

Resilienz Forum 2024

GESOND OPWUESSEN

World Café

Förderung sozialer und emotionaler Kompetenzen bei Kindern und Jugendlichen

Maximilian von Heyden & Aka Bamberger

In einer offenen Diskussionsrunde haben sich die Teilnehmer/-innen anhand der Schlagwörter

- Kinder und Jugendliche
- sozial-emotionale Kompetenzen
- Eltern und pädagogisches Fachpersonal
- achtsamkeits- und mitgeföhlsbasierte Ansätze
- digitale Medien – soziale Netzwerke

und den Fragepronomen

Wie? Wer? Warum? und Womit? dem Thema

„Förderung sozialer und emotionaler Kompetenzen bei Kindern und Jugendlichen“

angenähert.

Die zentralen Begrifflichkeiten und Assoziationen, die dabei genannt wurden, wurden auf Moderationskarten festgehalten. Die Zuordnung zu den Schlagwörtern ist im Anschluss erfolgt. Mehrfachnennungen und -zuordnungen sind im Folgenden nicht abgebildet.

Kinder und Jugendliche

- Extreme (Grautöne fehlen)
- soziale Normen
- Vorbilder
- Was in der Gesellschaft verhindert?
- Grenzen setzen
- Regelmäßigkeit
- sichere Bindung
- ideale Bilder
- Geschlechtsstereotype abbauen

Sozial-emotionale Kompetenzen

- emotionale Kompetenz: Regulation und Definieren von Gefühlen
- soziale Kompetenz: Umgang untereinander
- Gefühle erkennen
- Gefühle zulassen und aushalten
- Emotionen verstehen
- Wahrnehmungsfähigkeit
- Empathie
- Resilienz
- sich selbst reflektieren (ständiger Prozess)
- Akzeptanz

Eltern und pädagogisches Fachpersonal

- Familie oder andere Strukturen
- Haltung entwickeln
- lebenslanger Prozess
- Material
- Kurse zu Achtsamkeit
- Sicherheit
- Hilfe fragen
- förderliche Umwelt schaffen
- intergenerationaler Austausch
- geschützte Räume
- keine Einbahnstraße
- Risiko ermöglichen

Achtsamkeits- und mitgeföhlbasierte Ansätze

- Wohlbefinden Grundlage für Mitgeföhl
- Enttabuisierung
- Raum für Emotionen geben
- systemischer Ansatz
- Basis von Gesundheit
- guter Umgang mit Angst in Krisensituationen
- Bedürfnisse erkennen
- Vokabular
- sich selbst kennenlernen
- angenehme und unangenehme Geföhle
- eigene Erfahrungen

Digitale Medien - soziale Netzwerke

- Tools lernen
- Langeweile aushalten
- Film: Vice-Versa

mit der Unterstützung von



CEUVRE
Nationale de Secours
Grande-Duchesse Charlotte

Rotary
Luxembourg-Horizon



CNAIPA
Centre National
de Prévention des Addictions