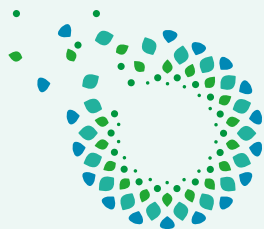


# SOZIALES, EMOTIONALES UND ETHISCHES LERNEN



SEE  
Learning  
Schweiz

## Eine Initiative zur Bildung des Herzens

Wie lernen Menschen glücklich, friedvoll und verantwortungsvoll miteinander zu leben? Und wie können Bildungseinrichtungen Menschen darin unterstützen?

Soziales, Emotionales und Ethisches Lernen (SEE Learning) ist ein Bildungsprogramm, welches von der Emory Universität (Atlanta, USA) für den internationalen Einsatz entwickelt wurde.

SEE Learning beruht auf wissenschaftlichen Erkenntnissen verschiedener Fachbereiche. Es bietet ein umfassendes Rahmenkonzept zur Kultivierung von sozialen, emotionalen und ethischen Kompetenzen. Die altersspezifischen Unterrichtsmaterialien ermöglichen eine einfache Implementierung des Programms auf allen Schulstufen.

Neben den Curricula bietet SEE Learning Angebote zur Vorbereitung, Begleitung und Weiterbildung von Lehrpersonen sowie einen Zertifikatslehrgang zur Multiplikator\*in.



## Ziel

Ziel ist es, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene dazu zu befähigen, selbstwirksam und aktiv soziale, emotionale und ethische Kompetenzen zu entwickeln und sich als verantwortungsvolle Menschen für eine friedvolle und nachhaltige Welt zu engagieren.

## Kernelemente von SEE Learning

### Mitgefühl als Fundament für eine ethische Ausrichtung

SEE Learning fördert die Kultivierung von Freundlichkeit und Mitgefühl als universellen Grundwert. Die Schüler\*innen üben dabei, Mitgefühl für sich selbst und andere Lebewesen zu entwickeln. Die Pflege dieser menschlichen Grundwerte ist nicht nur für das persönliche und zwischenmenschliche Wohlergehen von essenzieller Bedeutung, sondern ist auch die Grundlage für ethisches Handeln und somit für soziale Gerechtigkeit und Friedensförderung.

### Schulung der Aufmerksamkeit

SEE Learning beinhaltet Lerneinheiten, die dabei helfen zu lernen, wie man die Aufmerksamkeit selbst lenken und langfristig als Fähigkeit kultivieren kann.

### Resilienz & Selbstregulierung

Unser Nervensystem ist fortlaufend unterschiedlichsten Stressfaktoren ausgesetzt, welche unser Wohlbefinden aus dem Gleichgewicht bringen. SEE Learning zeigt Schüler\*innen explizit auf, wie das Nervensystem funktioniert und wie sie ihren Körper, ihre Emotionen und ihr Stressniveau mithilfe von gezielten Übungen und sogenannten Soforthilfestrategien regulieren können.

### Systemisches Denken und globales Engagement

Neben dem persönlichen und dem sozialen Bereich ist die Systemebene ein weiterer Schwerpunkt von SEE Learning. Die Schüler\*innen lernen, sich selbst und ihre Umwelt im grösseren, globalen und historischen Kontext zu sehen und die wechselseitige Abhängigkeit (Interdependenz) zu erkennen. Dadurch kann gemeinschaftsbezogenes und globales Engagement wachsen.


# Didaktisches Rahmenkonzept

Das SEE Learning Rahmenkonzept fokussiert auf die Entwicklung von sozialen, emotionalen und ethischen Kompetenzen und umfasst drei Bereiche, welche jeweils den Fokus auf die eigene Person, auf die Mitmenschen sowie auf die Gesellschaft legen.  
**PERSÖNLICH – SOZIAL – SYSTEMISCH**

Innerhalb dieser drei Bereiche werden jeweils drei Dimensionen bzw. Lebenskompetenzen geschult, die jeder Mensch bereits aufweist, jedoch weiterentwickeln kann.  
**GEWAHRSEIN – MITGEFÜHL – ENGAGEMENT**



Aus der Kombination der Bereiche und der Dimensionen entstehen neun Komponenten, die den curricularen Kern von SEE Learning darstellen.

		DIMENSIONEN		
		GEWAHRSEIN	MITGEFÜHL	ENGAGEMENT
BEREICHE	PERSÖNLICH	 <p>Aufmerksamkeit &amp; Selbstwahrnehmung</p>	 <p>Selbstmitgefühl</p>	 <p>Selbstregulation</p>
	SOZIAL	 <p>Zwischenmenschliches Gewährsein</p>	 <p>Mitgefühl für Andere</p>	 <p>Beziehungs-kompetenzen</p>
	SYSTEMISCH	 <p>Anerkennung von Interdependenz</p>	 <p>Erkennen gemeinsamer Menschlichkeit</p>	 <p>Gemeinschafts-bezogenes &amp; globales Engagement</p>

SEE Learning legt den Schwerpunkt auf erfahrungsorientiertes Lernen und Selbstreflexion. Das vermittelte Wissen soll hinterfragt, im Alltag erprobt und vertieft werden, um sich schliesslich zu ‚verkörpertem‘ Verständnis – zu tragenden Lebenskompetenzen zu entwickeln.

## Unterrichtsmaterialien

SEE Learning bietet stufenspezifische Lehrmittel, welche jeweils in sieben Kapitel und ein Abschlussprojekt gegliedert sind. Jedes Kapitel enthält eine Serie von einfach umzusetzenden Lernerfahrungen. Ein Begleitheft erörtert das pädagogische Rahmenkonzept.

### Sieben Kapitel und ein Abschlussprojekt

1. Ein mitfühlendes Klassenzimmer schaffen
  2. Resilienz fördern
  3. Stärkung der Aufmerksamkeit und der Selbstwahrnehmung
  4. Umgang mit Emotionen
  5. Von- und übereinander lernen
  6. Mitgefühl für sich selbst und andere
  7. Wir sitzen alle im gleichen Boot
- Abschlussprojekt: Eine bessere Welt gestalten

### Altersstufen

Die Unterrichtsmaterialien lassen sich unabhängig von der Schulform und von Leistungsniveaus einsetzen. Sie eignen sich auch für altersdurchmischte, heterogene Klassen.



ca. 5–7 Jahre



8–10 Jahre



ab 11 Jahren

Ein weiteres Lehrmittel für die Oberstufe und die Erwachsenenbildung ist in Arbeit. Alle Materialien können als gebundene Druckversion oder als PDF erworben werden. Der Download der Kapitel 1 und 2 ist kostenlos. Die Voraussetzung für den Erwerb der vollständigen Curricula ist der Besuch eines Einführungskurses oder des Online-Kurses SEE 101. Mehr Informationen und eine Preisliste gibt es auf der Homepage.



## Angebote & Weiterbildung

SEE Learning Schweiz organisiert in Kooperation mit SEE Learning Deutschland und Österreich Kurse, Workshops und Online-Seminare für interessierte Fach- und Privatpersonen, welche mit Kindern und Jugendlichen arbeiten oder in der Erwachsenenbildung tätig sind.

Für individuelle, an die jeweilige Zielgruppe angepasste Weiterbildungswünsche, kontaktieren Sie uns gerne persönlich.

Aktuelle Informationen zu unseren Weiterbildungs-Angeboten finden Sie auf der Webseite und im Newsletter.

## Kontakt

[www.see-learning.ch](http://www.see-learning.ch), [info@see-learning.ch](mailto:info@see-learning.ch)