

---

## Umgang mit Kritik

**Ziel/Absicht:**

Erarbeitung von Hinweisen für Schüler/innen wie sie mit (ungerechtfertigter) Kritik umgehen können, ohne andere dabei zu verletzen,

**Alter:**

Orientierungsstufe und älter

**Material:**

Vorbereitete Szenen auf Karteikarten (s. u.)

**So geht's:**

Die Lehrkraft erklärt das Ziel der Übung, teilt die Klasse in 6-er-Gruppen und weist jeder Gruppe eine Karteikarte zu. Jeweils zwei Schüler/innen spielen die Szene kurz an, die übrigen Schüler/innen überlegen sich, wie sie in der Situation antworten würden. Diese Antworten werden im Rollenspiel erprobt: die Person, der die Antwort gegeben wird, meldet zurück, wie sie die Aussage erlebt hat, was ihr durch den Kopf ging, wie sie sich gefühlt hat, was sie am liebsten getan hätte und macht mit Hilfe der anderen Vorschläge, wie die Antwort hätte formuliert sein müssen, damit sie für sie akzeptabel ist.

**Beispiel für Szenen:**

- Du stehst in einer Schlange und einer drängelt sich vor.
- Ein Schüler behauptet, dass du ihm etwas weggenommen hast.
- Ein Mitschüler beschuldigt dich, ihm die Luft aus dem Fahrrad gelassen zu haben.
- Eine Lehrerin beachtet dich deiner Meinung nach zu wenig.
- Du bekommst eine Strafe, weil du „ununterbrochen“ geschwätzt hast. In Wahrheit hast du nur einmal gesprochen und bist dabei zufällig erwischt worden.
- Du kommst zum ersten Mal zu spät und bekommst dafür Arrest.
- Du darfst bei bestimmten Spielen nicht mitmachen, nur weil du ein Mädchen/Junge bist.

**Auswertungsfragen:**

- Wie geht es mir, wenn ich pauschaliert kritisiert werde?  
(besser: Kritik konkretisieren lassen)
- Wie geht es mir, wenn die Kritik Vorurteile enthält?
- Wie geht es mir, wenn die Kritik Etikettierungen enthält (Faulenzer, Asozialer usw.)  
(besser: zu kritisierendes Verhalten und die Person trennen)
- Wie kann man die aufkommende Erregung bei Kritik möglichst früh in den Griff bekommen? (Hinweis: Kurzentspannungstechniken!)