

OGS-Kompass fürs Team

*Ruhig bleiben, gut übergeben,
gemeinsam wirksam sein*



ARBEITSHEFT

OGS-FACHKRÄFTE

TEAMFORTBILDUNG

Inhalt

A So nutzt du das Heft

1 Barometer & kLAR in der OGS

2 Übergang Schule → OGS

3 Hausaufgabenbetreuung

4 Konflikte & Deeskalation

5 Schule & Eltern

6 Selbstfürsorge im Team

P Team-Vereinbarung & Quellen



Für dich als OGS-Fachkraft: Dieses Heft ist dein Begleiter für sechs Teamsitzungen oder zum Selbstlernen – mit kurzen Impulsen, Reflexionsfragen und Werkzeugen für den Nachmittag.

6 Bausteine à 45–60 Minuten für Teamsitzungen, Studientage oder Einarbeitung neuer Kolleg:innen · passend zum Kinderheft „Mein OGS-Tag mit Brainy“.

Überblick

Sechs Bausteine für ein Team, das dieselbe Sprache spricht

In der OGS arbeiten Menschen mit sehr unterschiedlichen Ausbildungen zusammen – Erzieher:innen, Sozialpädagog:innen, Ergänzungskräfte, Quereinsteiger:innen, Studierende. Dieses Heft gibt dem Team eine gemeinsame Sprache (Barometer und kLAR) und konkrete Absprachen für die schwierigsten Momente des Nachmittags.

Baustein	Nach dem Baustein kannst du ...
1 Barometer & kLAR	... den Zustand eines Kindes mit fünf Farben einschätzen und bei Gelb/Orange die vier kLAR-Schritte anwenden.
2 Übergang Schule → OGS	... ein Ankommens-Ritual gestalten und Informationen aus dem Vormittag strukturiert übernehmen.
3 Hausaufgabenbetreuung	... Kinder beim Starten unterstützen, ohne vorzusagen, und Grenzen der Hausaufgabenzeit klar kommunizieren.
4 Konflikte & Deeskalation	... Streit im Freispiel moderieren und bei Rot sicher handeln (Feuerwehr-Protokoll).
5 Schule & Eltern	... Übergaben knapp und wertschätzend gestalten und Tür-und-Angel-Gespräche gut führen.
6 Selbstfürsorge	... eigene Belastungssignale erkennen und im Team Entlastung organisieren.

SO ARBEITEST DU MIT DEM HEFT

- Jeder Baustein hat: **Impuls** (lesen, 5 Min.) – **Reflexion** (allein, 10 Min.) – **Werkzeug** (ausprobieren) – **Team-Vereinbarung**.
- Die Aufgaben sind markiert: **EINSTIEG** für alle, **VERTIEFUNG** für Erfarene, **TEAM** zum gemeinsamen Bearbeiten.
- Was du allein aufschreibst, bleibt bei dir. Im Team wird nur geteilt, was du teilen möchtest.

Kurz-Theorie

Worauf die Bausteine aufbauen

CO-REGULATION

Kinder lernen Selbstregulation durch Erwachsene, die Wärme, Struktur und Strategien anbieten. Je belasteter ein Kind, desto mehr Unterstützung von außen braucht es (Rosanbalm & Murray, 2017). → Bausteine 1, 2, 4

GEFÜHLE BENENNEN

Das Benennen eines Gefühls („affect labeling“) senkt die Aktivität der Amygdala (Lieberman et al, 2007). Ein Satz wie „Du bist gerade richtig wütend“ ist deshalb schon Deeskalation. → Baustein 4

SELBSTSTÄNDIGKEIT BEI HAUSAUFGABEN

Unterstützung der Selbstständigkeit hängt eher mit guten Ergebnissen zusammen als Kontrolle oder Vorsagen (Patall, Cooper & Robinson, 2008). → Baustein 3

BELASTUNG IM PÄDAGOGISCHEN ALLTAG

Burnout entsteht nach Maslach und Leiter vor allem aus einem dauerhaften Missverhältnis zwischen Person und Arbeitsbedingungen – etwa bei Arbeitsmenge, Kontrolle, Anerkennung, Gemeinschaft, Fairness und Werten. Team-Absprachen setzen an mehreren dieser Bereiche an (Maslach & Leiter, 2016). Soziale Unterstützung wirkt zudem als Puffer gegen Stress (Cohen & Wills, 1985). → Baustein 6

BETEILIGUNG

Kinder haben nach Art. 12 UN-Kinderrechtskonvention das Recht, gehört zu werden. Ein Kinderrat ist dafür ein erprobtes Format (siehe Kinderheft). → Bausteine 4, 5

Vollständige Quellen am Ende des Heftes. Das Heft ersetzt keine Supervision oder Kinderschutz-Fachberatung.

Barometer & kLAR

Eine gemeinsame Sprache für das ganze Team

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann den Zustand eines Kindes mit fünf Farben einschätzen.
- ☐ Ich kann bei Gelb und Orange die vier kLAR-Schritte anwenden.

Grün

Stabil, lernbereit, spielt mit.

Gelb

Angespannt, gereizt – gut erreichbar.

Orange

Dysreguliert: Schreien, Weglaufen, Tränen → kLAR.

Rot

Akute Krise, Gefahr → Feuerwehr-Protokoll.

Grau

Erschöpft, leer, zieht sich zurück → erst beobachten.

K

Kontakt & Sicherheit

Auf Augenhöhe, ruhige Stimme, Sicherheit zuerst.

L

Leise & Langsam

Stimme senken, Tempo raus, Pausen aushalten.

A

Anerkennung & Atmen

Gefühl benennen, gemeinsam durchatmen.

R

Reizreduktion & Rückzug

Publikum weg, Rückzugsort anbieten.

1

Denk an ein Kind aus deiner Gruppe (ohne Namen). Woran erkennst du, dass es von Grün auf Gelb wechselt?

EINSTIEG

2

Welcher kLAR-Schritt fällt dir im Nachmittagstrubel am schwersten? Warum?

VERTIEFUNG

3

Team-Vereinbarung: Wo hängt bei uns das Barometer? Wie zeigen die Kinder ihre Farbe?

TEAM

Die ersten 15 Minuten entscheiden viel

- ☐ Ich kann ein Ankommens-Ritual gestalten.
- ☐ Ich kann Informationen vom Vormittag strukturiert übernehmen.

Begrüßen
Jedes Kind wird mit Namen begrüßt – kurz, freundlich.

Farbe zeigen
Barometer-Check: Magnet, Klammer oder Handzeichen.

Auflanken
Trinken, Snack, 5 Minuten ohne Anforderung.

Übergabe
Was muss ich vom Vormittag wissen?

1 Wie läuft das Ankommen bei euch heute? Was klappt, was nicht? **EINSTIEG**

Kind (Kürzel)	Farbe am Vormittag	Wichtig für heute	Von wem?

2 Wie kommt die Information vom Vormittag zu euch? Was fehlt euch oft? **VERTIEFUNG**

3 Team-Vereinbarung: Unser Ankommens-Ritual in 3 Schritten. TEAM



© 2026 **KLARTEXT-Mentoring** · Anja Jolk · info@klartext-mentoring.de · www.klartext-mentoring.de

Hausaufgabenbetreuung

Begleiten statt vorsagen

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann Kinder beim Starten unterstützen, ohne vorzusagen.
- ☐ Ich kann Grenzen der Hausaufgabenzeit klar kommunizieren.

1

Ein Schritt. Nicht fünf.

Gemeinsam den allerkleinsten ersten Schritt finden.

2

Starten lassen

Kurz daneben bleiben, dann Abstand nehmen.

3

Abhaken & loben

Konkret loben: „Du hast allein angefangen.“

4

Grenze

Nach der vereinbarten Zeit ist Schluss – Rückmeldung an Eltern/Schule.

Was du sagen kannst

Statt ...	... lieber
„Das ist doch ganz einfach.“	„Das sieht nach viel aus. Was ist der erste kleine Schritt?“
„Gib her, ich zeig's dir.“	„Wie würdest du anfangen? Ich schau gleich wieder vorbei.“
„Jetzt konzentrier dich mal!“	„Du bist auf Gelb, oder? Kurz trinken, dann weiter.“
„Das ist falsch.“	„Schau dir die Aufgabe nochmal an. Was fällt dir auf?“

1

Welche Kinder brauchen bei euch am meisten Hilfe beim Starten? Was brauchen sie konkret?

EINSTIEG

2

Wo ist bei euch die Grenze der Hausaufgabenzeit – und wer sagt es den Eltern?

VERTIEFUNG

3

Team-Vereinbarung: So melden wir der Schule zurück, wenn Hausaufgaben regelmäßig nicht schaffbar sind.

TEAM

Konflikte & Deeskalation

Vom Streit im Freispiel bis zur Krise

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann Streit zwischen Kindern moderieren.
- ☐ Ich kann bei Rot sicher und ruhig handeln.

Streit moderieren: die 4 Streit-Schritte

1**Stopp**

Trennen, durchatmen lassen.

2**Erzählen**

Jedes Kind erzählt, die anderen hören zu.

3**Gefühle**

„Wie geht es dir damit?“

4**Lösung**

Beide müssen einverstanden sein.

Die Kinder kennen diese Schritte aus ihrem Heft. Du moderierst – du entscheidest nicht, wer „schuld“ ist.

Bei Rot: Feuerwehr-Protokoll

Bei akuter Krise, Panik, Dissoziation oder Gefahr ersetzt das Feuerwehr-Protokoll das kLAR-Modell vollständig: **1. Sicherheit herstellen** (Abstand zur Gruppe, ruhigen Ort aufsuchen, körperliche Sicherheit prüfen) · **2. Kontakt halten** (ruhige Stimme, wenig Worte: „Ich bin hier. Du bist sicher.“) · **3. Regulieren lassen** (kein Erklären, kein Diskutieren) · **4. Fachkraft/Leitung informieren** · **5. Nachgespräch – viel später**, erst wenn das Kind vollständig reguliert ist. Bei unmittelbarer Gefahr: Notruf 112 bzw. 110.

1

Welche Konflikte kommen bei euch am häufigsten vor? Wann und wo? **EINSTIEG**

2

Denk an eine Situation, die eskaliert ist. Welcher kLAR-Schritt hätte früher helfen können? **VERTIEFUNG**

3

Team-Vereinbarung: Wer holt wen, wenn ein Kind auf Rot ist? Wo ist der Notfallplan? **TEAM**

Zusammenarbeit mit Schule & Eltern

Kurz, klar, wertschätzend

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann Übergaben knapp und wertschätzend gestalten.
- ☐ Ich kann Tür-und-Angel-Gespräche gut führen.

Tür-und-Angel-Gespräche beim Abholen



Mit etwas Gutem beginnen

„Heute hat Mia beim Aufräumen geholfen.“



Eine Sache

Nur ein Thema – der Rest gehört in ein Gespräch mit Termin.



Nicht vor anderen

Schwieriges nicht vor anderen Eltern oder Kindern.



Termin anbieten

„Lass uns dazu in Ruhe sprechen – wann passt es dir?“

1

Welche Informationen brauchen Eltern von euch – und welche nicht beim Abholen?

EINSTIEG

2

Wie erfährt die Schule, was am Nachmittag passiert ist? Was läuft gut, was fehlt?

VERTIEFUNG

Unser Kontaktweg

Thema	Mit wem?	Wie? (Zettel, Postmappe, Messenger der Schule, Telefon)	Bis wann?
Alltägliches			
Hausaufgaben			
Konflikte / Vorfälle			
Sorgen / Kinderschutz			

3

Team-Vereinbarung: Wer ist bei uns Ansprechperson für die Schule?

TEAM

Selbstfürsorge im Team

Nur wer selbst auf Grün ist, kann co-regulieren

DARUM GEHT ES HIER

- ☐ Ich kann meine eigenen Belastungssignale erkennen.
- ☐ Ich kann im Team Entlastung organisieren.

1

Mein eigenes Barometer: Woran merke ich, dass ich auf Gelb oder Orange bin?

EINSTIEG

Farbe

Das merke ich an mir

Das hilft mir

Gelb

Orange

Grau

2

Wo fühlst du dich im OGS-Alltag gut unterstützt, wo nicht? Denk an: Arbeitsmenge · Mitsprache · Anerkennung · Team · Fairness · Werte.

VERTIEFUNG

Entlastung im Team



Ablösen

Ein Codewort, wenn jemand kurz raus muss: „Kannst du mal übernehmen?“



5-Minuten-Pause

Feste Mini-Pausen im Dienstplan.



Fallbesprechung

Schwierige Situationen gemeinsam anschauen, nicht allein tragen.



Anerkennung

Einmal pro Woche: Was lief gut? Wem danke ich?

3

Team-Vereinbarung: Welche eine Entlastung führen wir ab nächster Woche ein?

TEAM



Pausen-Station

Auch für Erwachsene: 1 Minute atmen oder bewegen – ohne Anmeldung.

[Pausen-Station öffnen](#)

Fallbesprechung in 20 Minuten

Kollegiale Beratung für schwierige Situationen

Wenn ein Kind oder eine Situation das Team immer wieder beschäftigt, hilft ein fester Ablauf. Eine Person bringt den Fall ein, eine moderiert, die anderen beraten.

Phase	Zeit	Was passiert?
1 · Fall schildern	4 Min.	Die fallgebende Person erzählt – ohne Unterbrechung. Kind nur mit Kürzel.
2 · Nachfragen	3 Min.	Nur Verständnisfragen, noch keine Tipps.
3 · Barometer-Blick	3 Min.	In welcher Farbe ist das Kind meist in dieser Situation? Welche Frühwarnzeichen gibt es?
4 · Ideen sammeln	6 Min.	Alle nennen Ideen. Die fallgebende Person hört nur zu und schreibt mit.
5 · Auswählen	3 Min.	Die fallgebende Person wählt 1–2 Ideen aus und sagt, was sie ausprobiert.
6 · Abschluss	1 Min.	Termin zum Nachschauen festlegen.

1 Mein Fall (Kürzel, kurze Beschreibung): **EINSTIEG**

2 Ideen aus dem Team: **TEAM**

3 Das probiere ich aus – bis wann: **VERTIEFUNG**



Kinderschutz: Wenn in der Fallbesprechung gewichtige Anhaltspunkte für eine Kindeswohlgefährdung auftauchen, gilt das Schutzkonzept eures Trägers (§ 8a SGB VIII): Leitung informieren und eine insoweit erfahrene Fachkraft hinzuziehen.

Neu im Team

Checkliste für die ersten zwei Wochen

Neue Kolleg:innen, Ergänzungskräfte und Praktikant:innen brauchen schnell Orientierung. Diese Liste hilft, nichts Wichtiges zu vergessen.

Thema	Erklärt von	Erledigt
Barometer und kLAR (Baustein 1) – wo hängt das Barometer?		☐
Tagesablauf und Ankommens-Ritual (Baustein 2)		☐
Regeln der Hausaufgabenzeit (Baustein 3)		☐
Streit-Schritte und Feuerwehr-Protokoll bei Rot (Baustein 4)		☐
Notfallplan, Erste Hilfe, Notrufnummern, Abholberechtigungen		☐
Kinderschutzkonzept und Ansprechperson		☐
Kontaktwege zu Schule und Eltern (Baustein 5)		☐
Kinder mit besonderem Unterstützungsbedarf (nur Nötiges, Kürzel)		☐
Kinderrat: wann, wo, wer begleitet?		☐
Entlastung im Team: Codewort, Pausen (Baustein 6)		☐
1 Was hätte ich mir an meinem ersten Tag gewünscht? (Für erfahrene Kolleg:innen) VERTIEFUNG		

Unsere Team-Vereinbarung

Das haben wir als OGS-Team festgelegt

OGS / Standort:

Datum: _____

Baustein	Unsere Vereinbarung	Wer achtet darauf?
1 Barometer & kLAR		
2 Ankommen		
3 Hausaufgaben		
4 Konflikte & Rot		
5 Schule & Eltern		
6 Selbstfürsorge		

Überprüfen am: _____ Unterschriften: _____

Quellen & mehr

Originalquellen und weiterführendes Material

QUELLEN

- Cohen, S. & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Lieberman, M. D., Eisenberger, N. I., Crockett, M. J., Tom, S. M., Pfeifer, J. H. & Way, B. M. (2007). Putting feelings into words: Affect labeling disrupts amygdala activity in response to affective stimuli. *Psychological Science*, 18(5), 421–428.
- Maslach, C. & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111.
- Patall, E. A., Cooper, H. & Robinson, J. C. (2008). Parent involvement in homework: A research synthesis. *Review of Educational Research*, 78(4), 1039–1101.
- Rosanbalm, K. D. & Murray, D. W. (2017). *Caregiver co-regulation across development: A practice brief* (OPRE Brief #2017-80). Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services.
- Vereinte Nationen (1989). Übereinkommen über die Rechte des Kindes (UN-Kinderrechtskonvention), Artikel 12.

PASSEND DAZU

Mein OGS-Tag mit Brainy

Das Kinderheft zu diesem Teamheft: Ankommen, Hausaufgaben, Streit klären, Kinderrat – mit Urkunde und Elternbrief.

Mehr Material

Freebies, Begleithefte und das komplette KLARTEXT-System:

www.klartext-mentoring.de



Über KLARTEXT-Mentoring: Entwickelt von Anja Jolk aus der Praxis von Schulbegleitung und Pädagogik – klar, warm, menschlich.

Nutzungsrecht: Die Kopiervorlagen dürfen für die eigene Gruppe vervielfältigt werden. Weitergabe, Veröffentlichung oder Upload auf andere Plattformen sind nicht gestattet.