



AUFMERKSAMKEIT
TRAINIEREN MIT

Agent
LUPE

WER SIND WIR?

Nicole Wey und Fabienne Hesse
Fachpsychologinnen für Kinder und Jugendliche FSP



www.developmental.ch

- Kostenloser Podcast
 - Praxismaterial
 - Kurse

PODCAST-FOLGEN



PRAXISMATERIAL

Gefühle meistern
in 3 Schritten



Develop mental  www.developmental.ch

Spiegeln an der Wand

... und regulieren

... und einen spielerischen Zugang
... kann das Training mit einem Spiegel
... verschiedene Übungen, um mit
... zu erkennen, benennen und

... einem passenden
... müssen erraten, um welche
... lohnt es sich, auf die
... Wut, Ekel, Angst,
... weitere Emotionen
... Verliebtheit, Enttäuschung).

Develop mental 

... ausprobieren möchtest.
Strategie ausprobieren:

... können diese Personen tun?
as: _____
as: _____





WARM-UP

WARM-UP

So aufmerksam fühle ich mich
jetzt gerade

1

2

3

4

WARM-UP

So gut kann ich mich bei monotonen
Beschäftigungen konzentrieren

1

2

3

4

WARM-UP

Ich brauche einen reizarmen Raum,
um mich konzentrieren zu können

1

2

3

4

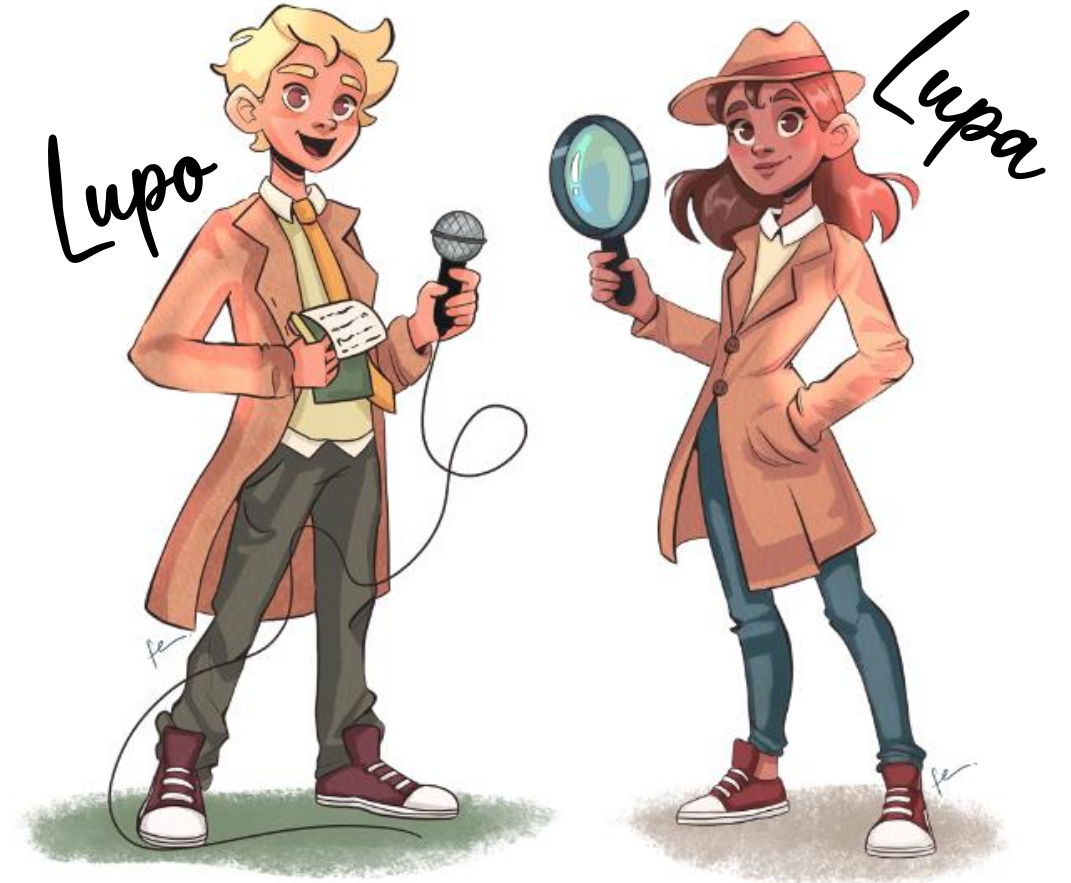


ABLAUF

- Entstehung & Haltung
- Agent LUPE – Das Programm
 - Was?
 - Für wen?
 - Aufbau
- Zukunftsmusik
- Fragen & Diskussion

ENTSTEHUNG

- Podcastfolge zu Aufmerksamkeit aufgenommen
- Frage nach passendem Praxismaterial?
- Idee: Die Agenten LUPE begleiten Kind bei Agenten-Ausbildung, welche aus 4 geheimen Missionen besteht und Aufmerksamkeit stärkt. Kind wird selbst zum Agenten.



HALTUNG

- Ressourcenorientierung: Stärken erkennen und nutzen
- Eigenverantwortliches Handeln stärkt Motivation und Selbstwirksamkeitserleben: «Ich kann nur mein eigenes Verhalten direkt verändern»
- Erwachsenen dabei unterstützen, Kinder zu befähigen
- Gesunde Fehlerkultur: Nicht alle Strategien passen für jeden, durch Fehler lernt man sich selbst besser kennen
- Praxisnähe: Einfache Anwendbarkeit



WAS IST » AGENT LUPE » ?

- Trainingsprogramm zum Aufbau von konkreten Fähigkeiten im Bereich der Aufmerksamkeitssteuerung
- Stärkung der
 - Selbstwahrnehmung
 - Selbstreflexion
 - Selbstwirksamkeit



FÜR WEN?

- Lehr- und Förderpersonen, die mit Kindern arbeiten, z.B.
 - Heilpädagog:innen
 - Klassenlehrpersonen
 - Schulsozialarbeitende
 - Schulpsycholog:innen
- (Eltern)
- Kinder der 2. - 5. Klasse
- Einzel- und Gruppensetting



AUFBAU

- Heft mit Übungsseiten für die Kinder und Anleitungen für die Erwachsenen
- 4 Missionen (Teilweise auch einzeln anwendbar)
- Die Agenten LUPE führen durch den Kurs



AUFBAU



Mission 1: **L**erne dich kennen

- Eigenes Ziel definieren
- Selbstwahrnehmung stärken: Wo gelingt mir das schon / Wo noch nicht?



Mission 2: Die **U**ntersuchung beginnt

- Soziale Unterstützung aktivieren:
 - Welche Stärken sehen andere in mir?
 - Welche Ideen könnten sie mir mitgeben, um mein Ziel zu erreichen?
 - Wie könnten sie mich bei der Zielerreichung unterstützen?



Mission 3: **P**lane die Spurensuche

- Eigene Strategien entwickeln
- Strategien kennenlernen
- Planen, welche Strategien ausprobiert werden sollen



Mission 4: **E**rgebnis der Untersuchung

- Strategien ausprobieren und evaluieren
- Nützlichste Strategien festhalten

AUFBAU

- Selbstüberprüfung zum Abhaken von Zwischenzielen

Überprüfe dich selbst:

- Ich habe vier Personen aufgeschrieben, mit denen ich ein Interview führen werde
- Ich habe eine Reihenfolge für die vier Interview-Gäste aufgestellt

- Nach jeder Mission:
Orden für die Ordentafel



AUFBAU: MISSION 1

Das Kind

- Schlüpft in Rolle eines Agenten
- Formuliert eigene konkrete Ziele
- Führt Übungen zur Stärkung der Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion durch



Develop
mental

Beobachtung Agent/Agentin:

Die 1. geheime Beobachtung:
Wurde das Ziel erreicht:
 Ja
 Nein
So hat die Situation ausgesehen →


Beweis-Skizze

Die 2. geheime Beobachtung:
Wurde das Ziel erreicht:
 Ja
 Nein
So hat die Situation ausgesehen →

Beweis-Skizze

Die 3. geheime Beobachtung:
Wurde das Ziel erreicht:
 Ja
 Nein
So hat die Situation ausgesehen →

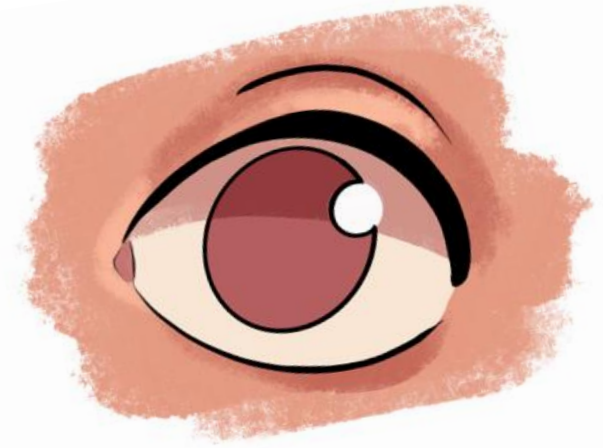
Beweis-Skizze

 15

AUFBAU: MISSION 1

Anwendung ohne Agent LUPE:

- Formulierung von Verhaltensziel (SMART-goals)
- Kd wird zu «geheimer Mission» eingeladen
- Soll sich selbst wiederholt in Bezug auf Verhaltensziel während kurzer und festgelegter Zeitspanne beobachten
- Soll eigene Beobachtungen festhalten
- Beobachtungsfähigkeit statt Erreichung vom Verhaltensziel loben



AUFBAU: MISSION 2

Das Kind

- Führt Interviews mit Gleichaltrigen und Erwachsenen
- Bezieht Personen aus dem Umfeld für Feedback, Stärkung oder Hilfestellungen ein



AUFBAU: MISSION 2

Anwendung ohne Agent LUPE:

- Interviews zu Stärken und Schwierigkeiten mit Gleichaltrigen und Erwachsenen durchführen
- Wichtige Erkenntnisse festhalten



AUFBAU: MISSION 3

Das Kind

- Erarbeitet Strategien zur Zielerreichung
- Bewertet Strategien nach Nützlichkeit
- Erstellt einen Vorgehensplan

Develop
mental

**Strategien-
Übersicht:**

Übertrage deine
Bewertungen hier!

Belegte Pausen

Füße und Fussabdrücke

Wenn... dann...

Zeit im Auge behalten

Agenten-Arbeitsplatz

Überblick behalten

Ermittlungs-Pausen

Belegtes Arbeiten

Erfrischen, ausatmen

Superkraft Karten

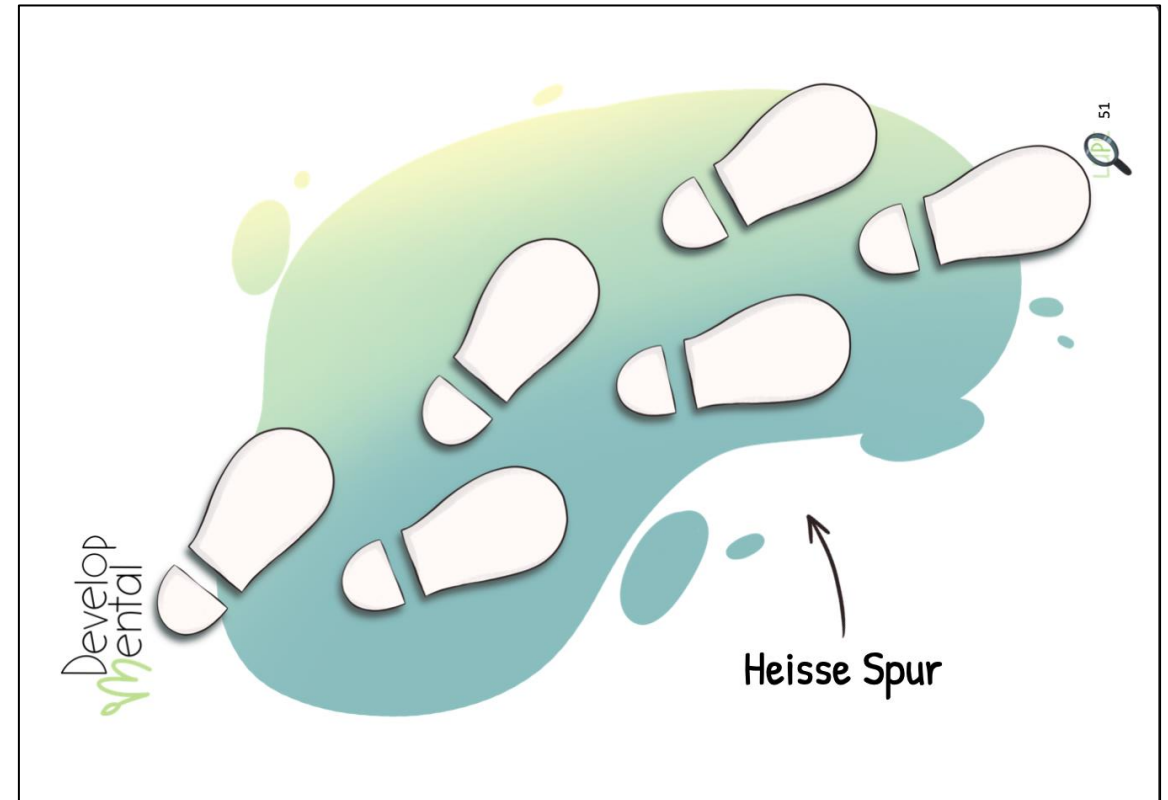
Schritt für Schritt zum Ziel

LIP 38

AUFBAU: MISSION 3

Anwendung ohne Agent LUPE:

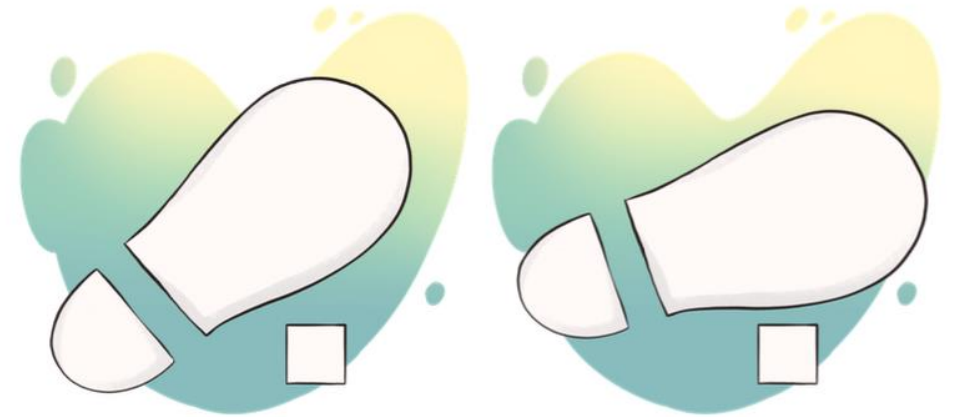
- Schritte gemäss der ausgedruckten Anleitung mit dem Kind durchgehen
- Strategien bewerten (rot, gelb, grün)
- «Heisse Spur» als Handlungsplan aufstellen



ÜBUNG IN ZWEIERGRUPPE

Anwendung ohne Agent LUPE:

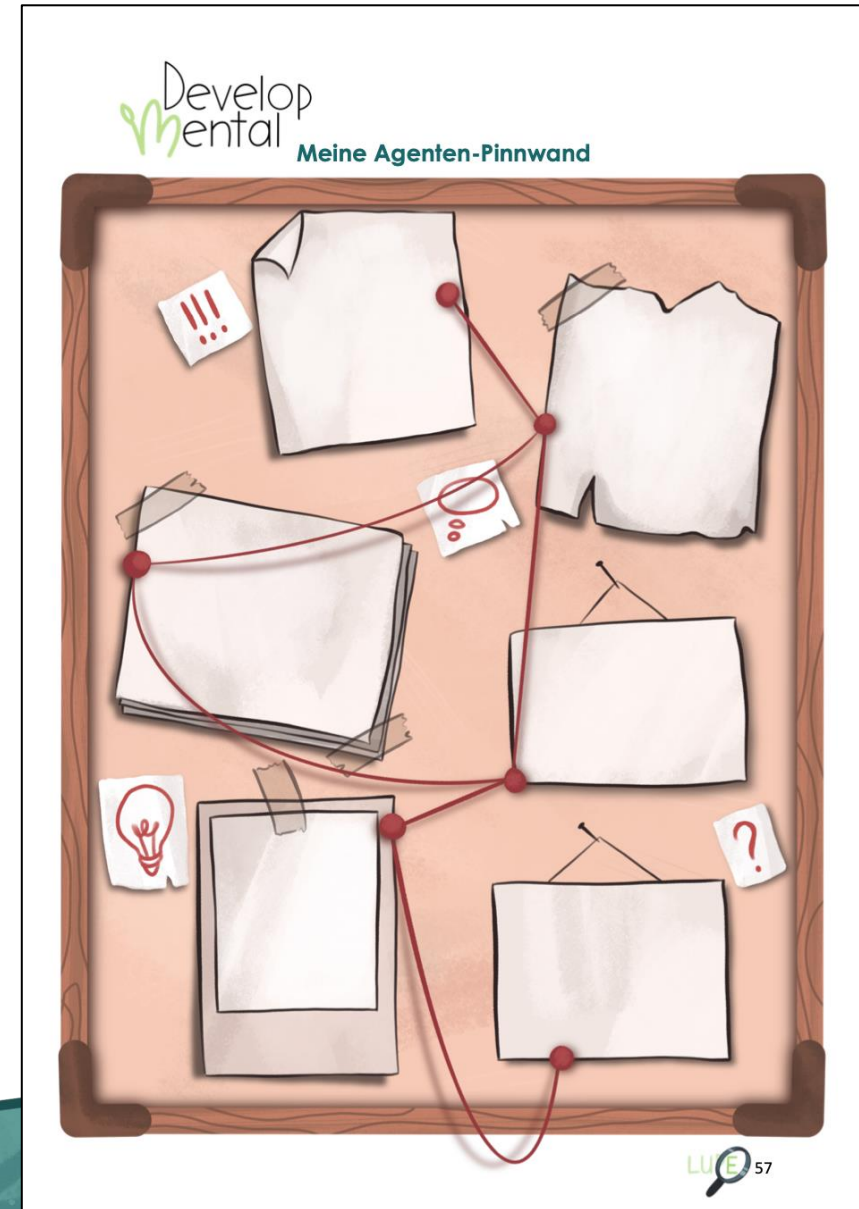
- Welche Fähigkeit möchte ich lernen?
- Eigene Ideen und solche des Sitznachbarn gemäss der Anleitung notieren
- Strategien bewerten (rot, gelb, grün)
- «Heisse Spur» als Handlungsplan erarbeiten



AUFBAU: MISSION 4

Das Kind

- Probiert Strategien aus
- Evaluiert die Strategien



AUFBAU: MISSION 4

Anwendung ohne Agent LUPE:

- Poster mit Strategien-Plan erarbeiten
- Strategien ausprobieren und evaluieren



FEIER BEIM ABSCHLUSS

Feier mit Auszeichnung beim Abschluss
der Agenten-Ausbildung



ZUSATZMATERIAL



ZUKUNFTSMUSIK



- Evaluation und ggf. Überarbeitung
- In Heftform herausgeben (Email-Liste bei Interesse)
- Zukunftsideen:
 - Auditives Zusatzmaterial
 - Digitale Version
 - Ausbau auf andere Fertigkeiten



FRAGEN & DISKUSSION



Danke

MEHR ZU DEVELOPMENTAL

scan me →



www.developmental.ch