

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	5
<b>Astronautenkinder</b> .....	6
<b>Einführung Autismus-Spektrum</b>	
Wie Astronautenkinder die Welt wahrnehmen .....	6
<b>Schulalltag</b>	
Astronautenkinder und herausfordernde Situationen im Klassenverband .....	7
<b>Psychoedukation</b>	
Eine Reise in die Welt der Astronautenkinder .....	10
<b>Spiele und Materialien</b> .....	13
<b>Selbstregulation</b>	
Pausenkarte & Pausennavigation .....	14
Lautstärkereglern .....	16
<b>Emotionen</b>	
Gefühlsuhren .....	18
Gefühlskärtchen .....	18
Gefühlsuhren – Vorlage .....	19
Gefühlskärtchen – Vorlage .....	21
Die Gefühlsrakete .....	24
<b>Interaktion fördern</b>	
Raumschiffregeln für ein gutes Miteinander .....	26
Gefühlsmeisterkärtchen .....	26
Raumschiffregeln für ein gutes Miteinander – Vorlage .....	27
Gefühlsmeisterkärtchen – Vorlage .....	28
Astronautensprache .....	30
Tanz der Astronauten .....	34
<b>Dschungelkinder</b> .....	35
<b>Einführung ADHS</b>	
Wie Dschungelkinder die Welt wahrnehmen .....	35
<b>Schulalltag</b>	
Dschungelkinder und herausfordernde Situationen im Klassenverband .....	37
<b>Psychoedukation</b>	
Eine Reise in die Welt der Dschungelkinder .....	43
<b>Spiele und Materialien</b> .....	45
<b>Aufmerksamkeit fördern</b>	
Dschungelchaos .....	46
Nachts im Dschungel .....	47
Die Dschungeltiere wollen Party machen .....	48
Bildkarten: Tiere .....	49
Dschungelrätsel .....	52

**Struktur fördern**

Landkarte ..... 53  
 Signalkarten ..... 56  
 Feedbackkarte ..... 59

**Stärken fördern**

Bewegungswürfel ..... 61  
 Die Dschungelstarübung ..... 63  
 Die „Ich mag dich, weil“-Kette ..... 64

**Ruhe finden**

Quadratatmung ..... 67  
 Entspannungsgeschichte *Mammutbaum* ..... 69

**Vulkankinder** ..... 71

**Einführung aggressives Verhalten**

Wie Vulkankinder die Welt wahrnehmen ..... 71

**Schulalltag**

Vulkankinder und herausfordernde Situationen im Klassenverband ..... 72

**Psychoedukation**

Eine Reise in die Welt der Vulkankinder ..... 78

**Spiele und Materialien** ..... 81

**Emotionsregulation**

Mein Vulkanthermometer ..... 82  
 Meine Vulkankurve ..... 84  
 Das Klassen-Vulkanland ..... 87  
 Das Vulkanbeben ..... 88  
 Der Gruppenschrei ..... 89  
 Die Schatzsuche ..... 90  
 Der Vulkanzähmer ..... 93

**Konflikte lösen**

Der Kritzelausbruch ..... 96  
 Erste Hilfe im Streit ..... 97  
 Atemübung ..... 99  
 Jubelkette ..... 100

**Eine Reise in die Welt der verschiedenen Wahrnehmungen** ..... 101

Forscherpass: Astronautenkinder ..... 101  
 Forscherpass: Dschungelkinder ..... 103  
 Forscherpass: Vulkankinder ..... 105

**Kamishibai** ..... 107

- Astronautenkinder
- Dschungelkinder
- Vulkankinder

**Literaturverzeichnis** ..... 139

## Vorwort

Kinder mit Autismus, ADHS und aggressiven Verhaltensweisen stellen nicht nur besondere Anforderungen an das Lehrpersonal, sondern auch an den gesamten Klassenverband. Um den Verständnisprozess von Astronauten-, Dschungel- und Vulkankindern zu unterstützen und Inklusion im Schulalltag zu fördern, ist ein fundiertes Basiswissen für Pädagogen und Pädagoginnen wesentlich. In diesem Buch wird ein Einblick in die besondere Wahrnehmung dieser Kinder ermöglicht.

Kinder mit **Autismus** nehmen ihre Umgebung anders wahr und kommunizieren und lernen auf ihre eigene Art und Weise. Wie **Astronauten**, die sich auf einem fremden Planeten zurechtzufinden versuchen. In diesem Band finden Sie Spiele und Materialien, die Selbstregulation, Emotionserkennung und Interaktion mit Peers fördern. Eine psychoedukative Geschichte über die Astronautenkinder soll die autistische Wahrnehmung kindgerecht erklären.

Kinder mit **ADHS** verspüren eine innere Unruhe, nehmen viele Eindrücke auf einmal wahr und reagieren aus diesem Grund oft vorschnell. Wie in einem **Dschungel** mit vielen unterschiedlichen Geräuschen, Lichtspielen und versteckten Gefahren. Um sich darin zurechtzufinden, ist es für diese Kinder wichtig, schnell zu sein, alles wahrzunehmen und jedem Geräusch Aufmerksamkeit zu schenken. Dieser Band bietet Spiele und Material zur Förderung der Aufmerksamkeit und inneren Ruhe sowie des Aufbaus einer Struktur im Schulalltag. Eine psychoedukative Geschichte über die Dschungelwelt soll den Kindern helfen, mehr Verständnis für ADHS zu entwickeln.

Wir alle kennen das Gefühl von aufsteigendem Ärger. Alle Kinder erleben **Wut!** Es ist wie ein **Vulkan**, der bei einigen Kindern gerade noch rechtzeitig erlischt, während er bei anderen rasch ausbricht und unterschiedlich viel verwüsten kann. Um sich selbst und andere vor Vulkanausbrüchen zu schützen, benötigt es oft viel Anstrengung, sowohl vonseiten der Kinder als auch vonseiten der Lehrkräfte. Die Spiele und Materialien dieses Bandes helfen dabei, Emotionen kennenzulernen und sich Regulations- sowie Konfliktlösungsstrategien anzueignen. Eine psychoedukative Geschichte über das Vulkanzähmen beschreibt kindgerecht Strategien im Umgang mit Wut.

Wir hoffen, mit diesem Band Pädagogen und Pädagoginnen dabei zu unterstützen, Kinder mit herausfordernden Verhaltensweisen spielerisch in den Klassenverband zu inkludieren.

Die Kompetenzen, die durch die spezifischen Materialien und Spiele gefördert werden sollen, sind für Astronauten-, Dschungel- und Vulkankinder, aber auch für die gesamte Klasse relevant. Somit ist es empfehlenswert, kapitelübergreifend Spiele und Materialien zu verwenden. Die Förderung der vorgestellten Kompetenzen kommen allen Kindern zugute. Es ist uns ein Anliegen, den Humor und den Zusammenhalt der gesamten Klasse in den Fokus zu rücken, und wir wünschen viel Spaß bei der Anwendung!



## Astronautenkinder und herausfordernde Situationen im Klassenverband II

Autismus ist eine besondere Art, wie die Welt wahrgenommen wird und verbale und nonverbale Sprache interpretiert werden. Es benötigt ein wertschätzendes Umfeld und Erwachsene, die als Übersetzer und Übersetzerinnen fungieren, um sich als Astronautenkind im Alltag zurechtzufinden! Was können wir tun, um ihnen den Anschluss im Klassenverband zu erleichtern und Kommunikation zu unterstützen?

Poustka beschrieb, dass Kinder, die im Alter von neun Jahren Freundschaften und ein gutes Anpassungsniveau haben, weniger ASS-Symptome im Erwachsenenalter aufzeigen. (vgl. Poustka, 2020, S. 22 ff.) Somit ist es ein wichtiges Ziel, in der Schule soziales Verhalten der Kinder zu stärken und sie zu unterstützen, um neue Strategien zu erlernen. Die Klasse kann somit als Übungsfeld für Astronautenkinder gesehen werden.



## Astronautenkinder und herausfordernde Situationen im Klassenverband III

Das ist natürlich eine große Aufgabe für eine einzige Lehrkraft – schließlich ist das Astronautenkind nicht alleine in der Klasse. Versuchen Sie, das Unterstützungsnetz auszuweiten, und nutzen Sie verschiedene Helfer- und Helferinnensysteme! Gibt es eine Beratungslehrkraft, die mit dem Kind soziale Situationen vor- und nachbesprechen könnte? Können regelmäßige Gespräche mit den Eltern einberufen werden oder gibt es ein eigenes Kommunikationsheft, um gemeinsam Ideen zu sammeln, was den Schulalltag erleichtert? Können Sticker während des Schulalltags gesammelt werden, welche zu Hause als übergreifendes Belohnungssystem eingelöst werden können? Gibt es Ablaufpläne, die zu Hause bereits gut funktionieren? Kann eine Schülassistenz installiert werden? Können die Eltern eine Gruppenpsychotherapie für das Kind organisieren?

Als pädagogische Haltung hat es sich bewährt, das Kind mit seinem Namen anzusprechen, klare Anweisungen zu geben, kurze Sätze zu benutzen, viel zu loben und den Fokus auf Gelingen zu setzen. Darüber hinaus können Auszeiten vergeben, Belohnungssysteme erstellt oder mit Bildern Abläufe oder Regeln visualisiert werden. Es empfiehlt sich, speziell für das Astronautenkind einen Ablauf mit Bildkarten zu symbolisieren, die das Kind durch den Schulalltag führen sollen. Ist ein Tagesabschnitt erledigt, kann das Kind die jeweilige Karte in eine *Fertigbox* legen. Bleiben Sie neugierig, wie die Astronautenwelt aussieht, und begegnen Sie dieser wertschätzend. Schnell bekommen Astronautenkinder das Gefühl, *nicht richtig* zu sein. Sie haben die Chance, dem Kind zu mehr Selbstbewusstsein zu verhelfen.

### Infokasten:

- Beim Namen ansprechen
- Klare Anweisungen
- Kurze Sätze, Fokus auf Gelingen
- Loben
- Visualisierungen nutzen
- Situationen vor- und nachbesprechen
- Stereotypen wirken beruhigend.
- Dem Kind einen Rahmen geben
- Gemeinsam und individuell herausfinden, was hilfreich ist!

## Eine Reise in die Welt der Astronautenkinder III

Ihr seht euch um und tatsächlich – dort beim Baum sitzt ein Junge und weint! Er hat sich am Knie verletzt. Klara will ihm helfen, doch sie weiß nicht, wie. Ihr reicht Klara ein Taschentuch und ein Pflaster und geht mit ihr zu dem Jungen. Gemeinsam helft ihr ihm und schon klettert er wieder fröhlich auf den Baum. Auch Klara lacht wieder. Fabio erklärt, dass Klara genau spürt, wie es der Crew geht. Sie sorgt für gute Laune im Raumschiff und zaubert immer das richtige Mittagessen für jedes Astronautenkind! Ihr seid begeistert von der Astronauten-Crew. Jedes Kind hat seine eigenen Fähigkeiten. Manchmal können sie zu Schwierigkeiten führen, aber gemeinsam finden sie immer eine Lösung und schaffen jede noch so abenteuerliche Entdeckungstour. Nach der aufregenden Erkundungstour auf der Erde bringt ihr die Astronauten-Crew zum Raumschiff zurück und verabschiedet euch von Pius, dem Pläneschmieder, von Max mit den Superohren, von Klara, der Gefühlsexpertin, von Paula, der Sprachenkennerin, und natürlich von Fabio, dem Forschungsleiter. Ihr schaut noch zu, wie das Raumschiff langsam vom Boden abhebt und immer kleiner und kleiner wird, bis es gänzlich im Weltraum verschwunden ist.



## Pausenkarte & Pausennavigation – Vorlage



**VORSCHAU**

5 Minuten

15 Minuten

30 Minuten

Vertical lines for writing:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Lautstärkereglern

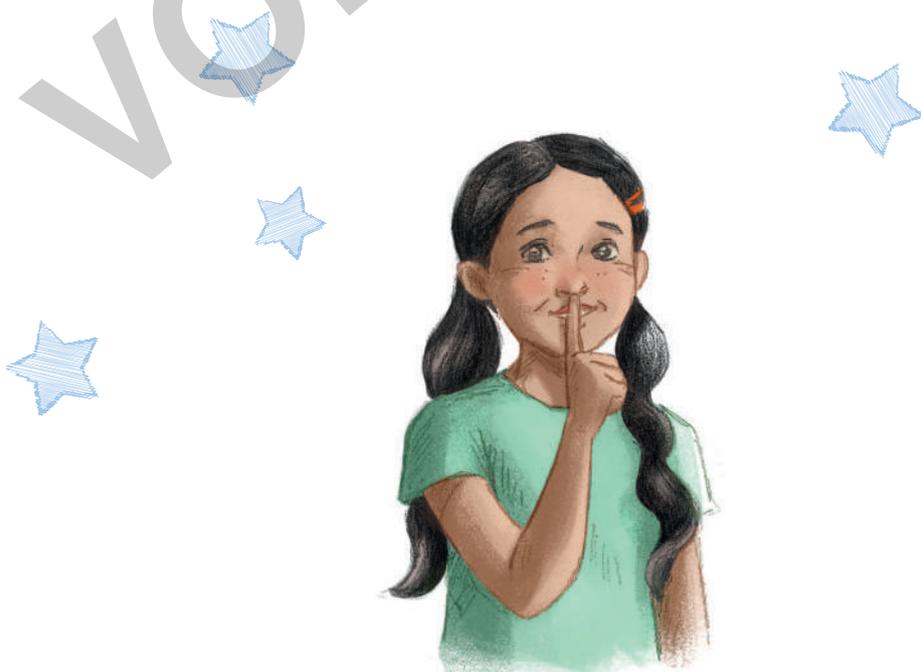
### Fähigkeiten:

Selbstwahrnehmung und Selbstregulation fördern

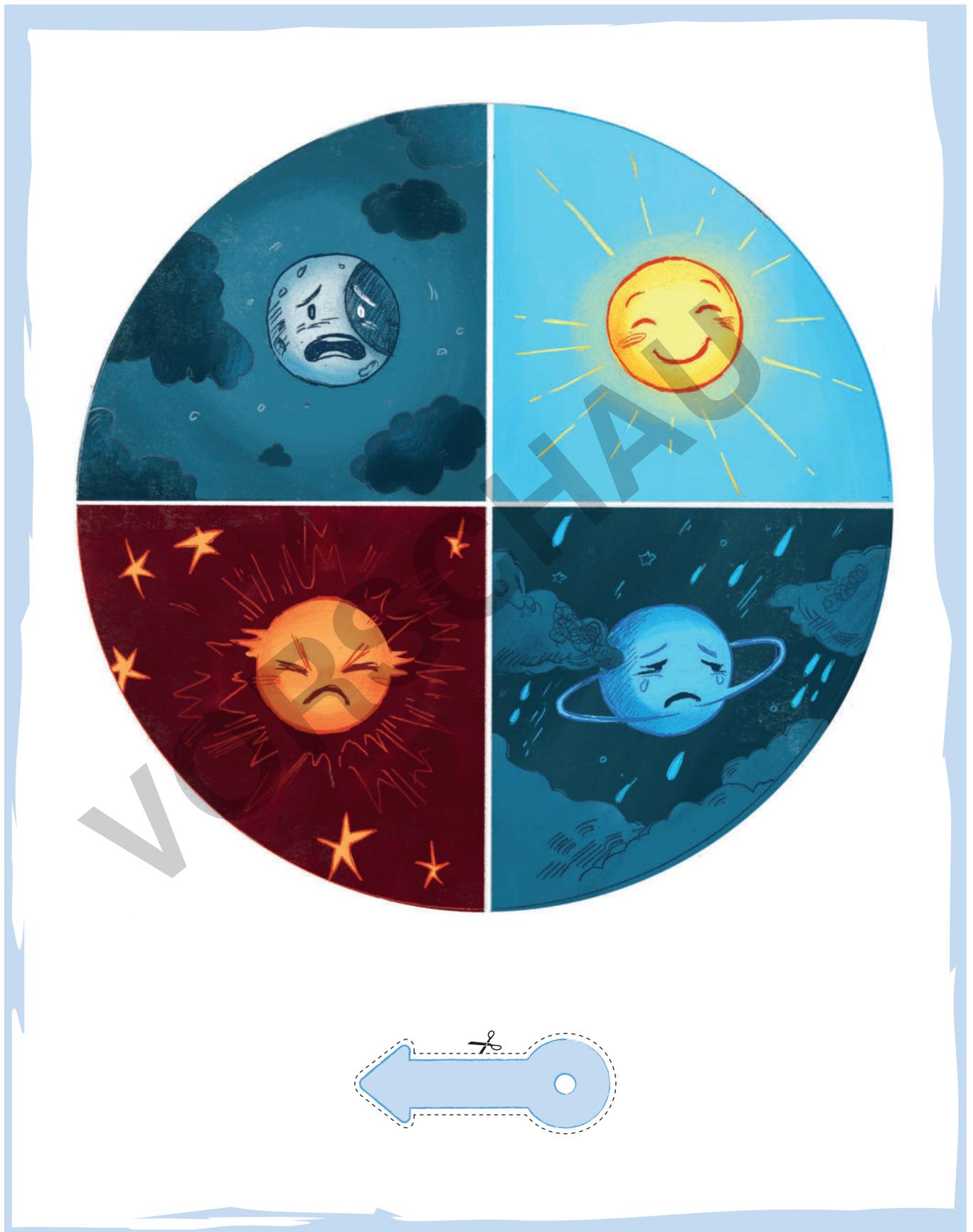
Materialbeschreibung: Astronautenkinder können Schwierigkeiten in der Eigenwahrnehmung aufweisen. Dies kann zu verschiedenen Verhaltensweisen führen, wie beispielsweise lautes Sprechen, welches oft als störend empfunden wird. Diesem Verhalten liegt keine böse Absicht zugrunde, denn meist bemerken die Kinder selbst nicht, wie sie von der Umgebung wahrgenommen werden. Anstatt die Kinder zu ermahnen, ist regelmäßige Rückmeldung hilfreich. Dazu kann der Lautstärkereglern am Tisch des Kindes platziert werden. So kann auch nonverbale regelmäßige Rückmeldung in Form von Zeigen die Eigenwahrnehmung fördern.

Der Lautstärkereglern soll vorab mit dem Kind besprochen werden, um ihm aufzuzeigen, welche Lautstärke dem Regler entspricht und welche Lautstärke welcher Situation angemessen ist (Pause versus Unterricht).

Alternativ kann der Lautstärkereglern als spielerisches Ritual eingesetzt werden. Legen Sie fest, in welcher Situation welche Lautstärke angemessen ist. Bevor Sie mit Ihrer Klasse eine neue Situation betreten, weisen Sie die Kinder darauf hin. Machen Sie ein Zeichen aus, wie die Kinder bei sich selbst die Lautstärke rauf- oder runterregeln können (beispielsweise eine Dreh- oder Schiebebewegung mit der Hand).



## Gefühlsuhren – Vorlage I



## Gefühlskärtchen – Vorlage I

Situation:

Etwas geht kaputt.



Gefühl:

traurig



Situation:

Ich erhalte ein Geschenk.



Situation:

Jemand streitet sich.



Situation:

Es gibt ein Gewitter.



Gefühl:

Angst



Situation:

Ich muss mich beeilen.



Gefühl:

Freude



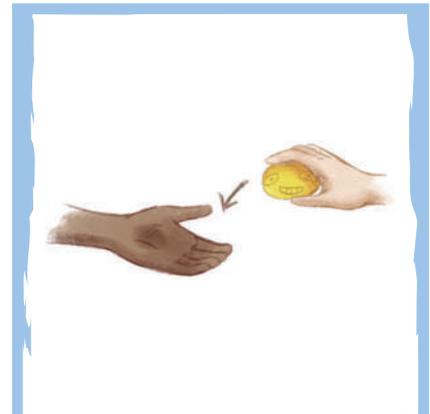
## Gefühlsmeisterkärtchen – Vorlage I



Ich tröste.



Ich hole Hilfe.



Ich bringe  
ein Spielzeug.



Ich frage, ob ich  
mitspielen kann.



Ich sage  
Stopp!



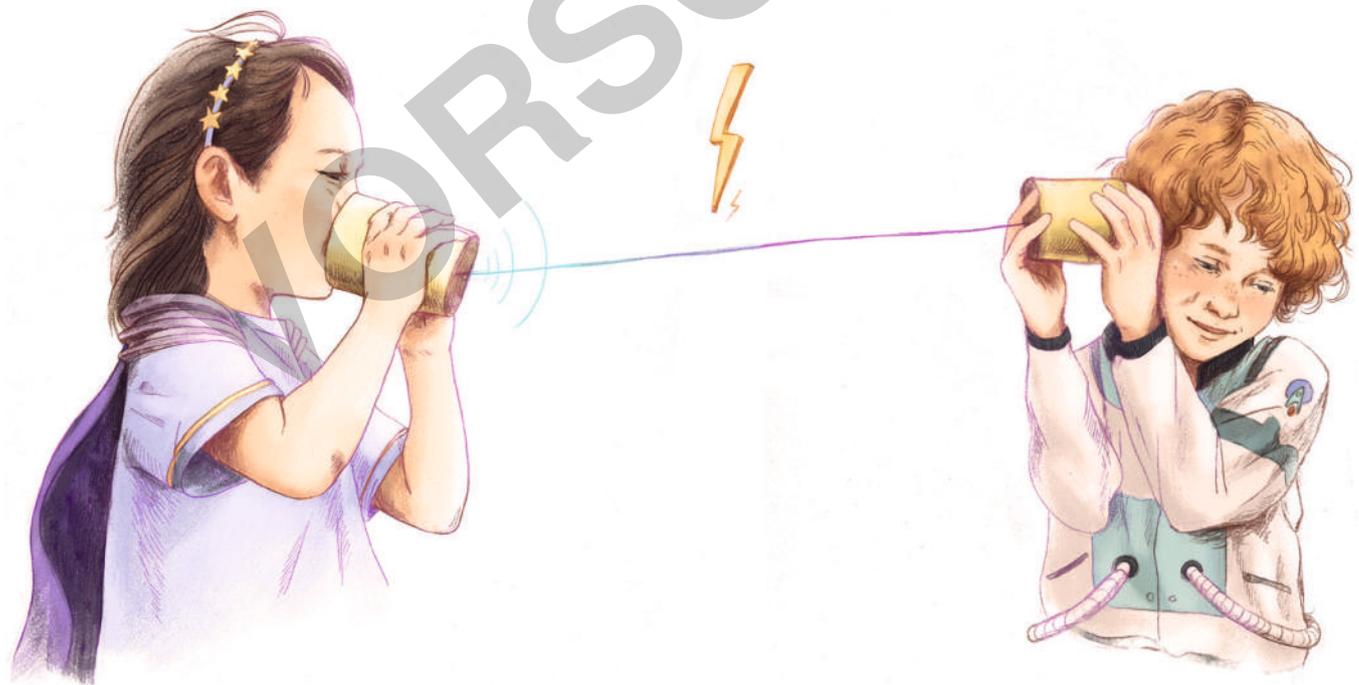
Ich denke an  
etwas Schönes.

## Astronautensprache

### Fähigkeiten:

Interaktion und Inklusion fördern, Beziehungsaufbau erleichtern

Materialbeschreibung: Für Astronautenkinder kann es herausfordernd sein, angemessen mit anderen Kindern in Kontakt zu treten, Gesprächsanfänge zu finden und Gespräche aufrechtzuerhalten. Dies kann es erschweren, Freundschaften zu schließen. Neben klaren Kommunikationsregeln in der Klasse ist es somit hilfreich, Astronautenkindern praktisches Handwerkszeug zur Verfügung zu stellen, um sich in sozialen Situationen zurechtzufinden. Dieser Leitfaden sowie die dazugehörigen Gesprächskarten sollen mit den Kindern besprochen und geübt werden. Es kann zusätzlich ein Steckbrief ausgeteilt werden, um die Kinder zu motivieren, sich gegenseitig auszutauschen und kennenzulernen. Der Fokus liegt hierbei auf einer wechselseitigen Kommunikation.



## Wie Dschungelkinder die Welt wahrnehmen II

Die Ursachen sind neurobiologisch bedingt und ADHS ist als eine andere Art der Wahrnehmung zu verstehen. Es wird eine Prävalenz von 5–7 % der Kinder und Jugendlichen vertreten. Somit ist rein statistisch betrachtet in fast jeder Klasse ein Kind mit ADHS zu finden. (vgl. Thomas et al., 2015, S. 994 ff.)

Aus den genannten Symptomen und Dynamiken können vielfältige Schwierigkeiten in allen Lebensbereichen dieser Kinder entstehen. Lernprobleme, soziale Ausgrenzung und erhöhte Frustration aufgrund von zahlreichen Misserfolgserlebnissen in der Schule sowie im Alltag führen zu einem geringen Selbstwert und einem negativen Selbstbild, unter dem betroffene Kinder sehr leiden.



## Dschungelkinder und herausfordernde Situationen im Klassenverband V



## Dschungelkinder – Spiele und Materialien

Bei den vorliegenden Materialien und Spielen geht es vor allem darum, die Dschungelkinder dabei zu unterstützen, einen Fokus zu setzen, Aufmerksamkeit zu fördern und eine innere Struktur zu finden. Nutzen Sie die Psychoedukationsgeschichte und die Kamishibais sowie den Forscherpass, um mit der gesamten Klasse zu erkunden, wie Dschungelkinder die Welt wahrnehmen.

Die Materialien und Spiele sind als Anreiz gedacht! Vergessen Sie nicht: Jedes Kind mit ADHS ist anders und es gilt individuell herauszufinden, was hilfreich ist und welche Hilfsmittel den Kindern Erfolge ermöglichen können. Wir wünschen ein humorvolles Ausprobieren und ein lustvolles gemeinsames Erforschen der Dschungelwelt.



## Bildkarten: Tiere II



## Dschungelrätsel

### Fähigkeiten:

Aufmerksamkeit fördern, räumliche Wahrnehmung, Teamförderung

Spielbeschreibung: Die Wahrnehmung von Details, das Lenken von Aufmerksamkeit und Geduld können im oft chaotischen Schulalltag eine Herausforderung für Dschungelkinder darstellen. Diese Übung soll einen spielerischen Zugang zur Aufmerksamkeitsförderung und Teamarbeit bieten.

Ein bis zwei Kinder verlassen das Klassenzimmer. Die restliche Gruppe verändert etwas im Raum. Wenn die Kinder zurückkommen, sollen sie herausfinden, was sich verändert hat.



## Quadratatmung

### Fähigkeiten:

innere Ruhe finden, Förderung der Selbstregulation und Selbstwirksamkeit

Materialbeschreibung: Geben Sie jedem Kind eine Vorlage für die Quadratatmung. Das Kind soll drei Sekunden einatmen, drei Sekunden die Luft anhalten, drei Sekunden lang ausatmen und drei Sekunden lang ausgeatmet halten. Dieser Vorgang kann mehrmals wiederholt werden. Diese Atemübung soll den Kindern als Werkzeug dienen, um bei innerer Unruhe, Nervosität und Anspannung wieder in die Entspannung zu finden. Vor allem nach Aktivitäten sind Entspannungsübungen für Dschungelkinder hilfreich, um wieder zur Ruhe zu kommen und den Fokus besser setzen zu können. Gleichzeitig kann sie als Regulationsstrategie bei negativen Emotionen wie Wut oder Angst eingesetzt werden. Anfangs kann die Übung schwierig für Kinder sein und muss deshalb gemeinsam und in einer ruhigen Situation geübt werden. Fragen Sie Ihr Dschungelkind, ob Sie es gelegentlich auch daran erinnern dürfen. Bestärken Sie es, diese Übung anzuwenden, wenn Sie merken, dass es unruhig wird, und loben Sie es für die Anwendung.



## Eine Reise in die Welt der Vulkankinder III

Jan erzählt euch, dass gegenseitiges Helfen und sich umeinander kümmern das Wichtigste auf diesem Planeten ist. Auch wenn es Angst machen kann, wenn ein anderes Kind schreit und sein Vulkan immer wieder Lava spuckt. Oft haben die Kinder selbst viel Angst, wenn sie ganz alleine mit ihren Vulkanen sind!

Ihr merkt, wie ihr von all den Eindrücken ganz schön erschöpft seid! Auf dem Rückweg zu eurem Raumschiff entdeckt ihr aber noch etwas, das eure Neugierde weckt! Ein Mädchen hat rund um ihren Vulkan viele schöne Bilder aufgestellt. Ihr beschließt, Jan zu fragen, und er erklärt euch lachend, dass die Bilder sie an schöne Erlebnisse erinnern! So bleibt ihr Vulkan die meiste Zeit ganz ruhig und entspannt.

Müde kehrt ihr zu eurem Raumschiff zurück und winkt allen Kindern und ihren Vulkanen zum Abschied.



## Meine Vulkankurve – Vorlage



## Der Gruppenschrei

### Fähigkeiten:

Emotionserkennung und -regulation erwerben, Körperwahrnehmung fördern

Spielbeschreibung: Der Gruppenschrei eignet sich beispielsweise nach einer anstrengenden Lernstunde oder wenn die Stimmung in der Klasse leicht gereizt ist. Gerade bei Vulkankindern kann sich Müdigkeit oder Überforderung rasch in Wut ausdrücken. Sich gemeinsam kontrolliert zu bewegen oder laut zu sein, hilft, wieder ins Hier und Jetzt zurückzukommen.

Stellen Sie sich im Kreis auf oder bitten Sie die Kinder von ihrem Platz aufzustehen. Animieren Sie die Kinder, bei der nachfolgenden Geschichte mitzumachen.

Es brodeln im Vulkan (*stampfen sie mit den Füßen auf den Boden, trommeln Sie auf dem Tisch*).

Es steigt Rauch auf (*Hände in die Höhe*).

Der Vulkan wird immer lauter und lauter (*gehen Sie in die Hocke, ballen Sie die Fäuste und spannen Sie den ganzen Körper an*).

Dann bricht er aus (*Hüpfen Sie auf, schreien Sie, lassen Sie alle Gefühle raus*).

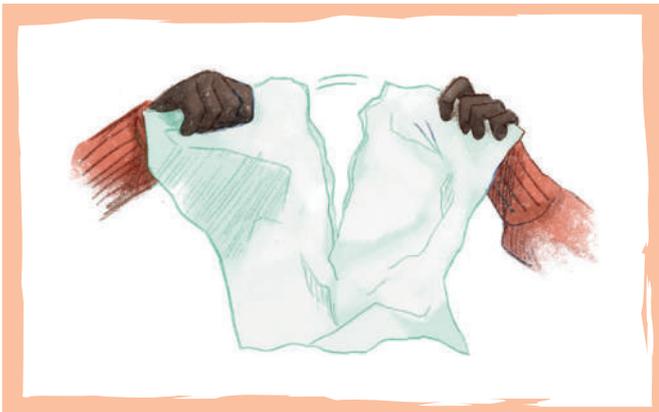
Der Vulkan wird wieder ruhig.

Wir werden wieder leise (*schütteln unseren ganzen Körper*).

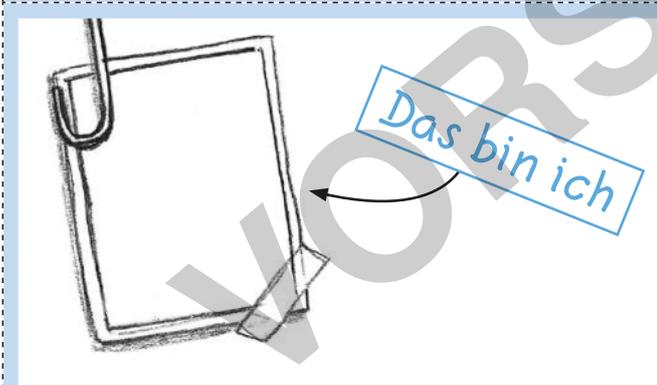
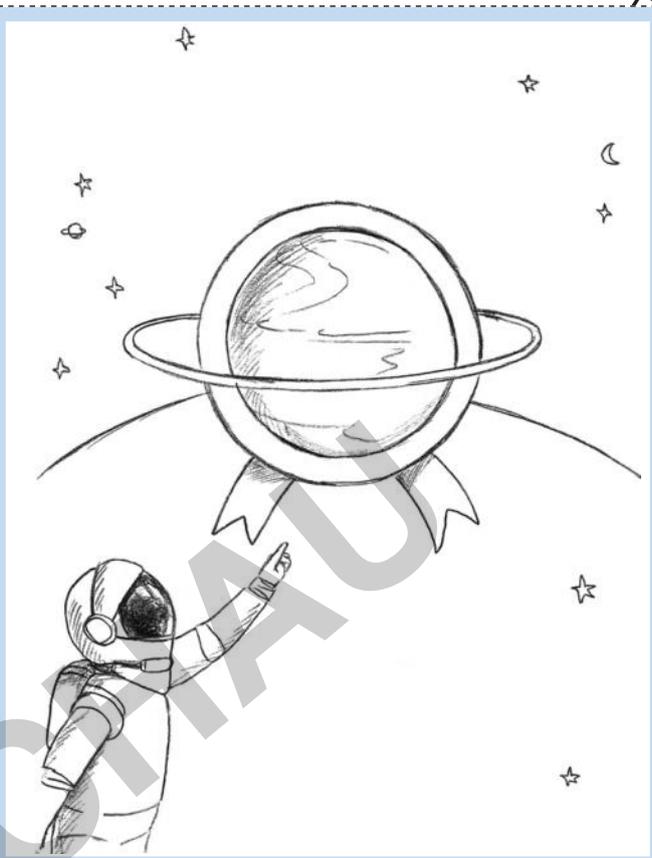
Wir atmen tief ein und wir atmen tief aus, bevor wir zu unserem Platz zurückkehren.



## Der Vulkanzähler: Regulationskarten



## Forscherpass: Astronautenkinder – Vorlage



1. So war es für mich, die Astronautenkinder kennenzulernen:

---

---

---

2. Das fällt Astronautenkindern schwer:

---

---

---

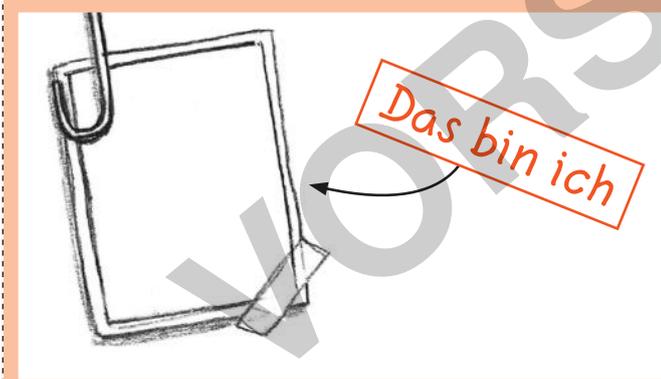
3. Das können Astronautenkinder gut:

---

---

---

## Forscherpass: Vulkankinder – Vorlage



1. So war die Welt der Vulkane für mich:

---

---

---

2. Das fällt Vulkankindern schwer:

---

---

---

3. Das können Vulkankinder gut:

---

---

---



