

WAS IST EMOMO?

Emomo das Projekt von Mutmachern, Sorgenfressern und Monsterkraft in dir! Das **Emotions – Monster**projekt zur Förderung der Lebens- und Handlungskompetenz und emotionaler Stärke.

Kinder in der Grundschule sind täglich vielen sozialen und emotionalen Herausforderungen ausgesetzt, wie z. B. Leistungserwartungen, Pausenkonflikten, Schulängsten, Mobbing etc. Um mit all diesen "Emotionsmonstern" in sich kompetent umgehen zu können, sollten sie schon früh Handlungsfähigkeiten erlernen.

WAS SIND EMOTIONSMONSTER?

Wer kennt sie nicht im Alltag: die Angst im Kopf, die Wut oder Freude im Bauch, den Trauerkloß im Hals? Oft überkommen uns im Alltag starke Gefühle, die uns manchmal beflügeln, manchmal lähmen. Dann sind wir in unserer Handlungskompetenz gefragt, damit wir bei Konflikten Lösungsmöglichkeiten zur Hand haben. **Emomo** gibt den Kindern auf spielerische Weise die Möglichkeit "Emotionsmonster" bei sich selber und anderen wahrzunehmen, mit Emotionen bewusster umzugehen, Ursachen zu verstehen und eigene Handlungsmuster zu erweitern.

EMOMO FÖRDERT:

- Selbstbewusstsein
- Empathie
- Kreativität
- Emotionale Intelligenz
- Konfliktfähigkeit
- Selbstkontrolle

- Frustrationstoleranz
- Eigenwirksamkeit
- Ich-Stärke
- Soziale Intelligenz
- Interaktionskompetenz
- Selbstreflexion

WELCHE LERNINHALTE MIT WELCHEN METHODEN?

Die Lerninhalte werden dabei auf die jeweilige Klassensituation mit deren aktuellen sozialen Thematiken zugeschnitten (z. B. auf Konkurrenzthemen, Mädchen-Jungen-Konflikten, Ausgrenzung etc.). Mit den von Nico Zwahlen eigens für das Projekt entwickelten Spielmodulen aus den Bereichen der Psychomotorik, der Theaterpädagogik und des Improvisationstheaters wird den Kindern ein experimenteller Erlebnisraum eröffnet, in dem sie sich neu entdecken und ausprobieren können. Über Kreativität und Fantasie finden die Kinder neuen Zugang zu individuellen Lösungen und stärken somit ihr Selbstbewusstsein. Damit bekommt **Emomo** auch einen präventiven Charakter für spätere Themen, in Bezug auf Gruppenzwang oder Suchtthematiken, wenn Ich-Stärke gefragt sein wird.

WIE LÄUFT EINE EMOMO-PROJEKTWOCHE AB?

Die Klasse wird während einer Projektwoche in zwei Gruppen aufgeteilt, die täglich jeweils zwei Unterrichtsstunden im Projekt und den Rest nach Stundenplan unterrichtet werden. Am Ende des Projekttages steht eine intensive Beratung der Klassenlehrkraft, um die bei den Kindern angeregten Entwicklungsprozesse auch über die Projektwoche hinaus im Schulalltag fortzuführen.

