

## **Kampffesspiele im Schulhaus St. Leonhard**

Im Sportunterricht gab es immer wieder Streitigkeiten, weil sich einige Kinder nicht an Regeln gehalten haben, in Konflikte geraten sind oder einfach nicht Verlieren konnten. Zeitweise war „normaler“ Unterricht kaum möglich!

Wir haben mit Ajsha den „Inneren Schiedsrichter“ gesucht, gefunden und möglichst versucht zu festigen. Dank ihrer langjährigen Erfahrung hatte sie für jede Situation ein passendes Spiel, intensive Kämpfe oder aufschlussreiche Übungen zur Hand. Ich habe die gute Zusammenarbeit und die Inputs sehr geschätzt.

Ajsha hat eine grosse Fülle an tollen Spielen, die ich für meinen Unterricht übernehmen kann.

Kürzlich im Wald sah ich wie eine Gruppe Mädchen ein Spiel das Ajsha uns gezeigt hat nachgemacht haben... ich war begeistert.



---

## **Verhaltenstraining im Schulhaus St. Leonhard Grundstufe**

SO GEHT ES NICHT MEHR WEITER! Ja, so war es tatsächlich. Ich hatte mit meiner Klasse alles Erdenkliche ausprobiert, doch geschlagen wurde weiterhin.

Die Unterstützung durch Ajsha Sieber war für mich als Lehrperson enorm entlastend. Gemeinsam lernte ich mit den Schülern den „inneren Schiedsrichter“ kennen. Neben den Trainings mit Ajsha Sieber konnte ich die Übungen mit meiner Klasse vertiefen. Die professionelle Arbeit von Ajsha hat viel bewegt und auch ich als Lehrperson durfte dabei viel lernen.

---

## **Kampffesspiele im Schulhaus Boppartshof**



Gegenseitige Toleranz, Offenheit, Zuverlässigkeit, Loyalität und Respekt sind uns wichtige Werte.

Sie ermöglichen uns in der Schule Boppartshof eine gute Zusammenarbeit und tragen zum Wohlbefinden aller bei. Die Zielrichtung liegt darin, bei den Kindern Fähigkeiten und Fertigkeiten zu verankern, die sie für das Bestreiten ihres Lebens benötigen. Werden Konfliktlösungsmöglichkeiten den Kindern angeboten, trainiert und vorgelebt, bietet das den Kindern die Möglichkeit, eigene Lösungsvarianten auszuprobieren. Dabei werden das Selbstbewusstsein und das Sozialverhalten

gestärkt.

Das Selbstwertgefühl jedes einzelnen Kindes zu steigern, die persönliche Entwicklungs- und Lernfreude, die in jedem Menschen steckt, positiv zu unterstützen, ist eine unserer zentralen Aufgaben.

Deshalb sind wir im Kindergarten und in einer Grundstufenklasse mit dem Projekt Courage gestartet. Die Bilder illustrieren den Spass, den die Kinder beim Ausüben und Trainieren haben! „Fair sein, macht Spass!“

Hier meine persönliche Rückmeldung als Schulleiterin:

- Die Kinder haben durch Kampfspiele die eigenen Grenzen kennengelernt. Sie haben Empathie gewonnen, was man im Alltag der Kinder wahrnimmt und zum Ausdruck kommt.
- Die Schülerinnen und Schüler haben gelernt für das eigene Tun und Handeln Verantwortung zu übernehmen. Der Umgang untereinander ist wertschätzender geworden.
- Das einander respektieren ist ein anspruchsvolles Ziel. Die Kinder sind mit Unterstützung der Kindergärtnerinnen auf einem guten Weg dazu.
- Im Kindergarten kann man beobachten, wie die Kinder achtsamer miteinander umgehen.
- Es war und ist eine sehr wertvolle Erfahrung. Dafür sind wir sehr dankbar.

---

#### **Kampfspiele im Schulhaus Halden 4. Klasse**

Die zwei Doppelstunden im Bewegungsraum wurden von den 22 Kindern und der Lehrerin sehr geschätzt. Die Begeisterung war gross, die Rückmeldung der Kinder durchwegs positiv. Gerne hätten sie noch weitergemacht.

Die Ziele konnten erreicht werden. Die Kinder lernten den „inneren Schiedsrichter“ kennen, übten sich in Fairness und Respekt zeigen, kamen in Kontakt mit den eigenen Grenzen und denen der Mitschüler und Mitschülerinnen.

Doris Bachmann konnte das Begrüssungsritual und „Löwe – Hasenfangis“ in der Turnstunde aufgreifen.

Die Rolle der Zuschauerin war für die Lehrerin sehr wertvoll. Die eigene Klasse zu beobachten sei nur selten möglich. Spannend wären auch die Beobachtungen gewesen, dass nicht immer die stärksten Kinder erfolgreich waren. Es war auch wichtig zu sehen, was genau gemacht wurde, um später im Unterricht auf Äusserungen und Reaktionen reagieren zu können. Der Raum im Schulhaus war für die Lehrerin sehr geeignet, da dieser rasch und unkompliziert erreicht werden konnte.

Die Einführung der Kampfspiele mit der ganzen Klasse war sinnvoll. Ganz wichtig wäre es jedoch, regelmässig mit den Kindern weiter zu trainieren. Im Sinne der Nachhaltigkeit wäre dies sinnvoll und nötig.

---

#### **Kampfspiele im Schulhaus Hebel Grundstufe**

Die Grundstufenklasse des Schulhauses Hebel St. Gallen durfte während fünf Doppellektionen mit Ajsha in die Welt der Kampfspiele eintauchen.

Ajsha zeigte uns verschiedene Spiele, um den inneren Schiedsrichter zu wecken, wir freuten uns zusammen während den Selbstbehauptungsübungen, mussten uns alle sehr konzentrieren, um im richtigen Moment zu schweigen und trainierten unsere Kraft.

Unsere Klasse hatte keine grossen Sorgen und Nöte und trotzdem schätzte ich die Arbeit mit Ajsha ganz besonders. An kleinen Verstössen zeigte sie, dass ein simples „Entschuldigung“ die emotionale Not des Kindes noch nicht löst. Mir als Lehrperson hat Ajsha sehr wichtige Inputs mit auf den Weg gegeben. Eine intensivere Art des Einfühlens in die Lage des Kindes.

Ajsha hat die Gabe, in schwierigen Situationen die richtigen Worte zu finden, damit alle involvierten Kinder gestärkt werden und keines als Täter abgestempelt wird.

Als Rückmeldung kam von den Kindern, es habe ihnen alles gut gefallen. Auf mein Nachfragen kam die Antwort: Es war uns so wohl in ihrer Gegenwart. Ich finde, das beschreibt die Arbeit von Ajsha mit den Kindern und mir als Lehrperson sehr treffend.

---

#### **Kampfspiele im Schulhaus Hebel 4. Klasse**

Mit grossem Eifer, Interesse und viel Spass waren die Schülerinnen und Schüler unserer Klasse dabei, wenn Ajsha Tanja Sieber sie in der Turnhalle in ihren „Kampfspiele“ unterrichtete. Mit ihrer kompetenten, klaren und sehr einfühlsamen Art gelang es ihr, auch sehr unruhige Kinder zu erreichen. Es machte ihnen sichtlich Freude, Fairness im Spiel zu entdecken und sich selbst mithilfe des inneren Schiedsrichters kritisch zu betrachten. Mit Recht dürfen sie stolz auf die neu entdeckte innere Haltung sein.

Ajsha danken wir herzlich für die tolle Zusammenarbeit, für ihre Transparenz und ihre sprühende Energie, für das grosse Vertrauen und die wertvollen weiterführenden Ideen für uns Lehrpersonen

#### **Aus der Sicht der Schulsozialarbeiterin – „Manchmal hilft Reden einfach nicht weiter ...“**

Ja, in dieser 4. Klasse haben die Kinder mit Hilfe der „Kampfspiele“ wirklich am „eigenen Leib“ gelernt, was es heisst fair zu sein und den anderen Kindern mit Respekt zu begegnen. Und dass mit Freude und Spass! Die direkte körperliche Erfahrung und das Erleben der eigenen Grenzen bringen ja häufig so viel mehr als „ewiges“ Reden oder gar das Appellieren an das Gewissen. Das gilt ganz besonders für Jungen, die meistens einen sehr körperlichen Umgang miteinander haben.

Von Ajsha Tanja Siebers Kompetenz und Klarheit haben sowohl die Kinder und wie auch die Lehrpersonen profitieren können. Ihr grosszügiges Pauschalangebot war genau auf die Bedürfnisse der Klasse abgestimmt und konnte immer wieder aktualisiert und angepasst werden. Die Zusammenarbeit mit Ajsha machte viel Freude, ihre hohe Verbindlichkeit schaffte auf allen Ebenen Vertrauen und Sicherheit. Vielen Dank, Ajsha!

#### **Selbstbehauptungskurs für Jugendliche des Wohnheim Riedererholz**

Sozialpädagogin

Ich bin so begeistert von deinem Kurs heute!

DANKE dir vielmals für alles.:-) )

Ich habe sehr profitiert, auch hier fürs Riedererholz, da man hier immer mal wieder stark sein muss, und Nein sagen muss.

Und auch sonst, es war extrem spannend und hilfreich, auch für mich (wäre alle 6 Monate zu repetieren, finde ich).

Ich werde noch oft an dich und die Elemente zurückdenken. Und die Girls haben es sehr genossen mit dir! Toll.

---

### Verhaltenstraining im Schulhaus Spelterini 3. Klasse

Ajscha Sieber hat uns während einigen Wochen im Turnen begleitet. In erster Linie ging es darum ein Kind wieder ins Turnen zu integrieren. Mit grossem Feingefühl, einer sehr klaren Haltung und einer transparenten Sprache hat Sie zuerst in Kleingruppen und danach mal mit der ganzen Klasse, mal mit den Mädchen oder den Jungs gearbeitet. Fairness, der innere Schiedsrichter, Reflektieren über das eigene Handeln standen im Zentrum und war für alle Kinder ein grosses Thema. Als Abschluss jeder Lektion konnten die Kinder Ihre Grenzen in einem Kampf austesten. Profitieren konnten so alle und das „Integrieren“ stand schon bald nicht mehr im Zentrum. Es war für die ganze Klasse eine wertvolle Bereicherung und ich wünschte mir solche Inputs nicht nur, wenn es mal brennt. Vielen Dank für den grossen Einsatz.

Das sind Rückmeldungen in Form von Briefen, von den Schülerinnen und Schülern dieser Kla

