

Wie gehts dir heute?

Mit dem Themenpaket „Wie gehts dir heute?“ setzt du ein einfaches, aber wirkungsvolles Zeichen für gelebte Achtsamkeit im Schulalltag. Auf einer Pinnwand sind neun verschiedene Emojis angebracht – von fröhlich bis traurig, von entspannt bis ängstlich. Daneben stehen Klebepunkte bereit. Die Schüler*innen sind eingeladen, täglich oder gelegentlich einen Punkt bei dem Emoji zu kleben, das ihrer aktuellen Stimmung entspricht.

Dabei geht es darum, Gefühle sichtbar zu machen, ohne dass jemand sich erklären muss. Die Schüler*innen können sich selbst reflektieren – und du bekommst ein anonymes, aber ehrliches Stimmungsbild deiner Schulgemeinschaft.

Besonders passend ist dieses Themenpaket im Jänner, rund um den sogenannten „Blue Monday“, dem dritten Montag im Jänner, der als „traurigster Tag des Jahres“ gilt. Aber natürlich kann die Pinnwand das ganze Jahr über hängen bleiben, als Zeichen an deine Schüler*innen, dass ihre Lehrkräfte sich für sie und ihre Gefühle interessieren.

An diese Pinnwand anschließend können im Religionsunterricht Gesprächsanlässe geschaffen werden, bei denen man ohne Zwang und ohne Bewertung über die eigenen Gefühle oder das allgemeine Stimmungsbild sprechen kann. Denn: Über Gefühle zu sprechen, fällt uns allen schwer. Vielleicht kann dieses Themenpaket den Stein ins Rollen bringen.

Wenn du dieses Themenpaket in deiner Schule anwendest, würden wir uns über dein Feedback freuen: <https://forms.office.com/e/NyYmfCBBJS>

Material

- Druckvorlagen: Emojis, Überschrift, Aufforderung an die Schüler*innen
- (Farbiges) A3-Papier
- Klebepunkte
- Pinnnadeln
- Schere
- Kleber
- Optional: Laminiergerät inkl. A3-Folien. Wenn du die A3-Bögen mit den aufgeklebten Emojis laminierst, kannst du die Klebepunkte, sobald der Bogen voll ist, einfach abkratzen und leicht wiederverwenden.

Gestaltungsanleitung



Drucke alle Druckvorlagen aus. Achtung: Dafür benötigst du farbige Druckertinte. Schneide die Emojis auf und klebe sie mittig auf je ein A3-Papier. Jetzt empfehlen wir, die A3-Bögen zu laminieren, damit die Vorlagen öfter verwendet werden können. Dieser Schritt kann aber auch übersprungen werden. Als nächstes schneide die Buchstaben für die Überschrift aus.

Tipp: Wenn du nicht so viel schneiden willst, kannst du statt der einzelnen Buchstaben die Überschrift auch als Ganzes ausdrucken oder händisch auf einen Zettel schreiben.

Jetzt musst du die Überschrift und die Emojis nur mehr auf deiner Pinnwand anordnen, Klebepunkte anpinnen und die Aufforderung "Mach mit!" platzieren. Fertig!