

G Sich mit Geschlechterzuschreibungen kritisch auseinandersetzen**Das finde ich an mir gut**

Absicht:	über sich selbst etwas Nettes sagen, das eigene Selbstwertgefühl stärken.
Altersgruppe:	ab 1. Klasse
Anzahl:	nur die Mädchen / (nur die Jungen)
Zeitrahmen:	10 Minuten
Voraussetzung:	die Mädchen haben schon mehrere Übungen durchgeführt, in denen sie ermutigt wurden, Positives über sich selbst zu benennen.
Vorbereitung/Material:	Klangschale oder Triangel

Übungsablauf:

Die Mädchen überlegen, was sie an sich selbst gut finden. Sie entscheiden sich für einen positiven Satz über sich selbst (z.B.: Ich kann gut Ball spielen. Ich kann gut vorlesen. Ich habe schöne schwarze Haare. Ich trage eine Superhose. etc.) Nun gehen alle im Raum herum. Auf ein Zeichen (Triangel) stellen sich immer zwei Mädchen gegenüber und sagen sich, was sie an sich selbst gut finden. Dann gehen sie weiter. Auf ein erneutes Zeichen hin suchen sie sich eine neue Partnerin und sagen sich erneut den gleichen positiven Satz über sich selbst wie zuvor. Diese Vorgang wird – je nach Stimmung – vier bis fünf Mal wiederholt.

Auswertung:

Anschließend wird darüber gesprochen, wie es den einzelnen bei der Übung ergangen ist. Folgende Fragen könnten gestellt werden:
War es dir peinlich, etwas Positives über dich zu sagen?
Konntest du die Peinlichkeit überwinden? Wie?
Ist es „Angeben“, wenn du etwas Positives über dich sagst?
Was ist der Unterschied zwischen „Angeben“ und der Fähigkeit, über sich selbst etwas Positives sagen zu können?

Anmerkung:

Da es vor allem Mädchen oft sehr schwer fällt, etwas Positives über sich zu sagen (weil sie es manchmal noch nicht einmal über sich denken), muss damit gerechnet werden, dass einige Mädchen nicht mitmachen wollen. Diese setzen sich an den Rand und schauen zu. Die Erfahrung zeigt, dass sie sich der Übung anschließen, wenn sie gelegentlich in anderen Stunden wiederholt wird.

Fundort/Idee:

M. Wichniarz