

## MODUL 3

In diesem Modul führt man das Verfahren des „Wohlwollenden Hypothesisierens“ durch und die setzt sich mit Fremd- und Selbstbild auseinander.

Folgende Themen werden angesprochen:

- Auseinandersetzung mit der eigenen Wirkung auf andere durch Kleidung, Auftreten, Verhalten
- Diskussion über Fremd- und Selbstbild
- Einsicht in die unterschiedliche Bedeutung von Fremd- und Selbstwahrnehmung
- Kenntnis des Begriffs und der Inhalte des Jahori-Fensters
- Auseinandersetzung mit festgelegten (gesellschaftlichen Rollenbildern)
- Bewusstmachung der Typisierung von Menschen in Kategorien
- Kenntnis der gesellschaftlich- sozialen Festlegungen im Kleidungsstil

### 1. Einstieg über das Verfahren des Wohlwollenden Hypothesisierens



#### Alles wirkt - Wohlwollendes Hypothesisieren (ca. 10 Min.)

Übung für 4 bis 5 Teilnehmer

pro Teilnehmer: ca. 2 Minuten für die Beschreibung, ca. 2 Minuten Austausch über die Wirkung

#### Aufgabenstellung:

Partner A sitzt mit Rücken zur Gruppe auf einem Stuhl, die anderen gruppieren sich im Kreis und in passendem Abstand um die Person A, Partner B, C, D beschreiben in klaren, kurzen Sätzen, welche positiven Besonderheiten sie in Bezug auf Kleidung, Verhalten, Aussehen an der Person **wahrnehmen**, benennen **diese als erkennbare positive** Eigenschaften der Person und beschreiben die davon ausgehende Wirkung: Was nehme ich an der Person wahr? Wie wirkt es auf mich?

Formulierungshilfe: *Ich nehme wahr..., es wirkt auf mich....*

PA A: Nimmt Stellung zu den Hypothesen der Gruppenmitglieder:

- Wie war diese Situation für mich? *Positiv -negativ, bejahen verschiedener Aspekte*
- Was fand ich interessant? *Dass man z. B. meine modische Ausrichtung erkennt...*
- Was sehe ich auch so? *Ja, ich kleide mich gerne unauffällig, messe bestimmter Kleidung wenig Bedeutung bei...*

Möglicherweise auch eine Aussage darüber, ob mir Mutmaßungen zu weit gingen

Partner B, C, D: Wo lagen die Grenzen für die Betrachter?

*Vorsicht zeigen, um nichts Falsches zu sagen oder gar etwas Negatives*

*Mut zu haben, meine gemachten, oft unbewussten Einschätzungen auch zu benennen*

Wechsel bis jede Person 1x an der Reihe war.

**Gesamtdauer:** ca. 10 Minuten

### 2. Zusammenfassung im Unterrichtsgespräch

**Fragestellung:** In welchem Zusammenhang steht das **Wohlwollende Hypothesisieren**?

**Mögliche Antwort:** *Wir konstruieren/interpretieren in jeder Situation bewusst oder unbewusst das Verhalten einer anderen Person.*

**Fragestellung:**

- Welche Bedeutung hat das Konstruieren von verschiedenen Annahmen über eine Person im Alltag?
- Welche Bedeutung hat dies für unser eigenes Verhalten?
- Welche Folgen sind feststellbar?
- Welches Ziel steckt hinter dem wohlwollenden Hypothesisieren?

**Mögliche Antworten zur Bedeutung des Konstruierens:**

*Wir beschreiben uns (konstruieren) eine Wirklichkeit zu einer Person, mit den Eigenschaften, Auffälligkeiten, wie wir sie wahrnehmen können, d. h. nicht, dass die Person wirklich so ist, aber bestimmte Verhaltensweisen, Kleidung wirkt auf uns in einer bestimmten Weise;*

Diese **Folgen** sind für das eigene Verhalten feststellbar:

*Für Person selbst: Positiv, anregend, neue Gedanken, Blickweise auf sich selbst bekommen*

*Für Betrachter: Genau hinsehen auf die andere Person, überlegt formulieren, wie eine Besonderheit wirkt.*

Das **Ziel** dieses oft unbewussten Tuns ist:

*Beziehungen schaffen  
positive Wirkung erzielen, positive Atmosphäre schaffen  
Nachdenken über die eigene Wirkung*

**Überleitung:** Damit jeder Mensch mit einer offenen Haltung gegenüber einer anderen Person auftritt und mit ihr kommuniziert, ist eine positive Grundhaltung gegenüber dem Gesprächspartner oder der Partnerin erforderlich und hilfreich:

Diese Grundhaltung zeigt sich in der Aussage (vgl. [Präsentationsfolie 5](#)): **Ich bin okay, du bist okay**

Hinweis:

Die Transaktionsanalyse wurde 1957 von Eric Berne, einem amerikanischen Psychiater entwickelt. Sie ist ein auf der Psychoanalyse basierendes Modell der Persönlichkeit und der Interaktionen.

Die Transaktionsanalyse (TA) hilft, Kommunikation besser zu verstehen und das Verständnis für sich und andere zu erweitern.

### 3. Übung: Ich bin okay! Du bist okay!



3 Personen bilden eine Gruppe:  
Person A: spricht mit Person B,  
Person C: ist Beobachter des gezeigten Verhaltens beider Personen

**Aufgabenstellung:**

1 Minute lang wird etwas vollkommen Unwichtiges erzählt mit Hilfe der positiven Grundhaltung. Es wird auf das eigene Empfinden und die Reaktionen der Sprechenden geachtet.

Nach einer Minute wird getauscht, bis jede Person die verschiedenen Aufgaben durchlaufen hat. Die erfassten Wahrnehmungen werden nach jedem Tausch beschrieben.

**Dauer:** ca. 7 Minuten

**Überleitung:**

Um die unterschiedliche Wahrnehmung besser verstehen zu können, muss man sich mit der Bedeutung der Selbst- und Fremdwahrnehmung auseinandersetzen:

Um sich besser selbst erkennen zu können, muss man sich klar machen, wie fremd oder bewusst Wahrnehmungen sein können. Das ist mit Hilfe der Betrachtung des Jahori-Fensters ([Präsentationsfolie 6](#)) möglich:

### 4. Inhalte des Jahori-Fensters:

*Wir können teilweise nur wahrnehmen, was uns selbst bekannt ist; Wahrnehmungen sind nicht jeder Person gleichermaßen bekannt oder bewusst, manches ist nicht bewusst oder wurden von einem selbst noch nie so wahrgenommen wie z. B. das Stirnrunzeln, Augen verdrehen..*

**Aufgabenstellung:** Erklärung durch Schüler der unterschiedlichen Wahrnehmungen mit Hilfe des Jahori-Fensters ([Präsentationsfolie 6](#))

**Mögliche Antwort:**

*Es gibt Bereiche meines Lebens, die sind nur mir bekannt; ich bin in der Schule eine öffentliche Person, da sind bestimmte Verhaltensweisen allen in den schulischen Aufgaben bekannt;  
Es gibt Verhaltensweisen, denen ich mir nicht bewusst bin, aber anderen bewusst z. B. an der Nase kratzen, wenn ich unsicher bin, aber die anderen Personen sehe diese.*

### 5. Reflexion und schriftliche Zusammenfassung:

*Nicht alles wie meine Werte, Inhalte und Normen können von anderen erfasst werden. Auch bei jedem selbst besteht nicht immer eine völlige Bewusstheit über eigene Verhaltensweisen z. B. Nase rümpfen und die Wirkung auf andere*

### 6. Impuls zu kurzer Textarbeit – Zitat lesen und herausarbeiten.

Zitiert aus: Frau Freitag: *Chill mal*, Frau Freitag. Ullstein-Verlag 2001, S.146

Der Lehrer

„Der ist nicht gerade der Idealtyp von Lehrer, den ich mir für unsere Schüler vorstelle.

Er hat keine Spannkraft.

Gebeugte Haltung, seine Stimme ist leise und bricht manchmal weg. Seine Haare – kein erkennbarer Schnitt und leicht ungewaschen. Von Mode versteht er gar nichts:“

**Fragestellung:** Wie wird der Lehrer beschrieben?

- Oder wie wird die Kunstfigur aus dem gleichnamigen Film Barbie – Kleidung (allen sicherlich bekannt) beschrieben?
- Welche Eigenschaften werden insbesondere hervorgehoben?

**Dauer:** ca. 10 Minuten

**Mögliche Antworten:**

*Lehrer: Übertrieben ungepflegt, unachtsames Auftreten.... oft typisch für einseitige, stereotypische Charakterisierung einer Person  
Barbie: übertrieben alles ist in der Farbe Pink gehalten, wirkt oft naiv...*

**7. Aufgabenstellung:** Suche nach weiteren Beispielen im Bereich Kleidung, die zu Typisierungen führen können.

**Fragestellung:**

- Welche Bedeutung kann der Kleidung zugewiesen werden?
- Welche Kritikpunkte sind denkbar?

**Mögliche Antworten:**

*schwarze/weiße Kleidung: Trauer, Grufty, Beruf Arzt, unauffällige Farben: nicht gesehen werden wollen, ...  
Äußeres, Auftreten steht im Fokus und die Wirkung auf den Betrachter, der unterschiedliche Schlüsse zieht auf Grund der Farben, der Ordentlichkeit, Modernität,....*

**8. In der heutigen Zeit sind Kleidungsstile festgelegt worden**

**Aufgabenstellung:** Beschreibe unterschiedliche Merkmale von Kleidungsstilen, die sich an bestimmten Räumen oder Situationen orientieren.

**Mögliche Antworten:**

*Jeans, lässig, Anzugträger: konservativ, typische Berufskleidung: Krankenschwester, Arzt, Zimmermann, Kaminkehrer; angesagt durch Influencer*

**Fragestellung:**

- Wer trägt welche Kleidungsstücke bevorzugt?
- Was drückt das Tragen dieser Kleidung aus?
- Welche Gruppierung trägt bevorzugt welche Kleidungsstücke?

**Dauer:** 3 Minuten

**Weiterführende Links:**

<https://www.socko.de/familie/modetrends-teenager/>  
<https://www.textilwaren24.eu/magazin/rapper-style-und-hip-hop-mode/>

**Business:**

<https://www.dresscode.de/dresscodes/business/>  
<https://www.e-fellows.net/karriere/dresscode/business-casual-und-co>

**Business- Kleidung** Beschreibung: *Anzug, Krawatte, Stoffhosen, dunklere, gedeckte Farben*



**9. Aufgabenstellung: Kleidung in unterschiedlichen Situationen**

Anlegen einer Liste mit unterschiedlichen Situationen und denkbaren Kleidungsmöglichkeiten  
Darstellung der beiden Kategorien auf einem Plakat in Kleingruppenarbeit (3-4 Personen)

**Fragestellungen:**

- Wie kleidet man sich zu welchem Anlass?
- Welche Kleidungsstücke sind angemessen in verschiedenen Situationen?
- Wähle unterschiedliche Bereiche: Schüler, als Bewerber, im Praktikum, in der Freizeit....s.o.?

**Dauer:** 10 Minuten – Zusammenfassung in schriftlicher Form in Stillarbeit

**Fragestellung:**

- Was kann Kleidung ausdrücken?
- Was verdeutlicht der Träger, die Trägerin mit der jeweiligen Kleidung?

**Mögliche Antworten:**

- *Kleidung als Ausdruck der Individualität*
- *Kleidung als Teil der geschlechtlichen Zuordnung (rosa, blau, geschlechterneutral)*
- *Kleidung als Vorgabe durch Beruf und jeweilige Aufgabe*
- *Kleidung als Ausdruck von Zugehörigkeit oder Abgrenzung*
- *Kleidungsstil durch Kultur und Gesellschaft geprägt z. B. früher Korsett, Hosen....*

**Dauer:** 5 Minuten