur abholen nach dem Training. Und am Wochenende ist ein wichtiges Turnier und Fritz will unbedingt an diesem letzten Training teilnehmen. Sonst wird er nicht aufgestellt.

Also haben seine Mutter und er besprochen, dass Fritz das erste Mal alleine mit dem Bus fahren darf. Er weiss genau, wo er ein-, um- und aussteigen muss. „Das wird schon klappen“, denkt Fritz, „schließlich bin ich schon 10 Jahre alt.“

So sitzt Fritz am nächsten Nachmittag im Bus. Bis jetzt hat alles gut geklappt. Gerade hält der Bus an der nächsten Haltestelle. Ein älterer Herr und ein Jugendlicher steigen ein. „Au backe“, denkt Fritz, „den hab ich schon mal gesehen. Das ist doch einer von dieser Bande aus der Gesamtschule.“ Fritz schaut schnell in eine andere Richtung.

„Hoffentlich macht der jetzt keinen Ärger!“

„Na du, dich kenn ich doch!“ Fritz dreht langsam den Kopf und schaut nach oben. Da steht er, breitbeinig, die Hände in die Hüfte gestemmt, mit einem fiesen Grinsen im Gesicht.

„Du bist doch so ein kleiner Viertklässler aus der Grundschule!“ Sein Grinsen wird immer fieser und jetzt steht er auch noch genau neben seinem Sitzplatz.

„Und außerdem kannst du jetzt mal aufstehen und den Platz hier frei machen. Ich sitze nämlich immer hier!“

In dem Moment packt der fiese Typ Fritz am Arm und hält ihn fest. Fritz ist richtig übel und er überlegt krampfhaft, was er jetzt machen soll?

Was meinst du?

Was sollte Fritz jetzt am besten tun?

Bespreche das mit deinen Eltern.

Lösungsvorschlag:

Fritz sollte jetzt seinen Kopf einschalten. Kennst du das Sprichwort "Der Klügere gibt nach?".

Es ist wirklich sehr klug, wenn Fritz in dieser Situation nachgibt. Er sollte langsam aufstehen, seinen Arm aus dem festen Griff des fiesen Typen herauswinden und in ruhigem Ton sagen: "Kein Problem. Setz dich gerne hier hin."

Und dann geht Fritz weg und zwar zum Busfahrer, um diesem zu erzählen, was los war. Und später erzählt er alles seinen Eltern.

Wenn Fritz das nächste Mal mit dem Bus fährt, setzt er sich vorne, in der Nähe des Busfahrers, hin.

Hört endlich auf!

Ben quält sich aus dem Bett. Es ist halb sieben und er muss jetzt schnell aufstehen und sich fertig machen für die Schule. Seine Mutter hat schon dreimal an die Tür geklopft: „Steh jetzt endlich auf Ben. Es wird Zeit, dein Bus wartet nicht auf dich!“ Ben steht schweren Herzens auf, geht ins Bad Zähne putzen und zieht sich an. Er schafft es gerade noch, einen Schluck Kakao zu trinken und einmal von dem Brot abzubeißen, das seine Mutter schon für ihn gerichtet hatte. „Was ist denn los mit dir? So kenne ich dich gar nicht! Sonst hast du dich doch jeden Morgen auf die Schule und deine Freunde gefreut!“

Ben antwortet nur: „Ich muss los. Bis heute Mittag!“, und schon knallt er die Tür hinter sich zu und rennt zum Bus.

Seine Mutter hat Recht. Eigentlich geht er gerne zur Schule. Schule macht ihm Spaß, er hat nette Lehrer und Lehrerinnen und bald ist das Schuljahr zu Ende und er kommt in die 5. Klasse. Dann geht er auf eine andere Schule. Das wird sicher spannend und normalerweise freut er sich darauf.

Doch seit einiger Zeit beschäftigt Ben etwas anderes.

Seit der Klassenfahrt im Oktober, hat sich etwas verändert in der Klasse. Dass es immer mal wieder Streit gab untereinander oder mal jemand geärgert wurde, war bisher normal. Sowas gehört ja auch dazu in der Schule. Und normalerweise konnten solche Streitereien schnell untereinander gelöst werden. Das eine oder andere Mal hat die Klassenlehrerin geholfen, wenn die Streithähne sich gar nicht einig werden konnten. Doch dann haben sich alle wieder vertragen.

Während der Klassenfahrt, hatten sich plötzlich ein paar Mitschüler zu einer Art Bande zusammengetan und ab da, gab es jeden Tag Ärger. Wobei Philipp sich als Anführer aufspielte. Marco, Lotte, Henry und Eva gehörten auch zu der Bande und machten alles, was Philipp wollte. Jeden Tag wurde ein anderer aus der Klasse geärgert und gepiesackt und meistens so, dass die Lehrer es nicht mitbekamen.

Und auch nach der Klassenfahrt ging es so weiter. Nur haben die Fünf sich auf ein Mädchen konzentriert.

Lena wurde immer schon von allen in der Klasse gemocht. Sie war total nett, gut in der Schule und hat jedem geholfen, der sie um Hilfe bat. Doch dann haben sich ihre Eltern getrennt und Lena zog sich zurück. Sie wollte nur noch ihre Ruhe haben, spielte in der Pause nicht mehr mit und ihre Noten wurden schlechter und schlechter. Lena wirkte auf einmal schwach und irgendwie hilflos. Auch ihre beste Freundin Anne kam nicht mehr an sie heran.

Und Philipp und seine Bande nutzten genau das aus. Jeden Tag aufs Neue: ärgern, Tasche wegnehmen oder ausleeren, erfundene Geschichten über Lena erzählen in ihrem Beisein, sich in der Pause über ihr Frühstück lustig machen und und und es hörte nicht auf.

Und die Lehrer hatten nichts davon mitbekommen. Diese Attacken fanden immer im Schulflur, in der Umkleide beim Sport, in der Hofpause, auf dem Heimweg oder im Bus statt.

Aberimmer standen fast alle Schüler der Klasse dabei und haben zugesehen. Manche feuerten die Fünf an und klatschten Beifall, manche schauten zu und machten betroffene Gesichter. Aber geholfen hat niemand. Auch Ben nicht. Nur am Anfang, als es losging mit Lena, versuchte Ben dazwischenzugehen. Doch Philipp hat nur gelacht und Ben als Schlappschwanz bezeichnet. Danach hat Ben sich zurückgezogen, doch sein schlechtes Gewissen machte ihm zu schaffen.

Und dann konnte er die Situation nicht mehr mit ansehen und aushalten. Ben erzählte alles seinen Eltern und gemeinsam gingen sie zu Bens Klassenlehrerin. Frau Schulze war sehr froh, dass Ben sich getraut hat, alles zu berichten. Sie hatte selbst schon einige Beobachtungen gemacht, aber das ganze Ausmaß hatte sie nicht mitbekommen. Frau Schulze und die Schulleitung organisierten ein Projekt für die ganze Klasse, um diese Mobbing Situation aufzulösen und tatsächlich zeigte es nach anfänglichen Schwierigkeiten Wirkung. Es stellte sich heraus, dass Philipp gar nicht so cool war, wie er sich gab, sondern zu Hause Schwierigkeiten hatte. Kurz vor der Klassenfahrt fingen seine Eltern an, sich zu streiten. Zum Glück hatte Ben den Mut aufgebracht, es seinen Eltern zu erzählen, so konnte nicht nur Lena, sondern auch Philipp geholfen werden.

Unsere Projekte:

Sicher - Mutig - Stark Präventions- und Selbstbehauptungskonzept:

- "Klein ganz Groß" für Kinder ab 4 Jahre
- "Gemeinsam stark" für Grund- und Förderschüler 1.-2. Klasse
- "Gemeinsam fair" für Grund- und Förderschüler 3.-4. Klasse
- "Rolli-Kids"- Kurse für Kinder mit Rollstuhl
- "Gegen Gewalt - für Akzeptanz" für Jugendliche der Sekundarstufe I
- Selbstbehauptungs- und Persönlichkeitstraining für Mädchen und Frauen

Online Kurse für Eltern mit Kindern in der:

- Altersgruppe 4-6 Jahre
- Grundschule 1.-2. Klasse
- Grundschule 3.-4. Klasse

www.netzwerk-praevention.net

Handbuch Gewaltprävention für die Grundschule und die Arbeit mit Kindern
Handbuch Gewaltprävention für die Sekundarstufe und die Arbeit mit Jugendlichen
Handbuch Gewaltprävention für den Vorschulbereich

www.schulische-gewaltpraevention.de

Theatershow "Der neue Schüler" zum Thema Mobbing

Präventionspreis "Starke Kinder" - Der Kreativwettbewerb für Vorschule und Grundschule

Präventionspreis "Schule bewegt sich" - Der Kreativwettbewerb für Jugendliche

"Wir sind starke Kinder"-Song

www.wir-staerken-dich.org

Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte

Unsere Ziele:

Das Ziel unserer Programme und Projekte ist Stärken stärken, das Selbstbewusstsein und die Resilienz von Kindern und Jugendlichen fördern.

Denn starke und selbstbewusste Kinder:

- wissen, was sie wollen und was ihnen gut tut,
- können zwischen guten und schlechten („komischen“, „blöden“) Gefühlen unterscheiden,
- haben mehr Freude am Leben,
- können mit mehr Leichtigkeit Schwierigkeiten überwinden, Hürden nehmen, ihre Ziele erreichen und ihr Leben verwirklichen,
- sind aufgeschlossener gegenüber einem gesunden Lebensstil.

Mit den didaktischen und methodischen Präventionsmaßnahmen soll erreicht werden:

- eine individuelle Entfaltung der Kinder,
- die Schaffung von Möglichkeiten zur Selbstverwirklichung,
- eine verbesserte Eltern-Kind-Beziehung,
- gegenseitige Wertschätzung und Anerkennung.

Selbstbewusstsein ist Erziehung:

- bewusst wahrnehmen,
- bewusst entscheiden und handeln,
- bewusst Grenzen setzen.

Dafür stehen wir:

Kinder brauchen Liebe, Geborgenheit, Vertrauen.

Kinder brauchen Beständigkeit und Orientierung.

Kinder haben ein Recht darauf, selbst über ihren Körper zu bestimmen.

Gegenseitiges Vertrauen bietet eine gute Basis.

Jedes Kind ist eine einzigartige Persönlichkeit!



Kopf einschalten und auf das Gefühl hören!

Das Buch "Starke Kinder Geschichten" handelt von Freundschaft und Zusammenhalt, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen stärken, Resilienz fördern und sich mutig für andere einsetzen. Ein lehrreiches Buch für kleine und große Kinder humorvoll verpackt.

Die Einnahmen des Buches fließen zu 100% in soziale Projekte.

Preis: 12,95 €