

Ich kenne mich, auch durch dich!

Zeit	30 min	
Ziel	TN verstehen, dass Rückmeldungen von Anderen sinnvoll sind und, dass es wichtig ist Anderen eine Rückmeldung über die Wirkung von Verhaltensweisen zu geben. TN finden es wichtig miteinander wertschätzend umzugehen.	
Methode	5 min Input 15 min Geschichte mit Standogramm 10 min Einzelarbeit mit Arbeitsblatt	
Material	<ul style="list-style-type: none"> Arbeitsblatt „Wer kann was sehen“-Fenster (1x pro TN) 	<ul style="list-style-type: none"> Karten Schaubild

Inhalt

TN erkennen mit Hilfe des sogenannten „Wer kann was sehen“-Fensters, dass es gut ist, sich selbst besser kennen zu lernen, dass man sich mit der Zeit verändert und dies auch bewusst und mit Hilfe von anderen machen kann. Sie wissen, dass sie sich über sich selbst bewusst sein können.

Ablauf

1. TM1 ruft die vergangenen Inhalte in Erinnerung.

Formulierungsvorschlag:

„Wir haben uns damit beschäftigt, wie es ist, wenn man sich verändern möchte, wenn man sich was vornimmt und auch, dass bestimmte Sachen, die wir nicht oder nicht besonders gut können, als Schwächen bezeichnet werden. Oft ist das, was wir über uns selbst denken und das, was andere von außen in uns sehen, gar nicht dasselbe. Das wollen wir jetzt einmal genauer angucken.“

2. Dann wird das "Wer kann was sehen"-Fenster vorgestellt:

- *„Es gibt einen Teil von uns, den alle sehen können. Das ist das, was wir anderen von uns zeigen und wir selbst sein wollen.“*
- *Es gibt auch einen Teil, den wir nicht sehen können. Denn es gibt Dinge, die tun wir unabsichtlich und ohne, dass wir es merken. Die anderen sehen diese Dinge aber und können uns das dann sagen. Dann können wir entscheiden, ob wir damit aufhören wollen (z.B. an den Fingernägeln knabbern, wenn wir nervös sind) oder nicht.*
- *Dann gibt es einen ‚geheimen Teil‘. Das sind die Seiten von uns, die wir kennen, aber, egal warum, nicht wollen, dass andere das von uns wissen oder uns anmerken, z.B., dass wir im Dunkeln Angst haben.*
- *Und die letzte Ecke ist der Teil, den niemand kennt. Das sind Wünsche und Gefühle, die wir selbst nicht ganz kennen oder verstehen und die wir aber auch nicht vor anderen zeigen.*

3. TM1 erklärt die Aufgabe. TM2 teilt die Arbeitsblätter aus und TM1 erklärt den Aufbau des Arbeitsblattes (genauso wie in der Visualisierung an der Tafel).

Formulierungsvorschlag:

„Das ist gar nicht einfach zu verstehen. Deswegen wollen wir gemeinsam mit Lale üben, wie das "Wer kann was sehen"-Fenster angewendet werden kann. Ich lese vor, was an dem Tag passiert ist und du hörst aufmerksam zu und merkst dir, was du über Lale erfährst. Du kannst dir auch schon Notizen auf dem Arbeitsblatt machen.“

4. TM1 liest die Geschichte zweimal vor, die Aufgabenstellung wird vor dem zweiten Mal Lesen wiederholt.

Formulierungsvorschlag:

„Was habt ihr euch über Lale gemerkt?“

Im Anschluss werden mehrere Aussagen getätigt und die TN positionieren sich in einem Standogramm. Auf einer Seite stimmen die TN den folgenden Aussagen zu, auf der anderen Seite lehnen sie sie ab:

- Lale hat den Namen für den Papierflieger vorgeschlagen.
- Lale kann gut basteln.
- Lale fand die Gruppenarbeit richtig gut.
- Lale findet Himmelsstürmer gut gelungen und schön.
- Lale war unzufrieden mit der Gruppenarbeit.
- Lale war vertieft in ihre Arbeit und hat nicht mitbekommen, dass nur noch wenig Zeit für die Verschönerungen bleibt.
- Aki kann seine Umgebung ausblenden.
- Lale kann ihre Umgebung ausblenden.

5. Anschließend bekommen die TN die Kopie. Dort sollen sie die Tabelle von M1_04_19 ausfüllen. Die Ergebnisse werden danach zusammengetragen.

Hinweis

Bitte bearbeitet hier nur die Vorderseite des Arbeitsblattes. Die Rückseite ist erst bei M1_04_21 dran.

Geht gerne auch rum und gebt den TN Tipps, wenn sie nicht wissen, was sie bei den Feldern eintragen können.

Fazit

„Um etwas über dich selber herausfinden, lohnt es sich Andere zu fragen. Denn oft merkst du gar nicht, wie dein Verhalten auf andere wirkt. Und genauso ist es gut, Anderen zu sagen, wie ihr Verhalten auf dich wirkt, denn sie selber merken es nicht. Dabei ist es wichtig freundlich zu bleiben, denn wenn eine Person unfreundlich etwas sagt, ist es schwieriger das Gesagte anzunehmen und darüber nachzudenken.“

Geschichte

Lale hat in der Schule die Aufgabe gemeinsam mit Lolli, Aki und Lulu einen Papierflieger zu basteln. Dafür legen sie in der Gruppe bestimmte Aufgaben fest, je nachdem was die einzelnen gut können oder gerne machen. Lale entscheidet, dass sie besonders gut Papierflieger basteln kann, Aki hat richtig gute Ideen, wie der Papierflieger gebaut werden soll. Lolli ist für die Verschönerungen zuständig und Lulu gibt dem Flieger dann einen Namen: Himmelsstürmer. Das ist ein wirklich toller Name. Und testen wollen sie den Himmelsstürmer alle mal.

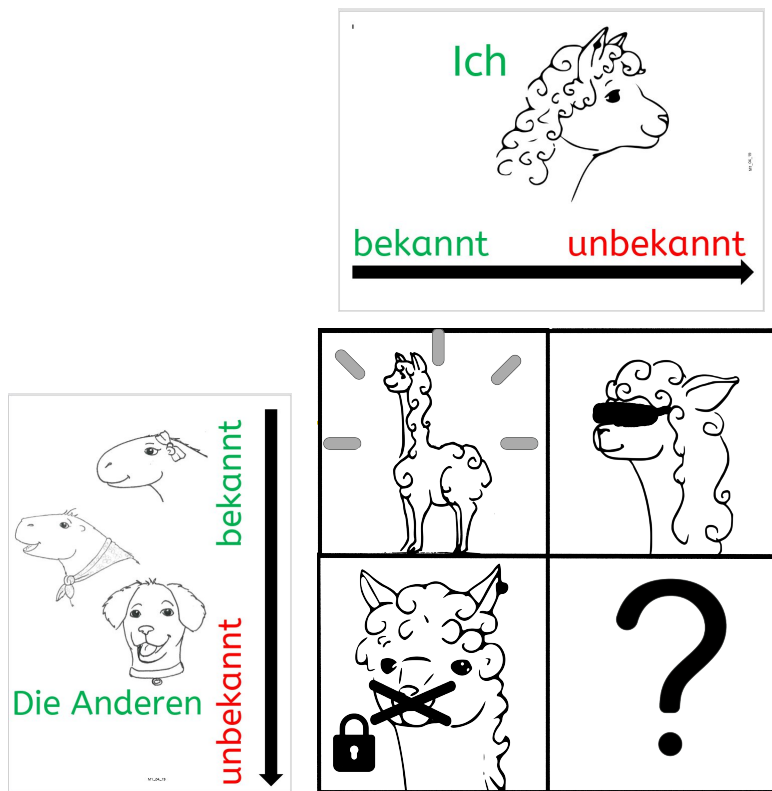
Der Flieger fliegt gut. Leider nicht sehr weit, aber dafür sieht er wunderschön aus. Die **anderen** Tiere in der Klasse loben Lale sogar, weil sie so gut basteln kann. Und auch die Feinarbeit hat sie richtig gut hinbekommen, findet Lale selber.

Am Ende der Gruppenarbeit hat Lale trotzdem ein ungutes Gefühl. Sie grübelt darüber nach und ihr fällt ein, wo der Kloß im Bauch herkommt. Beim Bauen ging alles so schnell, dass sie es nicht schon früher gemerkt hat.

Sie hatte eine Idee, wie Himmelsstürmer vielleicht noch besser fliegen kann und wollte Aki einen Vorschlag machen. Aber Aki war so mit seinen Zeichnungen und eigenen Überlegungen beschäftigt, dass er sie gar nicht gehört hat. Und dann hat sie es vergessen. Dann hat Lolli ihr den Himmelsstürmer auch noch einfach aus der Hand gerissen, obwohl sie gerade daran gearbeitet hat. Das fand Lale überhaupt nicht gut.

Lale spricht Aki und Lolli wegen ihrem ungutem Gefühl und dem Kloß im Bauch an. Aki antwortet ihr: „Ohh, das habe ich gar nicht mitbekommen. Ich war so in meine Ideen vertieft, da habe ich alles andere herum ausgeblendet.“ Und Lolli sagt zu Lale: „Du hast solange mit dem Basteln gebraucht und mir gar nicht zugehört, als ich dir gesagt habe, dass die Zeit fast vorbei ist. Und ich wollte doch Himmelsstürmer noch schick bemalen und hatte dafür schon ganz viele tolle Ideen! Da wusste ich mir nicht anders zu helfen, als dir den Flieger aus der Hand zu nehmen. Und der war ja auch schon fertig gebastelt.“

Visualisierungen und Materialien



Karten Schaubild



Fülle die Tabelle aus. Wenn du nicht weiter weißt, kannst du die Kinder neben dir fragen oder dich melden.

Die Anderen: Aki, Loli und Lulu	Lale Was hat Lale von sich gezeigt? Was können alle sehen	Was haben die anderen gesagt, was Lale noch nicht wusste?
	Was ist Lales Geheimnis? Was hat Lale nicht von sich gezeigt?	Was ist für alle unsichtbar? Was hat niemand bemerkt?

M1_04_19

Arbeitsblatt „Wer kann was sehen“-Fenster (1x pro TN)

Hintergrundinformationen

Das **"Wer kann was sehen"-Fenster** heißt „Johari-Fenster“ ein Fenster bewusster und unbewusster Persönlichkeits- und Verhaltensmerkmale zwischen einem Selbst und anderen oder einer Gruppe. Entwickelt wurde es 1955 von den amerikanischen Sozialpsychologen Joseph Luft und Harry Ingham. Die Vornamen dieser beiden wurden für die Namensgebung herangezogen. Mit Hilfe des Johari-Fensters wird vor allem der so genannte „blinde Fleck“ im Selbstbild eines Menschen illustriert.

Es spielt in der gruppendynamischen Arbeit seit den 1960er, 70er Jahren eine bedeutsame Rolle zur Demonstration der Unterschiede zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung und gehört zum Standardrepertoire gruppendynamischer Modelle und Verfahren. Systematisch gehört es zur differentiellen und Persönlichkeitspsychologie, zu den Abwehrmechanismen, zur Sozialpsychologie und zur Gruppendynamik.

Die vier Felder des Johari-Fensters

1. Öffentlich: Öffentlich ist alles, was ein Mensch von sich preisgibt, was also ihm selbst und anderen bekannt ist, mit anderen Worten: die Anteile der Persönlichkeit, die nach außen sichtbar gemacht und von anderen wahrgenommen werden. Dazu zählen

- äußere Merkmale, wie zum Beispiel Erscheinungsbild, Umgangsformen oder körperliche Reaktionen, sowie – soweit diese nach außen erkennbar hervortreten –
- persönliche Eigenschaften, wie beispielsweise Ehrgeiz oder Ängstlichkeit, und
- innere Haltungen und Einstellungen, wie etwa Religiosität, Moral und ethische Werte.

Dieser Teil des „Fensters“ ist im Vergleich zu den anderen Teilen meist eher klein. Denn es sind vor allem die nicht-öffentlichen Bereiche, mit anderen Worten: die nicht-bewussten Faktoren, die für die Beziehungen zwischen Personen bestimmend sind.

2. Geheim: Geheim ist alles, was der Betroffene weiß und kennt – also was ihm bewusst ist, aber anderen entweder unwissentlich nicht zugänglich macht oder bewusst vor ihnen verbirgt.

3. Blinder Fleck: Unter dem „blinden Fleck“ versteht man alles, was vom Betroffenen ausgesendet und vom Empfänger wahrgenommen wird, ohne dass sich der Betroffene dessen bewusst ist.

Andere erkennen Verhaltensweisen und Merkmale, die der Betroffene bei sich selbst nicht wahrnimmt. Durch Feedback der Mitmenschen können Informationen vom blinden Fleck in den Quadranten „Öffentlich“ transportiert werden.

4. Unbekannt: Unbekannt ist alles, was weder dem Betroffenen noch anderen bekannt ist. Es handelt sich um unenthülltes Terrain, welches ergänzend zu den wahrgenommenen, reellen Tatsachen und als Kontinuum alles Möglichen, jedoch Unbekannten steht.

Da der weitaus größere Teil des „Eisbergs“ Persönlichkeit unbekannt, also unbewusst ist, erklärt sich, dass dieser Quadrant einen beträchtlichen Anteil am gesamten Fenster einnimmt. Viele Faktoren, die eine Beziehung zwischen zwei Menschen ausmachen, sind auch in diesem Bereich des Fensters angesiedelt.

Die tatsächliche Größe der einzelnen Quadranten des Johari-Fensters ist von Fall zu Fall unterschiedlich und abhängig von der jeweiligen persönlichen Beziehung. Denn einerseits agiert jede Person mit bestimmten anderen Menschen unterschiedlich und andererseits hat auch jede Person in verschiedenem Ausmaß Kenntnis von ihrer eigenen Persönlichkeit.

Achtung

*Blinder Fleck ist ein Begriff, den Menschen mit Blindheit und Sehbehinderung als diskriminierend empfinden können. Bitte nutzt den Begriff nicht vor der Klasse.
Alternative: weißer Fleck/unsichtbar für mich*

Ziele der Entwicklung

Joseph Luft beschreibt als ein Ziel von Lernen in der Gruppendynamik, den gemeinsamen Handlungsspielraum transparenter und weiter zu gestalten. Im Johari-Fenster wird dabei das linke obere Feld immer größer, die anderen drei werden kleiner.

- sich preisgeben: Durch Mitteilen und Teilen persönlicher Geheimnisse mit anderen verringert sich der Aufwand, der für die Geheimhaltung betrieben werden musste und vergrößern sich die Freiheit und der Handlungsspielraum in der Öffentlichkeit.
- Beobachtungen mitteilen: Durch Mitteilen von Beobachtungen über blinde Flecken direkt an den Betroffenen (Feedback) gewinnt dieser Erkenntnisse über sich selbst und kann so seinen privaten und öffentlichen Handlungsspielraum bewusster wahrnehmen und ausfüllen.

Beide Wege ergänzen einander und helfen auch, Unbewusstes bewusst und dadurch handhabbar zu machen.

(Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Johari-Fenster>; abgerufen am 20.7.2022 18:04)