



Mein Lebensfluss I

Ziele

- ▶ Akzeptanz für sich und Andere ermöglichen
- ▶ Steigerung des Selbstwertgefühls durch die Erkenntnis „Ich kann ganz viel!“
- ▶ Befähigung zur Beschreibung eigener Interessen und Stärken

Die Tln. werden angeregt, über wichtige Stationen ihres bisherigen Lebens nachzudenken, indem sie ihren persönlichen Lebensweg bis zum jetzigen Zeitpunkt darstellen und vorgegebene Stationen sowohl mit Jahreszahlen als auch mit Ereignissen hinterlegen. Zudem können sie individuelle Ereignisse und Veränderungen ihres bisherigen Lebens zeitlich einordnen und darstellen.



ab Klasse 7

Fachbezug: AWT, Deutsch, Fremdsprachen, Informatik, Kunst, Philosophie, Sozialkunde



Klassenraum und zweiter Raum (evtl. Flur)



eine Lehrkraft und ein/e Schulsozialarbeiter*in



Vorbereitung: 20 Min.

Durchführung: 45 Min.



• je Tln.:

- 1 AB „Mein Lebensfluss I“ (A3)

- 1 Stift



Einzelarbeit, Plenum

Diese Aufgabe besteht aus einer Einzelarbeitsphase und einer anschließenden Reflexion.

Die Tln. blicken auf ihr Leben zurück, markieren verschiedene Stationen zeitlich und hinterlegen diese ggf. mit Ereignissen. Dazu füllen sie das AB „Mein Lebensfluss I“ aus.

Es schließt sich eine Reflexion an.

1

Vorbereitung

Die LK bereitet ihren persönlichen „Lebensfluss“ vor.

Für alle Tln. wird das AB „Mein Lebensfluss I“ auf DIN A3 kopiert.

2

Anmoderation der Aufgabe

„Stellt euch vor, euer Leben ist ein Fluss, welcher in den Bergen entspringt und sich durch die Welt schlängelt. Der Fluss fließt durch viele verschiedene Landschaften und passiert unterschiedliche Stationen. Überlegt bitte gleich in Ruhe, wo euer ‚Fluss‘ schon vorbeigekommen ist. Dazu bekommt ihr diese ‚Fluss-Karte‘. Erinnert euch und füllt die einzelnen Stationen aus. Schaut euch den ‚Fluss‘ zunächst bis zum heutigen Tag an!“

Mein Lebensfluss I

3 Verlauf

Die LK bespricht ihren eigenen „Lebensfluss“ mit den Tln. zu Beginn der Einheit.

Anschließend füllen die Tln. das AB „Mein Lebensfluss I“ aus.

Das Kästchen „Andere Ereignisse“ kann von den Tln. mit einer ihnen persönlich wichtigen Station ihres bisherigen Lebens „gefüllt“ werden (z. B. Umzug, Tiere, Erfolge).

Es können nach Bedarf eigenständig noch weitere Ereignisse und Stationen hinzugefügt werden.

V Möglichkeiten der Variation

Schneller arbeitende Tln. gestalten das AB „Mein Lebensfluss I“ farbig und können weitere Grafiken und Bilder hinzufügen.

4 Reflexion der Aufgabe und des Ergebnisses

Für die Reflexion im Plenum bieten sich folgende Fragen an:

- „Wie ging es euch beim Ausfüllen des ‚Lebensflusses‘?“
- „Was fiel euch leicht, was schwer? Woran könnte das liegen?“
- „Welche anderen Ereignisse habt ihr eurem ‚Lebensfluss‘ hinzugefügt?“

5 Ergebnissicherung

Das AB „Mein Lebensfluss I“ wird zusammengefaltet im Berufswahlportfolio abgeheftet.

6 Nachbereitung und Optionen für die Weiterarbeit

Das AB „Mein Lebensfluss I“ kann als Grundlage für das Schreiben eines Lebenslaufes genutzt werden.

Idee:

AG SELFIE,

Anmerkung: Die Idee des Lebensfluss-Modells geht auf Peter

Nemetschek zurück.