

# Methodenbaukasten „Schulfach Glück“

## 1 Stärkung

### Charakterstärken

<b>Beschreibung</b>	<p>Teilen Sie die Charakterstärken als Tabelle aus oder legen Sie diese als Kärtchen auf den Boden. Bei Bedarf können die einzelnen Stärken vorher besprochen werden.</p> <p>Im Arbeitsblatt werden anschließend die Gruppen Weisheit/Wissen, Mut, Menschlichkeit, Gerechtigkeit, Mäßigung und Transzendenz in die linke Spalte geschrieben. Die Wichtigste zuerst. Dann das Schlusslicht. Danach die Unterstützung und die Mitte. Anschließend werden zu jeder Gruppe insgesamt die angegebene Anzahl Stärken ausgewählt. Das Schlusslicht wird gestrichen.</p> <p>Es werden 3er Gruppen gebildet. Wie bei einem Reflecting Team unterhalten sich zwei TN anhand des Profils des dritten TN über den dritten TN. Dieser darf nur zuhören/mitschreiben. Die beiden anderen sollen am Ende aufgrund des Profils einen realen Titel vergeben wie z.B. „die sanftmütige Kämpferin“ oder einen phantastischen wie „Pippi Langstrumpf“.</p> <p>Am Ende im Plenum auf übliche Weise reflektieren.</p>
<b>Material</b>	Charakterstärken (Tabelle für jeden oder laminierte Karten für den Raum)
<b>Hintergrund</b>	Charakterstärken aus dem Bereich der Positiven Psychologie. Mehr dazu finden Sie unter Peterson & Seligman, 2004; Ruch & Proyer, 2011 und <a href="http://charakterstaerken.org">charakterstaerken.org</a>
<b>Zeitaufwand</b>	ca. 30 Minuten gesamt (ohne Reflexion)
<b>Tipp</b>	Werte können emotionalisieren. Leiten Sie hier mit viel Umsicht und individueller Freiheit an. Z.B. können Sie statt des Streichens des Schlusslichts einen Joker gewähren (eine Stärke, die trotzdem aufgeschrieben werden kann).

---

Raum für eigene Ideen, Ergänzungen ...

---

---

---

---

# Methodenbaukasten „Schulfach Glück“

## 1 Freude am Leben

### Charakterstärken

Gruppe	Stärken
Die Wichtigste:	Eine Stärke:
Die Unterstützung	Zwei Stärken:
Die Mitte (drei Gruppen)	Fünf Stärken gesamt:
Das Schlusslicht	