# MODUL 4

Das Modul beschäftigt sich mit der eigenen Persönlichkeit: Ich bin Ich.

Diese Auseinandersetzung soll zu einem differenzierten Selbstbild führen mit Hilfe der unterschiedlichen Erkenntnisse.

Folgende Aspekte werden thematisiert:

* Auseinandersetzung mit Selbst- und Fremdbild unter Einbezug des Jahori-Modells
* Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Sichtweisen der Person, Verhaltensweise
* Kenntnis über die Inhalte des Werte- und Entwicklungsquadrats nach Schulz von Thun
* Bewusstsein über die eigenen Werte und Haltungen
* Bereitschaft über Vorbilder oder Influencer zu diskutieren
* Reflexion über die eigenen Werte, Vorstellungen, Wünsche, Ziele

1. **Einstieg:**

Ausgewählte Fotos zeigen Menschen mit unterschiedlicher Kleidung**,** aus unterschiedlichen Kulturkreisen, die verschiedenen Moderichtungen folgen (Punker, Dandy, elegante, ausgefallene oder nachlässige Kleidung...)

**Fragestellung:**

* Wie wirkt dieser Stil auf andere?
* Wie wirkt diese Kleidung in verschiedenen Situationen?
* Welche **positiven**, auffälligen Merkmale sehe ich?
* Wie wirken sie auf mich?

**Mögliche Antworten:** *Je nach Foto: eigentlich negativ, andersartiges Auftreten als ich kenne, eigenwillig, unüblich....*

Im Unterrichtsgespräch erfolgt die Auswertung zur eigenen Wahrnehmung.

**Fragestellung:**

* Was hat mir geholfen, die Person positiv wahrzunehmen bzw. neutral?
* Wie kann ich meine Wahrnehmung nicht abwertend beschreiben, sondern positiv formulieren?

**Mögliche Antworten:** *Meine positive Einstellung gegenüber der Person, ohne abzuwerten, wenn mir auch etwas nicht gefällt, dann vielleicht nicht genannt; möglichst offen auf die Person und das Äußere blicken und nicht zu weit gehen in meiner Beurteilung...*

**Dauer:** ca. 5-7 Minuten

**Überleitung:** Um dieses Vorgehen so zeigen zu können, ist es sinnvoll, als Grundlage die eigene, innere Haltung zu betrachten.

1. **Auseinandersetzung mit den Begriffen „Haltung“, „Einstellung“, „Werte“, um diese zu definieren, eventuell auch über Internet-**

**Recherche (siehe: Duden, Oxford Lexikon)**

**Fragestellung:**

* Was beinhaltet der Begriff „Haltung“?
* Wie kann man den Begriff „Einstellung“ beschreiben?
* Was sind „Werte“?
* Was sind „Werte“ unserer Gesellschaft bzw. verschiedener Gesellschaften?

**Mögliche Antworten:**

*Mit einem positiven bzw. negativen Empfinden ...,*

*wertfreie Haltung: ohne Vorbehalte gegenüber Personen, Situationen, Aussagen*

*Werte: festgelegt durch den Konsens in der Gesellschaft z. B. demokratisch handeln, aufgeklärt denken...*

**Fragestellung:**

* Welche Werte oder Vorgaben beschreiben meine eigene innere Haltung?
* Was ist **mir** wichtig?
* Welche Einstellung zeige ich gegenüber anderen?



**Aufgabenstellung in Stillarbeit:**

Notiere deine eigenen Werte auf das Blatt der Selbsterkenntnis

**Mögliche Antworten:** *Schule, Freunde, gut leben, nebenbei arbeiten für, nicht gemeinsein, freundlich, offen sein, frei sein, …*

1. **Überleitung zum Werte-Quadrat von Schulz von Thun**

Unterschiedliche Werte hat jeder Mensch internalisiert und diese stehen in einem sogenannten Wirkverhältnis, das im Werte-Quadrat von

Schulz von Thun (**Präsentationsfolie 7**) in den verschiedenen Ausprägungen erkennbar wird.

**Aufgabenstellung:**

* Beschreibe die unterschiedlichen Werte.
* Erkläre deren Wirkung über das Werte-Quadrat von Schulz erkläre von Thun.

**Dauer:** ca. 2 Minuten

**Mögliche Antworten**: *Jede Eigenschaft kann positiv sein, übertrieben oder auch negativ wirken.*

**Weiterführender Link:** <https://www.schulz-von-thun.de/die-modelle/das-werte-und-entwicklungsquadrat>

**Aufgabenstellung in Stillarbeit**

**Arbeitsblatt verschiedene Emotionen und Verhaltensweisen** (**s. Material 4 Verhaltensweisen, Gefühle**)

* Wähle aus verschiedenen Verhaltensweisen, diejenigen aus, die dir bedeutsam sind.
* Ordne sie in die verschiedenen Kategorien nach Schulz von Thun ein.

**Mögliche Antworten:**

*Lässig- nachlässig -angespannt - konzentriert*

*Erwartungsvoll – aufgeregt - .....*

**Aufgabenstellung:**

* Diskutiere in der Kleingruppe (2-4 Personen) ausgewählte Beispiele nach den verschiedenen Wirkweisen/Ausprägungen des Verhaltens.
* Belege die Aussagen anhand von konkreten Beispielen aus deinem Alltag.

**Mögliche Antworten:**

*Meine eigenen Werte können sowohl positiv als auch negativ im Umgang sein:*

*Freundlichkeit, Zurückhaltung, Distanzlosigkeit, alle Gefühle zeigen, Launenhaft sein, Abgrenzung,*

*Freundlichkeit – Feindlichkeit, Übertriebene Freundlichkeit, Aggressivität*

**Dauer:** ca. 7 min.

**Überleitung:** Die persönliche Sichtweise auf sich selbst ist oft unterschiedlich zur Perspektive einer anderen Person.

Man spricht von den Fachbegriffen Selbstsicht – Fremdsicht.

Dies können zwei unterschiedliche, divergierende oder auch übereinstimmende Sichtweisen auf die gleiche Person sein.

1. **Aufgabenstellung in Partnerarbeit:**



**So sehe ich mich – so sieht mich eine andere Person**

Das Arbeitsblatt **Eigenlob stimmt** (**Material 5**) wird von jeder Person selbst ausgefüllt.

Ein selbst gewählter Partner oder Partnerin füllt ebenfalls das Blatt aus.

**Dauer:** ca. 3 Minuten

**Aufgabenstellung nach dem Ausfüllen** beider Personen:

Es erfolgt ein Austausch über jeweils 2 – 3 selbst gewählte Aspekte nach folgenden Vorgaben:

* 2 Minuten: selbst Kennzeichen auswählen, die ich gut finde, über die ich nachfragen möchte.
* 2 Minuten: Partner auswählen lassen, welche Aspekte er/sie interessant findet
* 2 Minuten: gemeinsam diskutieren

Dann erfolgt das gleiche Prozedere für die zweite Person,

**Dauer:** ca. 10 Minuten

Dieser Austausch kann insoweit reflektiert werden, dass man die jeweilige Wahrnehmung allgemein beschreiben lässt.

**Fragestellung:**

* Wie hast du diese Auseinandersetzung mit den Beobachtungen deines Partners/deiner Partnerin wahrgenommen?
* Was hast du selbst an dir wahrgenommen?

**Mögliche Antworten:** *Die ausgewählten Aspekte haben völlig, teilweise, gar nicht übereingestimmt; ich habe mich so nicht gesehen,....*



1. **Aufgabenstellung**

In Stillarbeit werden auf das Blatt der Selbsterkenntnis **(s. Material 3, Arbeitsblatt Selbsterkenntnis)** verschiedene Aussagen über sich

selbst notiert, die auch in die Zukunft gerichtet sein dürfen.

**Fragestellung: Wie will ich sein?** **Wer will ich sein?**

* Welche positiven Eigenschaften und Verhaltensweisen will ich beibehalten?
* Was will ich verbessern?
* Was kann ich schon gut?

**(s. Material 3b, Arbeitsblatt Strategien zur Selbsterkenntnis)**

**Dauer:** ca. 5 Minuten

**Mögliche Antworten:** *Lässig, cool sein unauffällig, ordnungsgemäß, nicht zu viel Geld ausgeben....*

**Überleitung:** Oft brauchen wir Unterstützung, um zu wissen, wer wir sein wollen.

1. **Fragestellung:** **Welche Unterstützungsgruppen und Hilfen sind erforderlich?**

* Wer gibt mir Orientierung zu meinem Selbstbild?
* Wer sind meine Vorbilder?
* Wer sind meine Orientierungshilfen?
* Was gefällt mir an den Personen?
* Welchen Influencern folge ich?

**Mögliche Antworten:** *Meine Eltern, Freunde, Medien, Influencer, bekannte Persönlichkeiten und Vorbildern wie Martin Luther King,...*

**Dauer:** ca. 3 Minuten

1. **Abgrenzung der Begriffe: Vorbild oder Influencer**

Definition selbst verfassen oder online recherchieren zur Unterscheidung der Begriffe

Nach dem Verfahren: Think – Pair – Share

**Think:** ca. 3 Minuten individuelle Beschäftigung

Mögliche Antwort zur Unterscheidung der beiden Begriffe:

* ***Vorbild:*** *eine Person oder Sache die als idealisiertes Muster oder Beispiel betrachtet wird; Personen bieten eine Identifikationsmöglichkeit, die man nachahmen kann oder nachzuahmen versucht.*
* ***Influencer:*** *Bezeichnung für Multiplikatoren, mit starker Präsenz in den sozialen Medien zur Vermarktung von Produkten und Werbung für bestimmten Lebensstil;*

**Pair:** Kleingruppen – Austausch 3-4 Personen

**Dauer:** ca. 2 Minuten

**Share:** Mündliche Darstellung der wichtigsten Ergebnisse durch die Gruppe und Festhalten auf einem Plakat

**Dauer:** ca. 10 Minuten