

# Ich schenke dir einen Sonnenstrahl

## Klasse 1b

*Dauer:* ca. 45 Minuten

*Ziele:*

- das Selbstwertgefühl der Kinder durch Lob steigern
- eigene Stärken erkennen und annehmen
- das Bedürfnis wecken, anderen positive statt negative Gefühle zu schenken

*Material:*

- die von der Lehrkraft vorbereiteten Lobsonnenstrahlen
- für jedes Kind eine leere Streichholzschachtel
- evtl. Sticker
- Farbstifte
- Kleber
- Arbeitsblatt "Meine Stärken"

*Vorbereitung:*

Die Klassenlehrkraft nimmt sich die Zeit um für jedes Kind ein persönliches Kompliment auf einen vorbereiteten Sonnenstrahl zu schreiben.

*Durchführung:*

Wir treffen uns im Klassenraum. Jedes Kind sitzt an seinem Platz. Ich begrüße die Klasse und stelle einen Freund von mir vor (Max, einen kleinen Handpuppenhund). Dabei sage ich, was ich besonders an Max schätze. „Ich mag Max, weil immer so gut drauf ist und mich zum Lachen bringt. Außerdem ist er sehr mutig.“

Nun gebe ich an die Lehrkraft ab. Sie stellt in ähnlicher Weise die positiven Eigenschaften der SchülerInnen heraus. Sie lobt jedes einzelne Kind und überreicht dabei einen vorbereiteten, beschrifteten Sonnenstrahl, auf dem ein Kompliment steht, welches sie laut vorliest. Die anderen Kinder dürfen ruhig applaudieren.

Falls einzelne Kinder im Anschluss anderen spontan ebenfalls ein Kompliment aussprechen möchten, dürfen sie es gerne aussprechen.

Reflexion der Lobrunde. Die SchülerInnen sollen nachspüren, wie man sich nun als Einzelne/Einzelter und als Gruppe fühlt und dabei erkennen: Angenehme, freundliche Worte erzeugen angenehme Gefühle.

Die Kinder falten den Lobsonnenstrahl, den sie vorher bekommen haben, als Ziehharmonika und kleben ihn mit einem Ende in eine leere Streichholzschachtel. Die Schachtel kann nun von außen noch bunt angemalt und/oder beklebt werden.

### Hausaufgabe:

Die Kinder erhalten ein Arbeitsblatt, auf dem sie zu Hause ihre Stärken (aus eigener Sicht, aus Sicht der Eltern, der Freunde, der Lehrerin) aufschreiben lassen.

#### Hinweis:

Durch das „Elternlob“ (was Mama und Papa an mir mögen) soll der Blick der Eltern auf die positiven Seiten ihrer Kinder gelenkt werden. Die Eltern werden auf die Aufgabe vorbereitet, damit sie schon im Vorfeld Überlegungen dazu anstellen können und Negativäußerungen vermeiden.

Auch die Lehrkraft sollte versuchen, nicht nur in dieser Stunde das Augenmerk auf die positiven Seiten der SchülerInnen zu richten. Denn: Was man beachtet, wird verstärkt!