



VisionWorks *for* Life

Kraftvolle Lösungen für das Leben



Modul 9

Ein Fehler ist ein Schritt zum Erfolg

“Der einzige wirkliche Fehler ist der, aus dem wir nichts lernen.”

John Powell, Komponist

Ziele

Am Ende dieses Moduls werden die Schüler:

- erkannt haben, dass es nicht hilft, sich schuldig zu fühlen, und dass uns dies davon abhält, die Lektion zu lernen
- verstanden haben, dass sie aus ihren Fehlern lernen können
- erkannt haben, dass sie ihre Einstellung wählen können und eine negative Einstellung in eine positive Einstellung ändern können
- zwei Akrostichons geschrieben haben die Wirkung dessen erfahren haben, sich für eine positive Einstellung zu entscheiden.

Notizen für Lehrer

Einheit 41 Aus unseren Fehlern lernen

Die nachfolgenden Sitzungen zu diesem Thema sollen zeigen, dass wir aus unseren Fehlern lernen können. Das Konstruktivste, was wir tun können, wenn wir etwas falsch gemacht haben, liegt darin, etwas daraus zu lernen und weiterzugehen. Sich schuldig zu fühlen, hilft niemandem und kann unser Selbstwertgefühl stark beeinträchtigen.

Die Gruppenarbeit und der Einsatz des Körpers beim Zeichnen, Schreiben und Zerreißen des Papiers in diesen Sitzungen werden Selbstbeschuldigungen auf symbolische Weise beseitigen.

Leite die Sitzung ein und teile die Schüler in Vierer- und Fünfergrüppchen auf.

Gehe das Beispiel durch und erkläre den Schülern dann die Aktivität mit dem Spinnennetz (Fadendiagramm). Betone, dass jeder in der Gruppe einen aktiven Beitrag leisten sollte. Erinnere die Schüler jedoch daran, nur Dinge zu offenbaren, mit denen sie sich wohlfühlen.

Diese Aktivität soll die Schüler nicht von ihrer Verantwortung für sich und ihr Handeln befreien. Es geht darum, die Schüler zu ermutigen, Verantwortung zu übernehmen und etwas daraus zu lernen, statt nur in Schuldgefühlen stecken zu bleiben.



Tipps zur Präsentation

Erzähle von einer persönlichen Erfahrung, bei der du einen Fehler gemachtest und wie du daraus gelernt hast.

Bevor es losgeht

Fasse die vorhergehende Sitzung zusammen:

Wut verbirgt eine andere Emotion. Wenn wir wütend sind, gibt es darunter eine andere Emotion, die wir lieber nicht fühlen möchten, also werden wir statt dessen wütend.

Dauer der Sitzung

1 zwanzigminütige Sitzung

Was du brauchen wirst

- ein Blatt Einwickel- oder Bastelpapier für jedes Vierer- oder Fünfer- grüppchen.

Was die Schüler brauchen werden

- sie arbeiten in Vierer- oder Fünfer- grüppchen zusammen
- Bunt- oder Filzstifte
- ihre Notizbücher

Schüleraktivität

Einheit 41 Aus unseren Fehlern lernen

Was du brauchen wirst

- ihr arbeitet in Vierer- oder Fünfergrüppchen zusammen
- Bunt- / Filzstifte
- dein Notizbuch



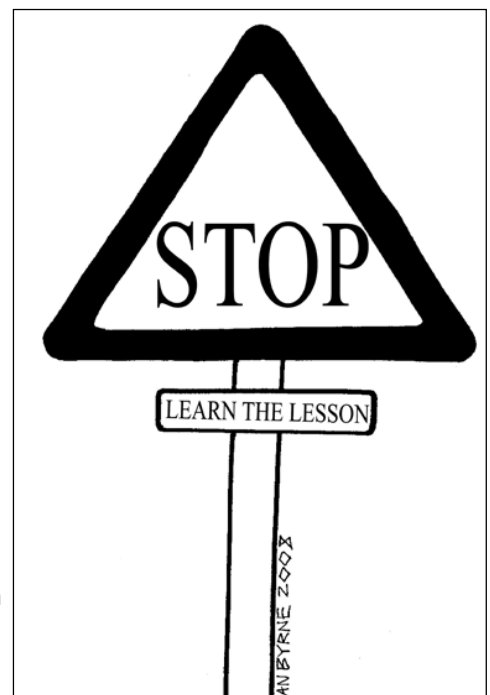
Die nachfolgenden Sitzungen zu diesem Thema sollen zeigen, dass wir aus unseren Fehlern lernen können.

Hast du kürzlich einen Fehler gemacht?
Machst du dir deshalb Vorwürfe? Tu das nicht!

Wenn wir uns schlecht über etwas fühlen, was wir getan oder versäumt haben, gesagt oder nicht gesagt haben, dann fühlen wir uns schuldig. Weil wir uns schlecht fühlen, bestrafen wir uns oftmals, indem wir im Stillen zu uns sagen, wie furchtbar wir doch sind. Weil wir über uns selbst das Urteil hegen, schlecht zu sein, verurteilen wir oftmals auch andere als „schlecht“ und sind unfreundlich zu ihnen.

Wichtig!

Jedes Mal, wenn wir einen Fehler machen, können wir etwas daraus lernen, statt uns schlecht über uns zu fühlen.



Zum Beispiel:

Sandra fühlt sich schuldig, als sie einen Stift aus dem Mäppchen ihrer Klassenkameradin klaut. Durch das schlechte Gefühl erkennt sie, dass sie etwas falsch gemacht hat. Sie denkt darüber nach und erkennt, dass sie nicht das Recht hat, jemanden zu beklauen, auch nicht ein anderes Kind. Sie weiß, dass sie einen Fehler gemacht hat und trifft die Entscheidung, nie wieder etwas zu nehmen, das jemand anderem gehört.

Schüleraktivität

Einheit 41 Aus unseren Fehlern lernen

Fortsetzung

Aktivität



Schreibt das Wort „SCHULD“ in die Mitte eines Blattes DIN-A1- oder DIN-A2-Papier.

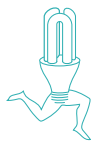
Schreibt oder zeichnet nun um das Wort herum wie in einem Spinnennetz (Fadendiagramm) so viele Beispiele wie möglich auf, von Ereignissen, deretwegen sich Personen aus eurer Gruppe jeweils schuldig gefühlt haben. Vergewissert euch, dass jeder ein Beispiel anbringt.

- Ich habe meine Mutter angeschrien.
- Ich habe jemanden schikaniert.
- Ich habe die Sporttasche eines Freundes versteckt.

Nutzt eure Vorstellungskraft, um das Blatt Papier so zu gestalten, dass es wirklich gut zum Ausdruck bringt, was es heißt, sich schuldig zu fühlen.

Konzentriere dich jetzt auf ein Beispiel, bei dem du leicht Zugang zu deinen Schuldgefühlen hat, um dir selber die Frage zu stellen, welche Lektion du wohl daraus lernen könnte statt dich schuldig zu fühlen. Schreib die Lektion in dein Notizbuch.

Wenn du mit der Übung in deiner Gruppe fertig bist, dann reiße das Stück Papier in winzige Stückchen und werfe sie in den Papierkorb. Das soll als Symbol dafür gelten, die Schuldgefühle loszulassen.



Abschlussgedanke

Sage still zu dir selbst: „Wenn ich einen Fehler mache, kann ich daraus lernen.“