



Lebenskompetenzen – Empathie, Selbstwahrnehmung - 1. Zyklus

## Ich bin da und ich wünsche mir...

### Zielgruppe

- 1. Zyklus

### Kompetenzen

- SuS lernen sich kennen und setzen sich mit den eigenen und fremden Wünschen für das kommende Schuljahr auseinander.

### Arbeits- und Sozialformen

- Marktplatz (Austausch Paare/Gruppen)
- Plenum
- Einzelarbeit

### Zeitfenster

- 2 Lektionen

### Vorbereitung/Material

- Packpapier, Flipchart, dicke Filzstifte



### WETTERFEST

STÄRKUNG DER LEBENSKOMPETENZEN ALS BASIS FÜR SUCHT-,  
GEWALT- UND SUIZIDPRÄVENTION IN KINDERGARTEN UND SCHULE

Praxisbeispiele für den Kindergarten und alle Schulstufen

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL  PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE

### Ablauf

Zeit	Inhalt	Material
30'	<p>Marktplatz</p> <p>SuS gehen im Raum umher. Auf ein Klatschen suchen sich alle einen Partner oder eine Partnerin und unterhalten sich über ausgewählte Themen.</p> <p>Nach jeder Frage wird gewechselt. Niemand darf sich zweimal mit derselben Person austauschen.</p> <p>Die Paare unterhalten sich zu ausgewählten Themen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine meiner Stärken ist ...</li> <li>• Eine meiner Schwächen ist ...</li> <li>• Was mich wütend macht ...</li> <li>• Worüber ich lachen kann ...</li> <li>• Für mich hört der Spaß auf, wenn ...</li> </ul> <p>Alternative</p> <p>Der Austausch kann auch in kleineren oder grösseren durch Zufall entstandenen Gruppen geschehen: Alle mit derselben Haarfarbe tauschen sich aus; alle, die dieselbe Augenfarbe haben; alle Mädchen, alle Jungen; alle mit demselben Lieblingsfach, alle, die gleich viele Geschwister haben...</p>	

Zeit	Inhalt	Material
20'	Abschluss im Plenum <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie war die Übung für mich?</li> <li>• Was habe ich über mich selbst erfahren, gelernt?</li> </ul>	
20'	Stummes Gespräch Auf je einen grossen Bogen Packpapier schreiben die SuS alles auf, was sie von sich selbst erwarten und welche Wünsche sie an die LP und an die Mitschüler/innen haben. Dabei darf nicht gesprochen werden.  Was ich mir in diesem Schuljahr wünsche: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Von mir selbst</li> <li>• Von den Mitschüler/innen</li> <li>• Von den Lehrpersonen</li> </ul>	3 grosse Bogen Packpapier, dicke Filzstifte
30'	Austausch im Plenum <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was fällt euch auf?</li> <li>• Welche Gemeinsamkeiten entdeckt ihr?</li> <li>• Welche Unterschiede stellt ihr fest?</li> <li>• Wie könnt ihr die Wünsche in die Tat umsetzen?</li> </ul> Die Umsetzungspläne werden auf Flipchart festgehalten und können dann in der Klasse zur Erinnerung aufgehängt werden.	Flipchart

### Quelle

- Wetterfest - Stärkung der Lebenskompetenzen als Basis für Sucht-, Gewalt- und Suizidprävention in Kindergarten und Schule. Deutsches Schulamt Bozen, Juni 2010. Seite 185. [Download](#) (19.11.2021).  
 Ausleihbar bei Berner Gesundheit: [www.bernergesundheit.ch/mediothek/](http://www.bernergesundheit.ch/mediothek/)