

Kommen Sie mit Mut zurück: Rollenspiel

Die Lektion konzentriert sich darauf, den Mut aufzubringen, gute Entscheidungen zu treffen, auch wenn es schwierig erscheint. Darüber hinaus haben die Schüler die Möglichkeit, durchsetzungsfähige Fähigkeiten zu entwickeln, um dem negativen Gruppenzwang „Nein“ zu sagen. Diese Fähigkeiten werden durch Brainstorming und Rollenspiele mit anschließender Diskussion und möglichen Erweiterungen von Diskussions- und Reflexionsfragen aufgebaut.

Unterkonzept(e) „Freundlichkeit“
Verletzlichkeit, Demut

Zeitraumen der Unterrichtsstunde
35-40 Protokoll

Benötigtes Material

- ☐ Komm zurück mit
Courage-Rollenspielszenarien (siehe unten)

Standards-Karte

Diese Lektion richtet sich nach den CASEL-Kompetenzen, den National Health Education Standards und den Common Core State Standards. Bitte wende dich an die Standards-Karte für mehr Informationen.



VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES PROGRAMM
FÜR SOZIALE UND EMOTIONALE LERNEN.
Einzelheiten finden Sie auf der letzten Seite.

Unterrichtsziel

Die Schüler werden:

- Üben Sie respektvolle Wege, „Nein“ zu sagen, wenn sie Gruppenzwang erleben.

Lehrerverbindung/Selbstfürsorge

Haben Sie jemals den Satz „Zahlen Sie es vorwärts“ gehört? Es bezieht sich auf die Handlung einer Person, die eine unerkannte gute Tat für einen Fremden vollbringt, unter der Voraussetzung, dass der Empfänger diese wiederum „weiterzahlen“ wird, indem er eine gute Tat für jemand anderen tut. Vielleicht hat Ihr Gegenüber Ihre Kaffeebestellung bereits bezahlt oder es liegt ein positiver Zettel auf Ihrem Schreibtisch. Dies sind beide großartige Beispiele für dieses einfache, aber wirkungsvolle Konzept. Suchen Sie diese Woche nach Möglichkeiten, freundlich zu reagieren, indem Sie drei verschiedene Möglichkeiten identifizieren, wie Sie es auf irgendeine Weise an Kollegen weitergeben können. Nehmen Sie sich etwas Zeit und überlegen Sie sich kleine Überraschungen für Ihre Mitmenschen und fügen Sie eine kleine Notiz mit der guten Tat hinzu, die sie dazu ermutigt, die Kette am Laufen zu halten, indem Sie auch anderen etwas Freundlichkeit zukommen lassen.

Tipps für vielfältige Lernende

- Wählen Sie Gruppen vor, wenn es starke Persönlichkeiten gibt, die nicht in derselben Rollenspielgruppe sein sollten (oder sollten!).



Aktie

5-7 Minuten

In unserer ersten Lektion haben wir gelernt, dass es manchmal Mut erfordert, sein Bestes zu geben und neue Dinge auszuprobieren. Hat jemand von euch bis zur letzten Unterrichtsstunde etwas Neues ausprobiert? Was war es?

Bitten Sie die Schüler um Antworten.

Bei dieser Aktivität werden wir darüber nachdenken, wie unsere Mitmenschen uns beeinflussen. Zunächst einmal definiert jemand Peer.

Bitten Sie die Studierenden um eine Antwort.

Schmiere! Wie können unserer Meinung nach unsere Kollegen und Freunde uns positiv beeinflussen?

Bitten Sie die Studierenden um eine Antwort.

Okay, wie wäre es damit, wie Gleichaltrige und Freunde einen negativen Einfluss ausüben können?

Bitten Sie die Studierenden um eine Antwort.



Inspirieren

7-10 Protokoll

Manchmal können unsere Kollegen uns unter Druck setzen, Dinge zu tun, die wir nicht tun wollen. Um emotional und geistig gesund zu bleiben, müssen wir wissen, wann wir auf unsere Mitmenschen und wann wir auf unser Herz und unseren Verstand hören müssen. Es ist wichtig, unsere Integrität zu wahren, damit wir uns selbst respektieren und gute Entscheidungen treffen können. Das bedeutet, den Mut zu haben, manchmal „Nein“ zu sagen. Warum braucht es Ihrer Meinung nach Mut, Nein zu sagen? Bitten Sie die Schüler um Antworten.

Wie können Sie „Nein“ sagen, wenn Sie jemand unter Druck setzt, etwas zu tun, was Sie nicht tun möchten?

Lassen Sie die Schüler darüber nachdenken, wie sie „Nein“ sagen können, wenn jemand Druck auf sie ausübt. Schreiben Sie ihre Antworten an die Tafel oder auf Diagrammpapier.

Wenn ihnen die folgenden fünf Strategien nicht einfallen, Stellen Sie sicher, dass Sie sie hinzufügen:

1. Verwenden Sie eine klare „Nein“-Aussage, z. B. „Nein, danke“ oder „Nein, ich bin nicht interessiert“.
2. Schauen Sie der anderen Person in die Augen.
3. Verschränke deine Arme; Ihre Körpersprache zeigt, dass Sie kein Interesse haben.
4. Zeigen Sie, dass Sie selbstbewusst sind. Lächle, kichere oder lache nicht nervös!
5. Weggehen!

Machen Sie eine 30-sekündige Übung, indem Sie die Schüler in einem großen Kreis aufstellen lassen und abwechselnd im Kreis herumlaufen und „Nein“ zu der Person zu ihrer Linken sagen, indem sie die 5 Strategien anwenden. „Gehen Sie weg“ zurück zu ihrem Schreibtisch, nachdem jeder Schüler „Nein“ gesagt hat. Der letzte Schüler im Kreis wird „Nein“ zu Ihnen sagen und Sie gehen beide zu Ihrem „Weg“-Schreibtische.



Ermächtigen

15-20 Minuten

Wir werden jetzt Rollenspiele spielen, die sich darauf konzentrieren, was wir tun können, wenn Menschen uns unter Druck setzen, Dinge zu tun, die wir nicht tun wollen.

Teilen Sie die Schüler in vier bis sechs Gruppen auf und geben Sie jeder Gruppe ein Rollenspiel. Geben Sie jeder Gruppe ein Rollenspiel. Sie müssen die folgenden Rollen festlegen:

- Ein Gruppenmitglied liest der Klasse die Situation vor.
- Ein Gruppenmitglied stellt „Gruppenzwang“ dar und versucht, die anderen unter Druck zu setzen, etwas falsch zu machen.
- Jedes andere Mitglied der Gruppe muss zum Druck „Nein“ sagen. Freuden Sie eine der Fähigkeiten, die wir besprochen haben und die an der Tafel geschrieben sind.

Lassen Sie die Schüler ein paar Minuten damit verbringen, herauszufinden, wie sie das Rollenspiel durchführen werden. Lassen Sie sie dann die Rollenspiele für die Klasse aufführen.



Reflektieren

7-10 Protokoll

Stellen Sie nach allen Rollenspielen die folgenden Fragen:

- Welche dieser Situationen erfordert Ihrer Meinung nach den meisten Mut, aufzustehen und das Richtige zu tun? Warum?
- Welche der Techniken, die wir heute geübt haben, würde für Sie am besten funktionieren? Welche anderen Möglichkeiten gibt es, „Nein“ zu sagen?
- Wie nutzen wir in diesen Situationen Mut und Selbstachtung?

Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass Sie andere positiv beeinflussen, wenn andere Menschen sehen, dass Sie mutig gute Entscheidungen treffen, auch wenn es Ihnen schwerfällt, „Nein“ zu sagen oder das Richtige zu tun. Sie verwandeln eine Situation negativen Gruppenzwangs in eine Situation positiven Gruppenzwangs! Wie erstaunlich ist das?!



Erweiterungsideen

- Lassen Sie die Schüler ihre eigenen Rollenspiele schreiben.
- Um die Konzepte später zu vertiefen (z. B. als Ausstiegsticket-Aktivität), können Sie die Schüler eine der Strategien anwenden lassen, um den Raum am Ende des Tages zu verlassen, oder sie über Folgendes protokollieren lassen:

RANDOM ACTS OF KINDNESS
FOUNDATION®

- Was ist Gruppenzwang?
- Welche respektvollen Möglichkeiten gibt es, „Nein“ zu sagen?
- Was ist Integrität?
- Schreiben Sie über eine Zeit, in der Sie unter Druck gesetzt wurden, etwas zu tun, was Sie nicht tun wollten. Was hast du gemacht? Wie hast du dich gefühlt?
- Nachdem Sie heute einige Techniken gelernt haben, um „Nein“ zu sagen, welche wäre Ihrer Meinung nach für Sie am einfachsten?
- Ist es schwierig, angesichts des Gruppenzwangs Integrität zu bewahren?



VON CASEL BEZEICHNET
ALS EMPFOHLENES
PROGRAMM FÜR SOZIALE
UND EMOTIONALE
LERNEN.

Die Zusammenarbeit für akademisches, soziales und emotionales Lernen (CASEL) überprüft seit 2003 evidenzbasierte SEL-Programme. Kindness in the Classroom® entspricht dem SElect-Programm von CASEL und ist im enthalten CASEL-Leitfaden für effektive soziale und emotionale Lernprogramme.

Kindness in the Classroom® erfüllte oder übertraf alle CASEL-Kriterien für hochwertige SEL-Programme. Kindness in the Classroom® erhielt die höchste Auszeichnung von CASEL für hochwertige SEL-Programme.

<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

„Come Back with Courage“-Rollenspiel

Rollenspielszenarien	Wie kommt man „mit Mut zurück“?
Rauchen Du besuchst im Sommer deine Großeltern und hast eine Gruppe von Freunden getroffen, die dich herausfordern, mit ihnen Zigaretten zu rauchen. Sie wissen, dass Rauchen schädlich ist. Ihr Onkel hat Lungenkrebs und die Ärzte gehen davon aus, dass Rauchen die Ursache war.	
Stehlen Sie sind in einem Geschäft und sehen eine CD, die Sie kaufen möchten, aber Sie haben nicht genug Geld. Deine Freunde sagen dir, dass sie nach Ladenmitarbeitern und Kameras Ausschau halten werden, damit du die CD in deinen Rucksack stecken kannst. Sie möchten die CD unbedingt haben, wissen aber, dass Stehlen falsch ist.	
Mobbing Sie und eine Gruppe von Freunden sind auf dem Spielplatz, als ein Schüler, der sein Verhalten im Unterricht nur schwer kontrollieren kann, auf Sie zukommt. Die meisten Kinder machen sich über ihn lustig und wollen nicht in seiner Nähe sein. Dein bester Freund sagt: „Hast du gesehen, wie er sich heute im Unterricht verhalten hat? Hatte einen Wutanfall, weil er die Matheaufgabe nicht lösen wollte. Was für ein Verlierer!“	
Fremder Du gehst mit deinem Freund von der Schule nach Hause und es regnet in Strömen. Jemand fährt mit einem neuen, knallroten Sportwagen vor und fragt, ob Sie mitfahren möchten. Die Person sieht wirklich nett aus, aber den Fahrer hat man noch nie gesehen. Dein Freund möchte ins Auto einsteigen, aber du hältst das nicht für eine gute Idee.	
Aufstehen Deine Freundin hat ein neues Hemd, das dir wirklich gefällt, aber eine Gruppe Mädchen neckt sie und sagt ihr, dass es hässlich sei. Diese Mädchen sagen, dass du deiner Freundin sagen musst, wie albern sie in dem T-Shirt aussieht.	
Schule schwänzen Es ist ein wunderschöner Frühlingstag und Ihr Freund fragt Sie, ob Sie in den Park gehen und die Schule verlassen möchten. Du hast noch nie die Schule geschwänzt, möchtest aber nicht, dass sich dein Freund über dich lustig macht.	