


Herzlich

Willkommen





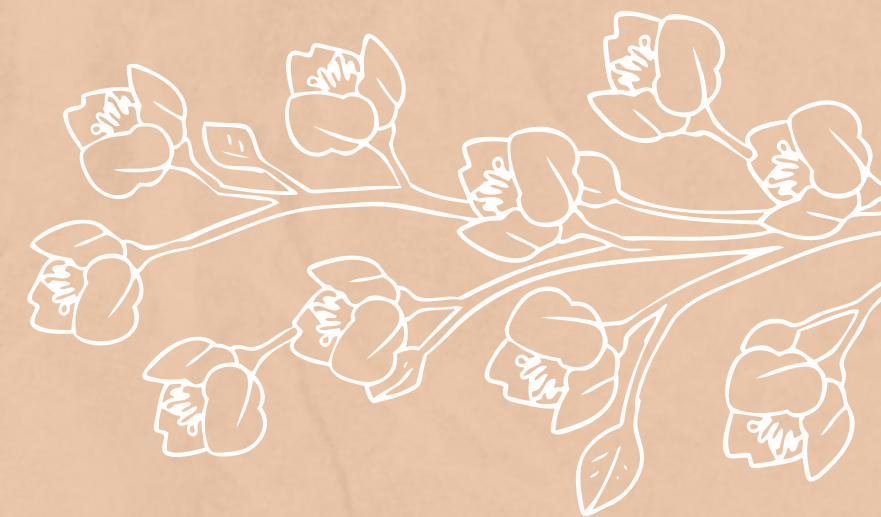
# Ablauf

- Kurze Vorstellungsrunde
  - Rückblick auf den Sommer 2020
  - Ein bisschen Nahrung
  - Ressourcen
- 





# Rückblick auf den Sommer 2020



Was hat gut funktioniert?

Was ist aufgefallen?

Kontakt  
1(gut) - 5(hätte besser sein können)

Was konnte ich jetzt anders machen?



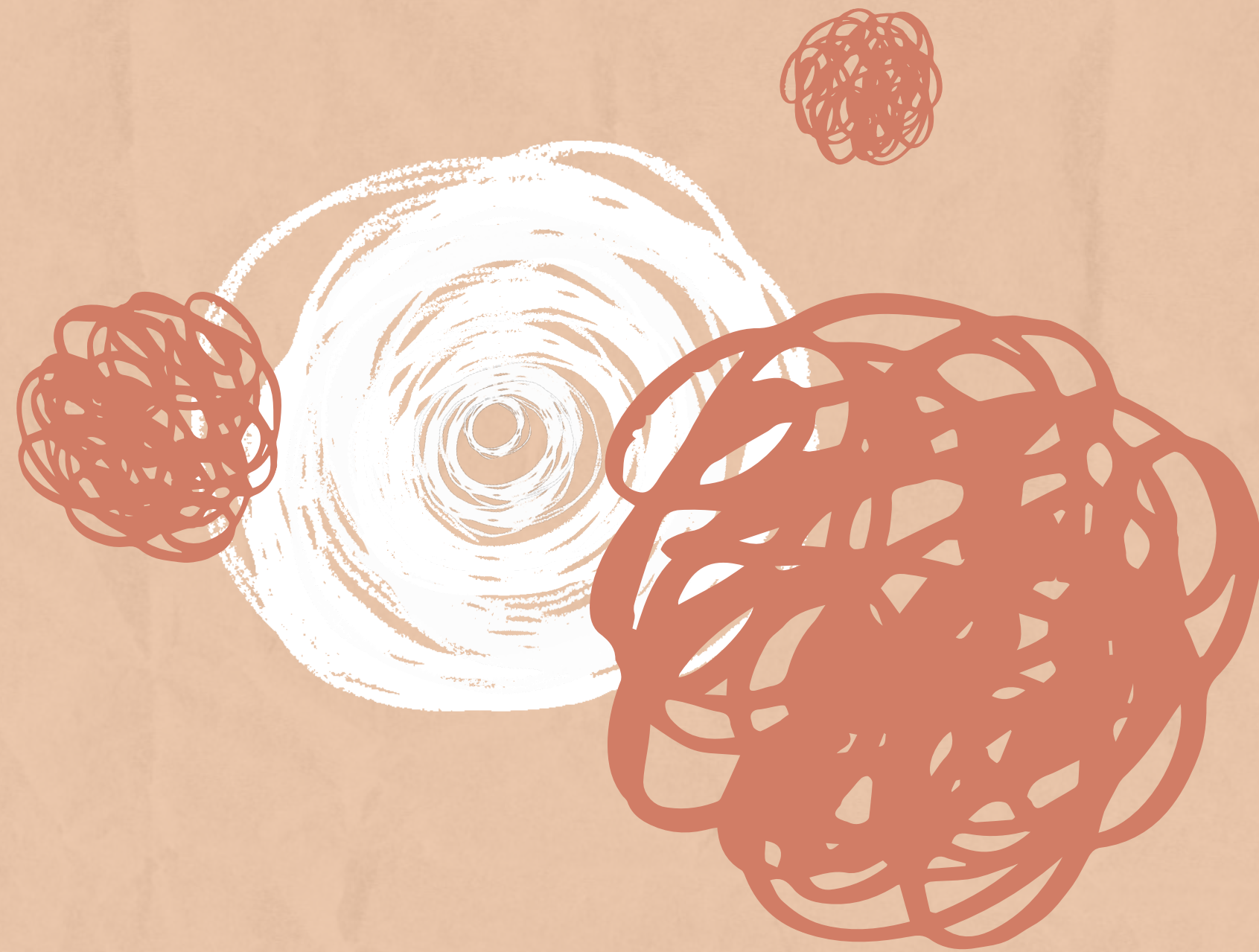
Austausch im Breakout

Room

&



Ergebnisse im Padlet



# Ein bisschen Naltung

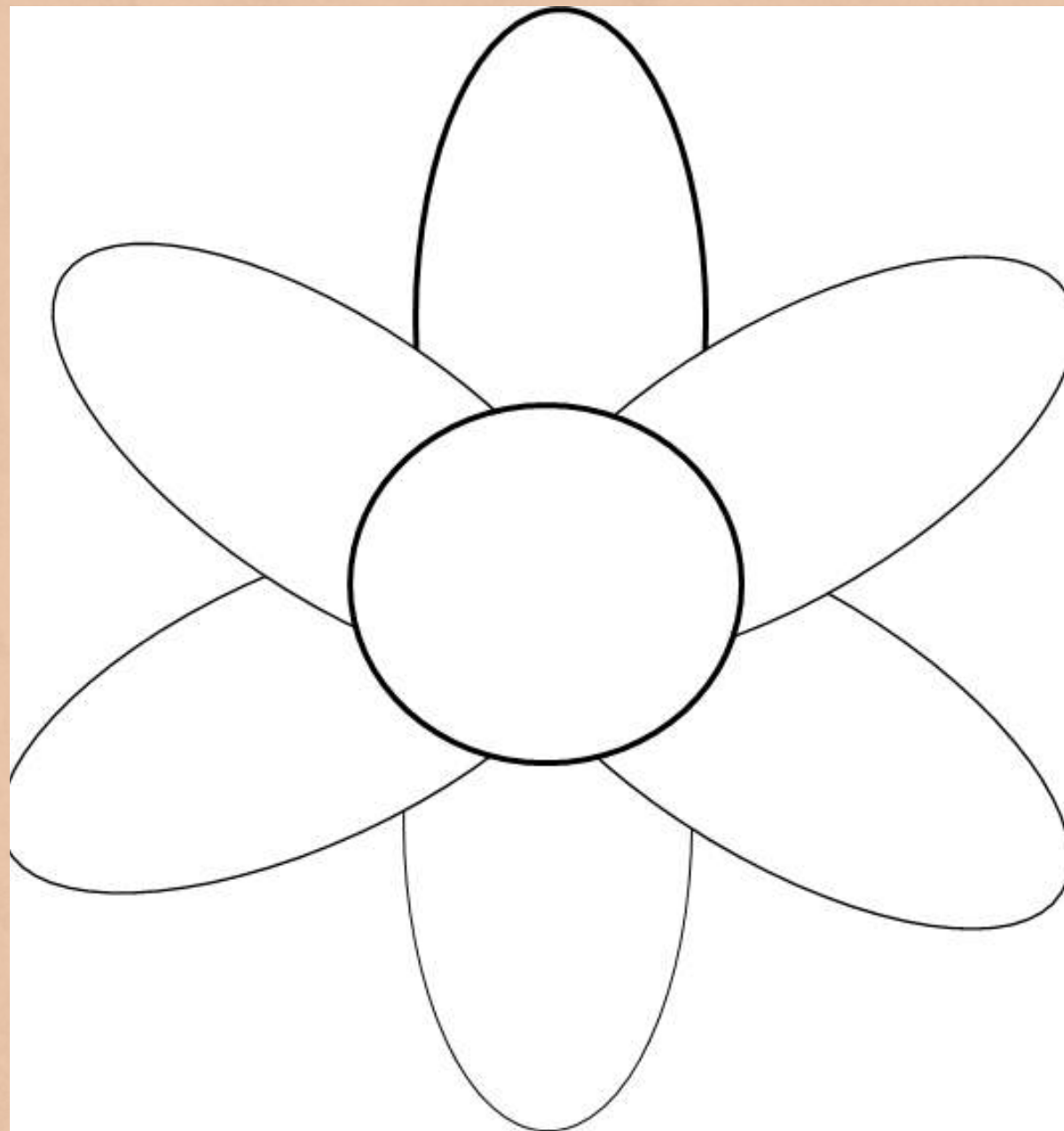
Mit welchem Gefühl sind Sie erneut in  
den Präsenzunterricht zurückgegangen?

Welche Gefühle breiten sich beim Gedanken  
an das Zurückgehen aus?



*Ressourcenübungen für  
Schülerinnen und Schüler*

# Die Ressourcenblume



In Jeder/Jedem von uns, schlummern viele verschiedene Fähigkeiten und Stärken. Eigenschaften, die uns helfen Ziele zu erreichen, schwierige Situationen zu bewältigen und bereichernde Momente zu erleben. Die Ressourcenblume ist eine Methode, um dich mit deinen ganz persönlichen Stärken und Fähigkeiten zu beschäftigen. Schreibe dafür deinen Namen oder ein Symbol, dass du mit dir verbindest, in die Mitte und widme jeder deiner stärkenden Eigenschaften ein Blütenblatt. Wenn noch Blütenblätter frei sind, kannst du Freunde oder deine Familie zurate ziehen und fragen, welche deiner Fähigkeiten sie als besonders wertvoll erleben. Wenn alle Blütenblätter gefüllt sind, kannst du die Blume ausschneiden und sie in dein Etui oder Notizbuch legen, damit du dich zu jedem Zeitpunkt an deine Ressourcen erinnern kann.

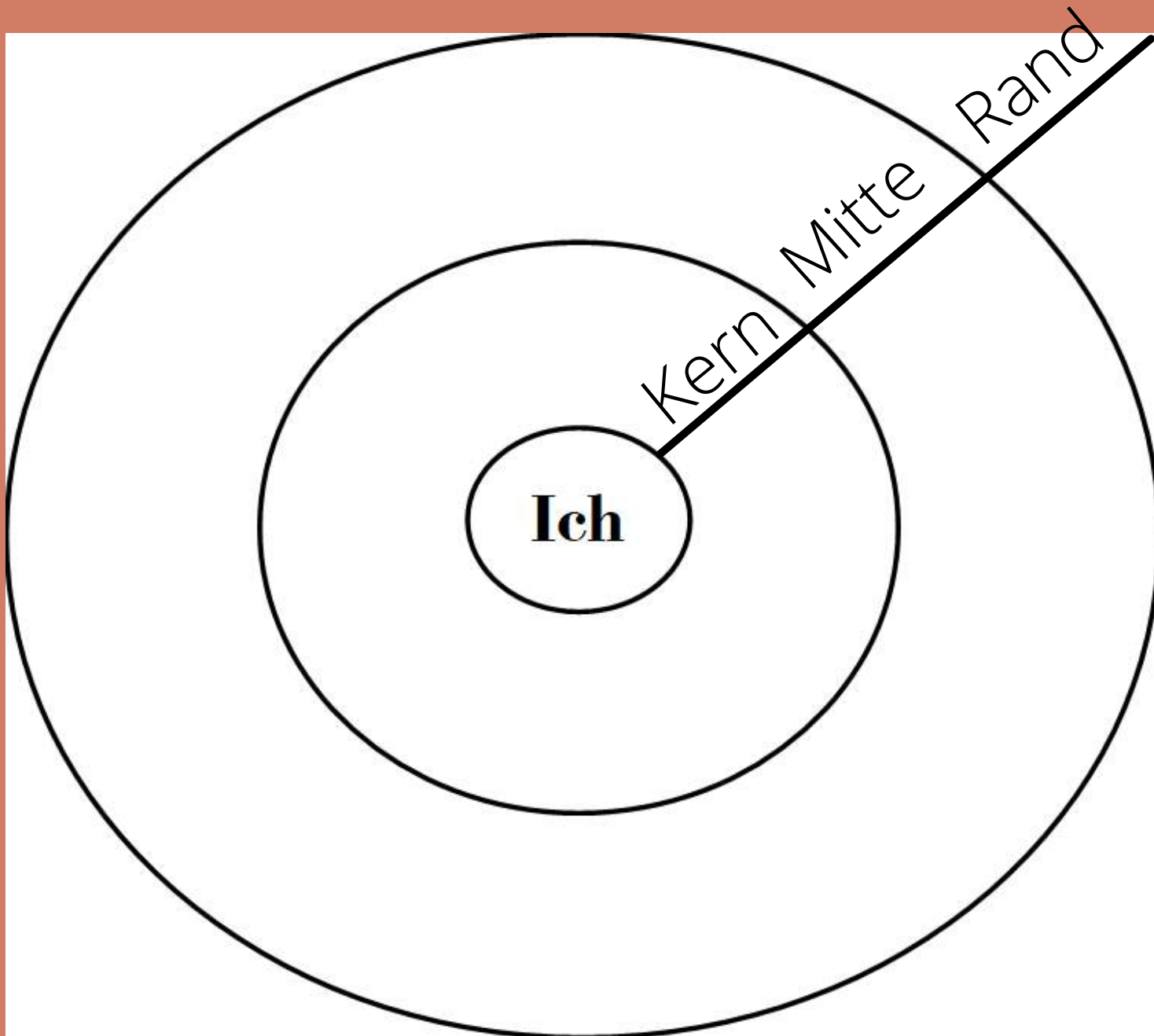
# Mein Kraftnetz

Welche Dinge haben einen positiven Einfluss auf mein Befinden?

Versuche in der untenstehenden Grafik durch das Hineinschreiben von Menschen, Gewohnheiten, Gegenständen, Abläufen, Nahrungsmitteln (oder was Dir spontan in den Sinn kommt und zu positiven Gefühlen bei Dir führt), zu visualisieren, was Dir Kraft gibt und eine Ressource ist.

Je wichtiger Dir die „Kraftquelle“ ist, desto näher schreibe sie in die Mitte bzw. in die Nähe des Wortes „Ich“. Lenke jeweils bewusst Deine Aufmerksamkeit auf das, was Dir in den Kopf kommt. Wie geht es Dir damit? (Achtsamkeit)

Tipp: Die Übung kann auch gut mit Steinchen durchgeführt werden, die jeweils bestimmte Assoziationen verkörpern. So kannst Du die Nähe und Stärke einzelner Assoziationen variieren und schauen, wie sich das für Dich anfühlt.





# Wir sind eine Gemeinschaft

WAS HAT DIR IN DEN  
LETZTEN WOCHEN SPASS  
GEMACHT?

WAS IST DIR GUT  
GELUNGEN?

Erfolge

WAS HAST DU NEUES  
GELERNT?

Neugier

WAS IST DEIN  
LOCKDOWN  
LIEBLINGSESSEN?  
DAS HÖRT SICH GUT  
AN! BRING DOCH MAL  
DAS REZEPT MIT.

Wertschätzung

WAS IST DEIN  
LOCKDOWN  
LIEBLINGSBUCH?  
BRING ES DOCH EINMAL  
MIT UND ERZÄHL UNS  
EIN BISSCHEN  
DARÜBER.

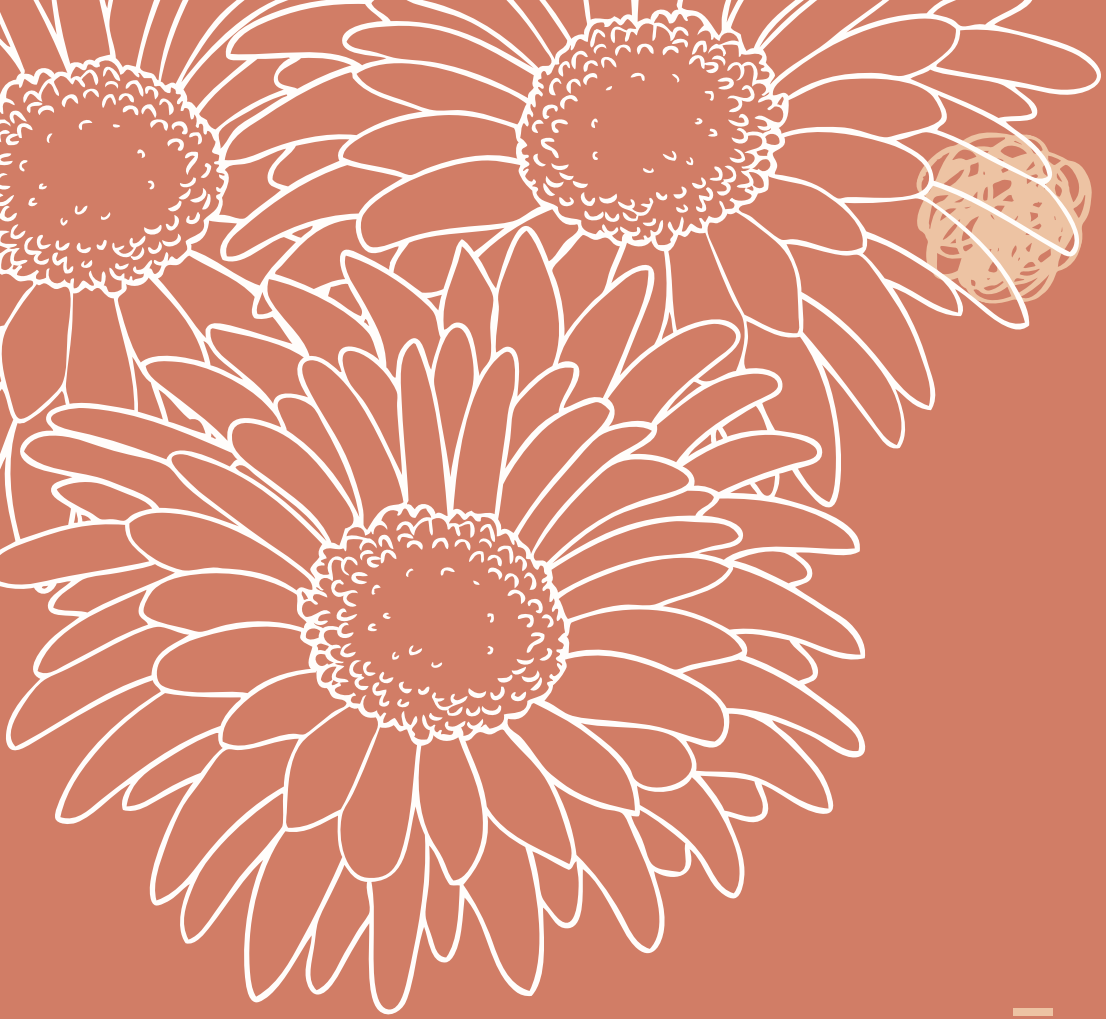
Interesse

AUF WAS HAST DU DICH  
AM MEISTEN GEFREUT?

Emotionen

WO HAST DU DIE  
FREUDE GESPÜRT?  
BESCHREIB DOCH MAL  
DAS GEFÜHL.

Wahrnehmung



# Mein innerer Wetterbericht

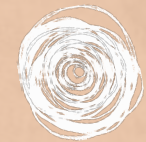
WENN DU DIR VORSTELLST DU WÄRST DAS WETTER...

- wärst du ein sonniger Frühlingsmorgen
- wärst du ein stürmischer Herbsttag
- ein hitziger Sommernachmittag
- ein nebliger Wintermorgen



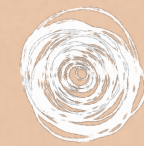
*Ich kenne meine Schülerinnen und Schüler bisher nur aus dem Distanzunterricht...*

Kennenlernbingo mit der  
"Post it Methode"



Alle Kinder verdecken die Kamera. Sie stellen "Kennenlernfragen" und alle Kinder die die gestellte Frage mit "Ja" beantworten können decken die Kamera auf.

Freundebuch



Vorlagen für Freunde buchseiten an die Schülerinnen und Schüler verschicken und ein Freunde buch zusammenstellen.  
Vorlagen dafür im Internet oder selber kreativ werden.



# Die Beste Ressource ist Beziehung

Beziehung der Schülerinnen und Schüler untereinander stärken durch:

Gruppenarbeit in Breakout Rooms (wenn möglich)

Kleine Projektarbeiten

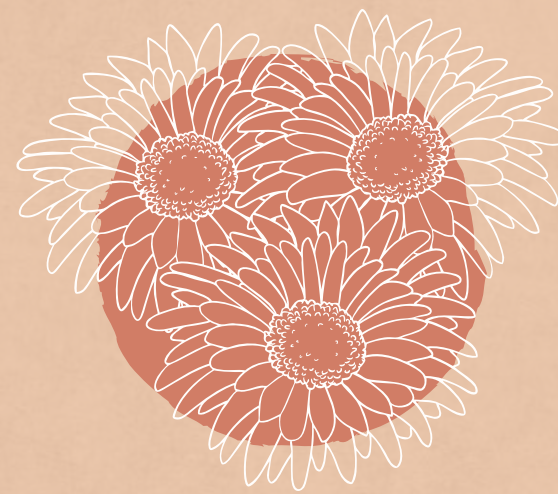
Ich hätte da noch eine Frage!



Wunderbar



Intuitiv



Charismatisch



*Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit*

