Übung 19 Wir haben alle unsere eigenen Stärken

Ziel: Das Selbstwertgefühl jedes einzelnen Kindes stärken. Kinder mit einem guten Selbstwertgefühl können Streit besser gewaltfrei lösen.

Überblick

Dauer	45 – 60 Minuten
Methode	Origami, Selbstbesinnung, Austausch
Material	– bunte Papierbögen als Klassensatz (20 cm x 20 cm) – kleine Zettel (pro Kind 10 Stück)

Dreischritt bei gruppendynamischen Übungen

1. Vorgespräch
2. Durchführung
3. Abschlussgespräch

1 Vorgespräch

Verhaltensregeln

Beispielformulierung:

– *„Dies wird eine ruhige Übung. Wir werden basteln und auch schreiben. Was benötigen wir dafür, dass wir ein ruhiges Arbeitsklima haben?“*

Beispiele für mögliche Antworten:

– **„Ich halte mich an die Gesprächsregeln.“**

– **„Ich konzentriere mich ganz auf mich.“**

Inhalt

Vorbereitung

Jeder Schüler bekommt einen Papierbogen und 10 kleine Zettel.

Beschreibung

Die Schülerinnen sitzen an ihrem Platz und haben das Material vor sich.

Beispielformulierung:

– *„Nun werden wir erst eine kleine Box basteln und uns dann mit unseren Stärken beschäftigen. Überlege doch schon mal für dich, was du wirklich gut kannst!“*

② Ablauf

Sie leiten die Klasse an, die „Stärken-Box“ zu basteln.

Wie das geht, sehen Sie hier: **www.youtube.com/watch?v=JK5Ni5_WEM4** („Easy Origami Box“).

Wenn jede Schülerin und jeder Schüler eine Box hat, dürfen sie auf die Zettel schreiben, was sie gut können. Diese Zettel werden in die Box gelegt.

Jedes Kind schreibt seinen Namen auf die Box.

Nun findet sich die Klasse im Stuhlkreis zusammen, in deren Mitte alle Stärke-Boxen stehen. Nun nimmt sich jeder Schüler eine Box, die nicht seine ist.

Jetzt geht es reihum.

Beispielformulierung:

– *„Bitte ziehe einen Stärke-Zettel. Nenne nun den Namen der Besitzerin der Box und lies dann ihre Stärke vor. Danach bitte ich um Applaus!“*

Beispielformulierung für den Schluss:

– *„So viele Stärken haben wir in unserer Klasse! Vieles wusste ich noch gar nicht. Wie schön, dass wir diese Übung gemacht haben.“*

⊕ Varianten

Anstatt im Plenum die Stärken von anderen Kindern vorlesen zu lassen, können Sie die Kinder auf ihre eigene Stärken-Box präsentieren lassen.

Hinweis: Bitte haben Sie bei dieser Übung jedes Kind gut im Auge und unterstützen es. Manchen Schülerinnen fällt es schwer, ihre Stärken zu benennen. Fertigen Sie auch eine eigene Stärken-Box für sich an und machen Sie bei der Übung mit. Auch Ihre Stärken verdienen einen Applaus von der Klasse und Sie treten in Kontakt mit der Gruppe- stärken somit auch die Beziehung zu Ihren Schülerinnen und Schülern.

③ Abschlussgespräch

Mögliche Fragen zum Ablauf:

– *„Gab es etwas, was dich gestört hat?“*

Mögliche Fragen zum Inhalt der Übung:

– *„Wie war es für dich, eine Stärke von dir zu hören? Hast du etwas Neues erfahren? Möchtest du der Klasse noch etwas sagen?“*

Zum Schluss: Loben Sie die Klasse für die gute Atmosphäre während der gemeinsamen Zeit und für das prosoziale Verhalten bei der Übung.