

# 1.2 Innensicht – Außensicht

## Ziel

Die S machen sich Gedanken zur Selbst- und Fremdwahrnehmung in Bezug auf ihre Person. Sie erkennen, dass das Selbst- und das Fremdbild voneinander abweichen können und dass das Fremdbild helfen kann, mehr über uns zu erfahren und uns persönlich weiterzuentwickeln. Es wird ihnen bewusst, dass die Kenntnis des Fremdbildes ebenso wichtig ist wie jene des Selbstbildes und dass sich beide gegenseitig beeinflussen. Dadurch werden sie hinsichtlich Selbstreflexion und Kritikfähigkeit gefördert.

2.–9. Kl.

30–45 Min.



Material:  
Personenumriss  
(Kopiervorlagen auf den  
Seiten 16 und 17).

Hinweise:

- Die Übung kann zu sehr persönlichen, vielleicht auch schmerzlichen Einsichten führen und muss von der LP behutsam begleitet werden. Die S sollen im Plenum nur so viel vorstellen, wie sie mögen; keineswegs geht es darum, dass sie sich «outen».
- Quellenverweis: Gesellschaftsspiel «Jetzt bist du dran!» Das Begleitheft. Für Lehrer/innen. Ideen, Methoden und Kopiervorlagen. Demokratie-Training für Schüler/innen der Klassenstufe 5 bis 7. Link: [http://www.gesichtzeigen.de/wp-content/uploads/2008/06/begleit\\_gesell\\_05.pdf](http://www.gesichtzeigen.de/wp-content/uploads/2008/06/begleit_gesell_05.pdf)

Ablauf:

- Die S erhalten je ein Blatt mit einem Personenumriss und werden mündlich instruiert: Einzelnen sollen sie das Innere des Umrisses ausfüllen, indem sie dort Adjektive oder kurze Sätze zu sich selbst niederschreiben (Selbstwahrnehmung). Dabei sollen sie an Eigenschaften denken, die sie haben, an Stärken, Schwächen, Wünsche, Träume etc. Dies soll anhand einiger Beispiele konkretisiert werden. Das Ausfüllen beansprucht etwa 10 Minuten.
- Anschließend setzen sich je zwei S zusammen und tauschen ihre Blätter mit den Umrissen aus. Auf dem Blatt des jeweils anderen Kindes tragen sie mit Stichwörtern oder kurzen Sätzen ein, wie sie dieses erleben (Fremdwahrnehmung; Bezug zu den gleichen Punkten wie bei der Selbstwahrnehmung).
- Reflexion und Diskussion mit der ganzen Klasse: Wie stimmen Selbst- und Fremdbild überein? Was hat mich erstaunt? Was hat mich gefreut? Was habe ich gelernt oder gemerkt? Was will ich – trotz oder wegen der Fremdwahrnehmung – beibehalten, was verändern?
- Weiterer Diskussionsimpuls: Wir haben jetzt die Fremdwahrnehmung anhand der Einträge eines Mitschülers/einer Mitschülerin kennengelernt. Es gibt aber noch viele andere Leute, die mich «von außen» wahrnehmen und beurteilen. Wer gehört alles dazu? Wie erlebe ich diese Außensichten, welche Gefühle verbinde ich mit ihnen? (Hier geht es auch darum, die kulturelle Vielfalt im Umfeld wahrzunehmen und deren Rolle und Einfluss auf sich selbst zu reflektieren.)

Für die oberen Klassen kann die Übung ausgebaut werden (z. B. Diskussion einer verfeinerten Liste von Kategorien, auf die zu achten ist; Außensicht von zwei Mitschüler/innen statt nur einer). Statt des Bildes mit dem Umriss könnten auch Skalen zu bestimmten Aspekten gezeichnet werden (Linien mit den Werten von 1–10 zu Aspekten wie «mein Sozialverhalten», «mein Verhalten als Schüler/in» etc.). Auf diesen Skalen werden mit unterschiedlichen Farben Kreuze für die Selbst- und Fremdwahrnehmung gesetzt. Denkbar sind auch Interviews mit verschiedenen Personen, in denen jeweils Selbst- und Fremdwahrnehmung thematisiert werden.



