Nachbereitung zu Theaterstück „Krass – Hauptsache Radikal“:

Arbeitsauftrag und Beschreibung:

Selbstbestätigungsintervention durch kreatives Schreiben - *Naris Spezialauftrag*

Vorbemerkung zur Aufgabenstellung:

Selbstbestätigungsinterventionen können Bedrohungsgefühle in Prüfungssituationen vermindern. Denn die Betroffenen werden befähigt, positive Emotionen und Quellen des Selbstwerts zu aktivieren; damit können die Interventionen Vermeidungsstrategien entgegenwirken, die beispielsweise in Fällen von (empfundener oder tatsächlicher) Stereotypisierung, als Schutzmechanismus entwickelt werden.

Wenn die betreffenden Personen sich einer Herausforderung gegenübersehen, sollen sie das Gefühl haben können, „gut genug zu sein“.

Dazu können sie im Prinzip aus vielen ihrer persönlichen Eigenschaften, Werte, Interessen und positiven Erfahrungen schöpfen und sich z.B. bewusst machen, dass das erlebte Bedrohungsgefühl nur einen kleinen Teil ihrer gesamten Identität betrifft. Das Selbstwertgefühl eines Menschen und seine Selbstwirksamkeit – also die Überzeugung, Herausforderungen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können – speisen sich aus vielen sozialen Rollen und Identitäten.

Die positive, nachhaltige Wirkung von Selbstbestätigungsinterventionen ist empirisch erforscht und belegbar (vgl. untenstehende Quelle). Die folgende Aufgabenstellung bezieht sich auf aktuelle Forschung und wurde lediglich angepasst.

Rahmengeschichte: Nari wurde von einer außerirdischen Schülerzeitung damit beauftragt, einen Artikel über die Jugendlichen auf der Erde zu schreiben. Leider ist Nari noch nicht so gut darin, selbst Artikel zu verfassen, und bittet deshalb die Schülerin bzw. den Schüler darum, den Text zu schreiben. Am Ende ist Nari begeistert darüber, einen fertigen Artikel mit nach Hause nehmen zu können und dafür womöglich einen Preis zu erhalten, und bedankt sich bei dem Schüler bzw. der Schülerin für die Unterstützung.

Vorgehen:

Schritt 1: Fragen Sie die Jugendlichen zuerst danach, was ihnen im Leben wichtig ist und was sie gern machen. Dann erhalten sie eine Werte-Liste und sollen darin die zwei für sie wichtigsten Dinge ankreuzen (Liste 1 / siehe Anhang):

! Wichtig

Betonen Sie dabei besonderes, dass es um „Werte“ gehen soll, die den SuS **persönlich** wichtig sind (intrinsisch), nicht etwa von außen beeinflusst (beispielsweise durch die Eltern, extrinsisch).

Betonen Sie zudem, dass Fehler (grammatikalisch, sprachlich, ect.) bei diesem Aufsatz nicht wichtig sind, sondern nur der Inhalt zählt.

Weisen Sie ebenfalls darauf hin, dass der Aufsatz nur mit der entsprechenden Erlaubnis der SuS von Ihnen gelesen wird. Die Einforderung der Aufsätze könnte möglicherweise darin resultieren, dass einige SuS ihre persönlichen Werte nicht offenlegen möchten. Dies wäre jedoch in Hinblick auf die Selbstbestätigungsintervention kontraproduktiv. Ebenfalls ist es ratsam, die Aufsätze im Falle einer „Leseerlaubnis“ nicht zu korrigieren.

Schritt 2: Fragen Sie die Jugendlichen danach, warum ihnen diese Dinge wichtig sind oder warum sie sie gern machen. Die SuS sollen jeweils sieben Begriffe nennen, die ihnen spontan zu den gewählten Werten einfallen. Dies kann innerhalb einer Gruppendiskussion stattfinden.

Schritt 3: Schließlich sollen die SuS einen kurzen Aufsatz über die beiden Dinge schreiben, die sie ausgewählt haben, und dabei die vorher assoziierten Begriffe einbauen.

Schritt 4: Die Aufgabe endet mit drei selbstbestätigenden Fragen. Bitten Sie die SuS, diese drei Fragen an das Ende / auf die Rückseite des Aufsatzes – zusammen mit der Frage „Stimmst du den folgenden Aussagen zu?“ zu schreiben:

„Stimmst Du den folgenden Aussagen zu?“

1. Wenn ich an diese beiden Dinge denke, bin ich glücklich und zufrieden.

2. Wenn ich mich in einer schwierigen Situation befinde, können mir diese beiden Dinge helfen.

3. Diese beiden Dinge machen mich zu einem besonderen und liebenswerten Menschen, der Anerkennung verdient.

Die Fragen sollen nicht schriftlich, sondern im Stillen für sich, von den SuS beantwortet werden. Sie dienen dazu den Zweck der Selbstbestätigungsintervention nachhaltig zu stärken und den Jugendlichen Möglichkeiten aufzuzeigen auf ihre persönlichen Ressourcen zurückzugreifen und diese in Krisensituation zu nutzen. Wenn gewünscht, kann es Teil der Aufgabe sein die Aufsätze in Form eines „Werte-Bekenntnisses“ / einer „Ressourcen / Werte-Urkunde“ ect. schön zu gestalten.

Zielgruppe:

Die Aufgabe ist in dieser Form ausgerichtet auf SuS der achten Jahrgangsstufe in Gymnasien sowie der achten und neunten Jahrgangsstufe in Mittel- und Realschulen.

Transfer zu anderen Schularten und Jahrgangsstufen:

In der zehnten Jahrgangsstufe kann (je nach Klassenniveau) der Zwischenschritt 2 ausgelassen werden und direkt zu Schritt 3 übergegangen werden (Realschule). Je nach Klassenniveau kann ebenfalls die „Werte-Liste“ nicht vorgegeben werden (Gymnasium). Die Gestaltung unterliegt jedoch letzten Endes Ihrer Einschätzung des Klassenniveaus und kann entsprechend angepasst werden.

In der Oberstufe kann die „Werte-Liste“ entweder nicht vorgegeben werden, sondern als Themenkomplex im Klassenverband vorab erarbeitet bzw. erörtert werden. Dabei spielen Fragen wie beispielsweise „Was sind Werte?“, „Was bedeuten mir Werte?“, „Wie kann man mit unterschiedlichen Werten umgehen?“ ect. eine Rolle. Die daraus entstehende „Werte-Liste“ enthält in der Regel abstraktere Begrifflichkeiten als in Liste 1 vorgegeben. Als Anhaltspunkt kann die angefügte Auflistung dienen (Liste 2, siehe Anhang), aus welcher Sie ebenfalls einzelne Werte herausgreifen und vorgeben können.

Während in niedrigeren Stufen die Rechtschreibung bewusst und ausgewiesener Weise nicht relevant sein sollte, können Sie in höheren Stufen / im Gymnasium entscheiden ob dabei eine korrekte Rechtschreibung von Relevanz sein sollte. In Hinblick auf die Wirkung der Selbstbestätigungsintervention ist dies jedoch ebenfalls nicht anzuraten.

In höheren Stufen muss die Einbettung in die Rahmengeschichte (Naris Auftrag) nicht erfolgen bzw. kann in angepasster Art und Weise erfolgen.

Quelle:

Berliner Institut für empirische Integrations- und Migrationsforschung (BIM)/Forschungsbereich beim Sachverständigenrat deutscher Stiftungen für Integration und Migration (SVR-Forschungsbereich) 2017: Vielfalt im Klassenzimmer. Wie Lehrkräfte gute Leistung fördern können, Berlin

https://www.svr-migration.de/wp-content/uploads/2017/07/SVR_FB_Vielfalt_im_Klassenzimmer.pdf

Anhang:

Liste 1:

8. / 9. / 10. Jahrgangsstufe Mittelschule; 8. / 9. Jahrgangsstufe Gymnasium

Sport machen

Malen oder Basteln

Handwerken/Technik

mir neue Dinge ausdenken

frei sein/machen, was ich möchte

jeden Moment genießen

zu einer Gruppe dazugehören (z. B. AG, Verein, Schulklasse ect.)

Musik hören oder Musik machen

anderen Leuten helfen

meine Familie und meine Freunde

mein Glaube/Religion

Leute zum Lachen bringen

mich für Politik interessieren/politisch aktiv sein

(beliebig erweiterbar)

Liste 2:

10. Jahrgangsstufe & Oberstufe / Gymnasium

1. Akzeptanz
2. Angemessenheit
3. Anpassungsfähigkeit
4. Anstand
5. Aufgeschlossenheit
6. Ausgeglichenheit
7. Beharrlichkeit

8. Bescheidenheit
9. Bindung
10. Dankbarkeit
11. Demut
12. Direktheit
13. Disziplin
14. Effizienz
15. Ehre
16. Ehrgeiz
17. Ehrlichkeit
18. Eifer
19. Eigenständigkeit
20. Einsichtigkeit
21. Fairness
22. Familie
23. Flexibilität
24. Freiheit
25. Furchtlosigkeit
26. Gehorsam
27. Gelassenheit
28. Genauigkeit
29. Genügsamkeit
30. Gerechtigkeit
31. Glaube
32. Hilfsbereitschaft
33. Höflichkeit
34. Integrität
35. Korrektheit
36. Kreativität
37. Leidenschaft
38. Leistung

39. Loyalität
40. Mäßigung
41. Milde
42. Mitgefühl
43. Mut
44. Nächstenliebe
45. Neugier
44. Offenheit
45. Perfektion
46. Pflicht
47. Privatsphäre
48. Respekt
49. Revolution
50. Selbstbeherrschung
51. Selbstlosigkeit
52. Solidarität
53. Sorgfalt
54. Treue
55. Überzeugung
56. Unvoreingenommenheit
57. Vergnügen
58. Vertrauen
59. Wahrheit
60. Widerstandsfähigkeit
61. Zugehörigkeit

(kann beliebig erweitert werden / vollständige Liste siehe: http://stevepavlina.de/werte-liste)