

Lions-Quest „Erwachsen werden“

www.Lions-Quest.de

„Erwachsen werden“ ist ein Programm für Schüler der Sekundarstufe I aller Schulformen zur Förderung der sozialen Kompetenzen, der Persönlichkeit und der körperlichen, seelischen und geistigen Gesundheit.

Das evaluierte Programm besteht aus einem dreitägigen Einführungslehrgang sowie einem Ordner mit knappen Einführungen zu jeder Einheit und vielen praktischen Übungen mit den dafür notwendigen Materialien.

Damit verfolgt es die gleichen Ziele wie das Kerncurriculum zum sozialen und personalen Lernen und zeigt praktische Umsetzungsmöglichkeiten auf.

Im Folgenden wird aufgezeigt, welche Seiten des Ordners bestimmte Merkmale und Kompetenzen des Kerncurriculums unterstützen.

Das soll es einer Lehrkraft erleichtern, schnell geeignete Materialien zu finden, um eine bestimmte Kompetenz zu aufzubauen.

Es ist natürlich, dass manche der vorgegebenen Materialien für die Verwendung im neuen Kontext sinnvoll adaptiert werden müssen.

Zu „Einfühlungsvermögen“

- 1.07 Fertigmacher und Aufbauer
- 2.04 Hörst du überhaupt zu?
- 2.05 Hilfen für gutes Zuhören
- 2.06 Ich finde dich toll!
- 3.04 Alles im Eimer?
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 4.08 A Konflikte lösen ohne Streit 1
B Konflikte lösen ohne Streit 2
C Konflikte lösen ohne Streit – Training
- 5.01 Das ist meine Familie
- 5.06 A Konflikte zu Hause 1
B Konflikte zu Hause 2

Zu „Daueraufmerksamkeit, Durchhaltevermögen

- 1.04 Sich auf Verhaltensregeln einigen (1)
- 1.05 Über Verhaltensregeln nachdenken (2)
- 1.06 Über Verhaltensregeln nachdenken (3)
- 2.04 Hörst du überhaupt zu?
- 2.05 Hilfen für gutes Zuhören
- 3.08 Bei Stress einen kühlen Kopf bewahren
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 4.06 Mit Gruppendruck umgehen
- 4.07 Sich selbstsicher behaupten
- 4.08 A Konflikte lösen ohne Streit 1
B Konflikte lösen ohne Streit 2
C Konflikte lösen ohne Streit – Training

- 6.04 Wenn ich traurig bin
- 6.07 Sag einfach nein – Gar nicht so einfach
- 7.04 Man nehme... – Zutaten zum Erfolg
- 7.06 Kurzfristige und langfristige Ziele
- 7.08 Probiert – nicht geklappt – also noch einmal

Zu „Kommunikationsfähigkeit“

- 1.01 Ich bin ich – und wer bist du?
- 1.06 Über Verhaltensregeln verhandeln (3)
- 2.04 Hörst du überhaupt zu?
- 2.05 Hilfen für gutes Zuhören
- 3.02 Gefühle darstellen / beschreiben
- 3.05 Auf die Einstellung kommt es an
- 4.04 Ich hab was falsch gemacht – und nun?
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 4.06 Mit Gruppendruck umgehen
- 4.07 Sich selbstsicher behaupten
- 4.11 Das Ende einer Freundschaft
- 5.05 Kommunikation in der Familie
- 5.06 A Konflikte zu Hause 1
B Konflikte zu Hause 2
- 6.07 Sag einfach nein – Gar nicht so einfach!

Zu „Konfliktfähigkeit“

- 1.01 Ich bin ich – und wer bist du?
- 2.04 Hörst du überhaupt zu?
- 2.05 Hilfen für gutes Zuhören
- 3.05 Auf die Einstellung kommt es an
- 3.06 Was mich auf die Palme bringt
- 3.07 Drei Fragen bringen Klarheit in deine Gefühle
- 4.03 Zusammen geht es besser
- 4.04 Ich hab was falsch gemacht – und nun?
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 4.06 Mit Gruppendruck umgehen
- 4.08 A Konflikte lösen ohne Streit 1
B Konflikte lösen ohne Streit 2
C Konflikte lösen ohne Streit – Training
- 1.02 Ärgern, belästigen, schikanieren
- 5.06 A Konflikte zu Hause 1
B Konflikte zu Hause 2
- 5.07 Streitsachen – Familienbande
- 6.07 Sag einfach nein – Gar nicht so einfach

Zu „Fähigkeit zu Kritik und Selbstkritik“

- 1.05 Über Verhaltensregeln nachdenken (2)
- 1.07 Fertigmacher und Aufbauer
- 2.06 Ich finde dich toll!

- 2.10 Fünf Schritte zu guten Entscheidungen
- 3.04 Alles im Eimer?
- 4.04 Ich hab was falsch gemacht – und nun?
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 4.06 Mit Gruppendruck umgehen
- 1.03 Ärgern, belästigen, schikanieren
- 6.07 Sag einfach nein – Gar nicht so einfach!

Zu „Leistungsbereitschaft“

- 1.08 Künstlerwerkstatt
- 1.09 Spielwerkstatt
- 1.10 Kreativwerkstatt
- 1.11 Kooperationswerkstatt 1 „Rondua“
- 1.12 Kooperationswerkstatt 2 „Camdomur“
- 1.13 Konstruktionswerkstatt
- 2.01 Der dreibeinige Hocker des Selbstvertrauens
- 2.02 Erfolge stärken das Selbstvertrauen
- 6.01 Werte beeinflussen meine Entscheidungen
- 7.02 Ziele: ein kleiner Blick in die Zukunft
- 7.05 Fünf Schritte zum Ziel
- 7.06 Kurzfristige und langfristige Ziele
- 7.07 Gemeinsam geht es leichter
- 7.08 Probiert – nicht geklappt – also noch einmal!
- 7.09 Wünsche und Werte

Zu „Selbstorganisation / Selbstständigkeit“

- 2.10 Fünf Schritte zu guten Entscheidungen
- 3.05 Auf die Einstellung kommt es an
- 3.07 Drei Fragen bringen Klarheit in deine Gefühle
- 3.08 Bei Stress einen kühlen Kopf bewahren
- 4.06 Mit Gruppendruck umgehen
- 1.04 Das Ende einer Freundschaft
- 7.05 Fünf Schritte zum Ziel
- 7.08 Probiert – nicht geklappt – also noch einmal
- 7.10 Probiert – nicht geklappt – also noch einmal

Zu „Sorgfalt / Bearbeitungsgeschwindigkeit“

(Buch „Realschule Enger: Lernkompetenz I/II Cornelsen Skriptor)

- 1.04 Sich auf Verhaltensregeln einigen (1)
- 1.05 Über Verhaltensregeln nachdenken (2)
- 1.06 Über Verhaltensregeln verhandeln (3)
- 1.10 Kreativwerkstatt
- 1.13 Konstruktionswerkstatt
- 7.05 Fünf Schritte zum Ziel

Zu „Teamfähigkeit“

- 1.01 Ich bin ich – und wer bist du?
- 1.04 Sich auf Verhaltensregeln einigen (1)
- 1.08 – 1.13 siehe bei „Leistungsbereitschaft“

- 2.03 Erfolge mit anderen teilen
- 2.04 Hörst du überhaupt zu?
- 2.05 Hilfen für gutes Zuhören
- 4.03 Zusammen geht es besser
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 5.05 Kommunikation in der Familie
- 7.07 Gemeinsam geht es leichter

Zu „Umgangsformen“

- 1.01 Ich bin ich – und wer bist du?
- 1.04 Sich auf Verhaltensregeln einigen (1)
- 2.04 Hörst du überhaupt zu?
- 4.04 Ich hab was falsch gemacht – und nun?
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 4.06 Mit Gruppendruck umgehen
- 4.08 A Konflikte lösen ohne Streit 1
B Konflikte lösen ohne Streit 2
C Konflikte lösen ohne Streit – Training

Zu „Verantwortungsbewusstsein“

- 1.04 Sich auf Verhaltensregeln einigen (1)
- 1.05 Über Verhaltensregeln nachdenken (2)
- 1.06 Über Verhaltensregeln nachdenken (3)
- 1.07 Fertigmacher und Aufbauer
- 2.07 Ich möchte Verantwortung übernehmen
- 2.08 Verantwortungsvolles Verhalten
- 2.10 Fünf Schritte zu guten Entscheidungen
- 3.05 Auf die Einstellung kommt es an
- 4.04 Ich hab was falsch gemacht – und nun?
- 6 Fast das ganze Kapitel (Sucht)

Zu „Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit“

- 1.05 Über Verhaltensregeln nachdenken (2)
- 2.07 Ich möchte Verantwortung übernehmen
- 2.08 Verantwortungsvolles Verhalten
- 2.09 Werte sind Wegweiser
- 2.10 Fünf Schritte zu guten Entscheidungen
- 3.08 Bei Stress einen kühlen Kopf bewahren
- 4.03 Zusammen geht es besser
- 6.07 Sag einfach nein – Gar nicht so einfach!
- 7.05 Fünf Schritte zum Ziel

Zu „Selbsteinschätzung“

- 1.01 Ich bin ich – und wer bist du?
- 1.09 Spielwerkstatt
- 1.15 (Veränderungen in der Pubertät – CD-ROM)
- 2.01 Der dreibeinige Hocker des Selbstvertrauens

- 2.02 Erfolge stärken das Selbstvertrauen
- 2.07 Ich möchte Verantwortung übernehmen
- 3.04 Alles im Eimer?
- 3.06 Was mich auf die Palme bringt
- 4.01 Im Angebot: Freundschaft
- 5.01 Das ist meine Familie
- 5.03 Fundgrube: Familiensymbole
- 6.01 Werte beeinflussen meine Entscheidungen
- 6.04 Wenn ich traurig bin
- 6.08 Was habe ich denn mit Sucht zu tun?
- 7.02 Ziele: ein kleiner Blick in die Zukunft
- 7.03 Menschliche Wegweiser
- 7.06 Kurzfristige und langfristige Ziele
- 7.07 Gemeinsam geht es leichter
- 7.08 Probiert – nicht geklappt – also noch einmal!
- 7.09 Wünsche und Werte

Zu „Frustrationstoleranz“

- 2.10 Fünf Schritte zu guten Entscheidungen
- 3.05 Auf die Einstellung kommt es an
- 3.07 Drei Fragen bringen Klarheit in deine Gefühle
- 4.04 Ich hab was falsch gemacht – und nun?
- 4.05 A Umgang mit Ärger 1
B Umgang mit Ärger 2
C Umgang mit Ärger – Training
- 4.06 Mit Gruppendruck umgehen
- 4.08 A Konflikte lösen ohne Streit 1
B Konflikte lösen ohne Streit 2
C Konflikte lösen ohne Streit – Training
- 4.09 Ärgern, belästigen, schikanieren
- 6.04 Wenn ich traurig bin
- 6.05 Sucht hat immer eine Geschichte
- 6.07 Sag einfach nein – Gar nicht so einfach!
- 7.05 Fünf Schritte zum Ziel
- 7.07 Gemeinsam geht es leichter
- 7.08 Probiert – nicht geklappt – also noch einmal!