Stolz-Story

45 Min. | Ab Klasse 8

Idee

Diese Methode fördert die Reflexion über persönliche Erfolge und stärkt das Bewusstsein für eigene Fähigkeiten und Stärken. Indem die Schülerinnen und Schüler ein Ereignis aus ihrem Leben schildern, auf das sie stolz sind, lernen sie, diese Erfahrungen in einem Bewerbungskontext zu nutzen.

Der Klassenverbund analysiert anschließend gemeinsam und arbeitet Stärken und Potenziale heraus. Dies hilft, ein positives Selbstbild zu entwickeln und sich auf typische Fragen in Vorstellungsgesprächen vorzubereiten wie z. B.: „Welche Erfolge haben Sie bereits erzielt?"

Zielsetzung

- Förderung der Selbstreflexion: Die Schülerinnen und Schüler erkennen Erlebnisse, die sie stolz gemacht haben, und lernen, diese in Worte zu fassen.
- Stärkung des Selbstbewusstseins: Sie üben, persönliche Erfolge zu präsentieren und als Teil ihrer Stärken zu erkennen.
- Erkennen von Stärken: Im Klassenverbund werden individuelle Stärken herausgearbeitet, die aus der Geschichte hervorgehen.
- Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche: Die Methode schult, wie man persönliche Erfolge als Argumente für eine ausgeschriebene Stelle nutzen kann.

Ablauf

Erklären Sie die Bedeutung von persönlichen Erfolgen in Vorstellungsgesprächen: Warum fragen Personaler oft nach Erfolgen? Welche Wirkung hat eine gut erzählte Erfolgsgeschichte? Nennen Sie zudem Beispiele für Stolz-Stories aus dem Alltag: z. B. ein gemeistertes Schulprojekt, ein gelungener Einsatz im Ehrenamt, das Überwinden einer Herausforderung etc.

Die Schülerinnen und Schüler denken über ein Ereignis nach, auf das sie stolz sind.
Es kann sich um etwas Großes oder Kleines handeln.

Sie schreiben Stichworte zu ihrer Stolz-Story auf:

- Was ist passiert?
- Was habe ich getan, um Erfolg zu haben?
- Warum bin ich stolz darauf?

Einige Schülerinnen und Schüler erzählen ihre Stolz-Story vor der Klasse (ca. 3 Minuten pro Person).
Die anderen hören aktiv zu und machen sich Stichworte zu der Geschichte der bzw. des Vortragenden:

- Was sagt die Geschichte über die Person aus?
- Welche Stärken lassen sich aus der Geschichte ableiten (z. B. Teamfähigkeit, Durchhaltevermögen, Kreativität)?

Nach jeder Präsentation werden die von der Klasse notierten Stärken gesammelt und kurz besprochen. Sie als Lehrkraft moderieren und geben weitere Impulse: Gibt es Stärken, die noch nicht genannt wurden?

Materialien

- Notizzettel
- Stifte/Textmarker

Reflexion

Bevor sie in die gemeinsame Reflexion starten, können Sie die Schülerinnen und Schüler folgende Fragestellungen schriftlich beantworten lassen:

- Wie habe ich mich bei der Präsentation gefühlt?
- Was ist mir besonders gut gelungen?
- Welche Rückmeldungen der Klasse haben mich gefreut?
- Welche Stärken sehe ich jetzt bei mir selbst, die mir vorher nicht bewusst waren?

Im Klassenverbund können dann folgende globalere Fragen besprochen werden:

- Was haben wir bei dieser Übung über uns und unsere Mitschülerinnen und Mitschüler gelernt?
- Was war hilfreich, um Stärken aus den Geschichten abzuleiten?

Geben Sie als Lehrkraft positives Feedback zur Gesamtübung, heben Sie bemerkenswerte Präsentationen hervor und motiviert Sie die Jugendlichen, ihre Stolz-Story in einem Bewerbungskontext weiterzuentwickeln.

Ermutigen Sie die Schülerinnen und Schüler, solche Erfolgsgeschichten auch in Zukunft zu sammeln. Sie liefern wertvolle Beispiele für Vorstellungsgespräche.