



Übersicht über die Kopiervorlagen	5
Vorwort	6
I Theoretischer Hintergrund	7
1 Der Begriff „Soft Skills“ im Kontext von Schule und Gesellschaft	7
2 Zum Kompetenzmodell	8
3 „Soziale Kinder lernen besser“ (Weidner 2005).....	11
II Module für die Praxis	12
Modul 1: Diagnose „Life Skills“	
<i>Von Fähigkeiten ausgehend Kompetenzen stärken oder fördern</i>	
1.1 Klassenklima	13
KV 1 Methode: „Stimmungsbarometer“	15
KV 2 Methode: „Soziogramm“.....	16
KV 3 Klassenfragebogen	17
1.2 Systematische Schülerbeobachtung.....	20
KV 4 Beobachtungsbogen	21
1.3 Reflexion des Erziehungs- und Unterrichtsstils der Lehrkraft / der Lehrkräfte in der Klasse	23
1.4 Eltern als Erziehungspartner.....	25
KV 5 Informationsabend: „Life Skills“ – Persönlichkeitsentwicklung stärken	26
KV 6 Elterngespräch	27
Modul 2: Selbstkompetenz	
<i>Selbstwertgefühl – Selbstvertrauen – Wertschätzung – Selbstwirksamkeit – Selbstbeobachtung – Eigenverantwortung – Selbstdisziplin – Meine Stärken und Schwächen</i>	
2.1 Eigene Stärken und Schwächen kennen	28
KV 7 Meine persönlichen Stärken und Schwächen	29
2.2 Gefühle wahrnehmen und ausdrücken können	30
KV 8 Gefühle-Akrostichon.....	31
2.3 Selbst- und Fremdwahrnehmung	32
KV 9 Fragebogen zur Selbst- und Fremdwahrnehmung	34
2.4 Selbstkompetenz entwickeln – Durchsetzungsfähigkeit ausbauen	35
KV 10 Kompetenzcheck zur eigenen Durchsetzungsfähigkeit	36
KV 11 Tipps zur Steigerung der Durchsetzungsfähigkeit	37
2.5 Die eigene Meinung äußern	38
2.6 Spiele zum Erfahren der eigenen Persönlichkeit und des sozialen Miteinanders in der Gemeinschaft	39
KV 12 Ich schenke mir ein gutes Wort	41
Modul 3: Sozialkompetenz	
<i>Achtung – Anerkennung – Empathie/Perspektivenübernahme – Kompromissfähigkeit – Recht durchsetzen können – Menschenkenntnis – Kritikfähigkeit – Wahrnehmung – Toleranz – Respekt – Sprachkompetenz – Kommunikation – Teamfähigkeit</i>	
3.1 Soziale Kompetenzen durch kooperative Lernformen und einen Sozialzielektatalog fördern.....	42
KV 13 Methoden des kooperativen Lernens.....	46
KV 14 TeamPinBoard	50
3.2 Gesprächs- und Feedbackkultur pflegen: Klassenkreisgespräche.....	53
KV 15 Feedback geben und nehmen	54



3.3 Klassenregeln 55
KV 16 Unsere Klassenregeln 56
3.4 Teamfähigkeit 57
KV 17 Kompetenzcheck zur eigenen Teamfähigkeit. 58
3.5 Rollenspiele 59
3.6 Verwendung geeigneter Kinder- und Jugendliteratur 61

Modul 4: Kommunikation und Kooperation

Kooperation – Konfliktfähigkeit – Kommunikationsfähigkeit – Miteinander lernen und leben – Problemlösekompetenz – Kompromisse eingehen

4.1 Grundlagen der Kommunikation

4.1.1 Das 4-Ohren-Modell oder: die vier Seiten einer Botschaft. 63
KV 18 Kompetenzcheck zur eigenen Kommunikationsfähigkeit 65
KV 19 Das 4-Ohren-Modell 66
4.1.2 Aktives Zuhören 67
KV 20 Gesprächsregeln zum aktiven Zuhören. 68
4.1.3 Ich-Botschaften 69
KV 21 Ich formuliere Ich-Botschaften. 70
4.1.4 Angebote zur Förderung der Kommunikation 71

4.2 Konfliktfähigkeit

4.2.1 Entwickeln von Konfliktkompetenz 72
KV 22 Kompetenzcheck zur eigenen Konfliktfähigkeit. 75
4.2.2 Konfliktverhalten – Umgang mit Killerphrasen 76
4.2.3 Konfliktgespräche gewaltfrei führen – Giraffen- und Wolfssprache 78
KV 23 Gewaltfreie Kommunikation (Rollenspiel) 80
KV 24 Giraffen- und Wolfssprache. 81

4.3 Förderung der Problemlösekompetenz 82

4.4 Kooperation. 84

Modul 5: Vorbild sein – Verantwortung übernehmen

Verantwortung – Fleiß – Flexibilität – Großmut – Konsequenz – Vorbildfunktion – Hilfsbereitschaft – Verlässlichkeit – Emotionale Intelligenz – Engagement – Zivilcourage

5.1 Der Klassenrat 86
KV 25 Protokoll einer Klassenratssitzung. 88
KV 26 Regeln für die gemeinsame Arbeit im Klassenrat 89
5.2 Empathie entwickeln. 90
5.3 Mentorentätigkeit 92
KV 27 Mentorenvertrag. 93

Modul 6: Programme zur Förderung von Life Skills

6.1 Prävention im Team (PIT). 94
6.2 Lions-Quest. 95
6.3 Achtsamkeit und Anerkennung. 96

Quellenverzeichnis 97



Übersicht über die Kopiervorlagen

Nummer	Bezeichnung	Seite
KV 1	Methode: „Stimmungsbarometer“	15
KV 2	Methode: „Soziogramm“	16
KV 3	Klassenfragebogen	17
KV 4	Beobachtungsbogen	21
KV 5	Informationsabend: „Life Skills“ – Persönlichkeitsentwicklung stärken	26
KV 6	Elterngespräch	27
KV 7	Meine persönlichen Stärken und Schwächen	29
KV 8	Gefühle – Akrostichon	31
KV 9	Fragebogen zur Selbst- und Fremdwahrnehmung	34
KV 10	Kompetenzcheck zur eigenen Durchsetzungsfähigkeit	36
KV 11	Tipps zur Steigerung der Durchsetzungsfähigkeit	37
KV 12	Ich schenke mir ein gutes Wort	41
KV 13	Methoden des kooperativen Lernens	46
KV 14	TeamPinBoard	50
KV 15	Feedback geben und nehmen	54
KV 16	Unsere Klassenregeln	56
KV 17	Kompetenzcheck zur eigenen Teamfähigkeit	58
KV 18	Kompetenzcheck zur eigenen Kommunikationsfähigkeit	65
KV 19	Das 4-Ohren-Modell oder: die vier Seiten einer Botschaft	66
KV 20	Gesprächsregeln zum aktiven Zuhören	68
KV 21	Ich formuliere Ich-Botschaften	70
KV 22	Kompetenzcheck zur eigenen Konfliktfähigkeit	75
KV 23	Gewaltfreie Kommunikation (Rollenspiel)	80
KV 24	Giraffen- und Wolfssprache	81
KV 25	Protokoll einer Klassenratssitzung	88
KV 26	Regeln für die gemeinsame Arbeit im Klassenrat	89
KV 27	Mentorenvertrag	93