Mein zukünftiges Ich

Didaktische Hinweise

Material	Kopiervorlage *Ausdauer 1A* oder *1B* für jede Schülerin/jeden Schüler
Ziel	Schülerinnen und Schüler reflektieren ihre Überzeugungen über ihr „zukünftiges Ich" – wer und wie sie werden könnten. Dies stärkt das Zielbewusstsein und ihre Ausdauer.
Sozialform	Einzelarbeit, gesamte Klasse
Durchführung	Übungen, die den Schülerinnen und Schülern helfen, sich vorzustellen, sowohl in der Schule als auch später erfolgreich zu sein, können besonders effektiv zur Förderung von Ausdauer beitragen. In dieser Übung stellen sich Schülerinnen und Schüler ihr gewünschtes zukünftiges Ich vor, schreiben über Hindernisse, die ihnen im Weg standen, und wie sie diese überwunden haben und legen Ziele zur Verwirklichung dieses zukünftigen Ichs fest. 1. Jede Schülerin/jeder Schüler bekommt die Kopiervorlage *Ausdauer 1A* oder *1B* (siehe Hinweise). 2. Der Arbeitsauftrag wird besprochen und eventuelle Fragen werden geklärt. 3. Die Schülerinnen und Schüler sollen sich ihr zukünftiges Ich möglichst genau und bildlich vorstellen, es geht um eine gewünschte Version des zukünftigen Ichs. 4. Wenn die Schülerinnen und Schüler das Handout ausgefüllt haben, kann jede/jeder (freiwillig) ihr/sein zukünftiges Ich vorstellen bzw. den Brief vorlesen. Ziele, mögliche Hindernisse und Wege zum persönlichen Erfolg können gemeinsam besprochen werden.
Hinweis	• Kopiervorlage *Ausdauer 1A:* Diese Übung ist ein Brief an das zukünftige Ich. Die Lehrperson kann die Briefe in Kuverts geben, aufheben und am Ende der Sekundarstufe 1 an die Schülerinnen und Schüler übergeben. • Kopiervorlage *Ausdauer 1B:* Hier liegt der Schwerpunkt auf der Verwirklichung der Ziele auf dem Weg zum gewünschten Ich. Die Kopien können in der Klasse aufgehängt werden. Die Schülerinnen und Schüler können sich auch selbst zeichnen bzw. die schemenhafte Figur gestalten. Bei beiden Varianten kann der Endpunkt adaptiert werden (z.B. Ende der Zeit in der Mittelschule/ Unterstufe, Ende der Schulpflicht, Matura, mit 20 Jahren usw.).

Name: _____ Datum: _____

Ein Brief von mir für mich

Schreib einen Brief in die Zukunft – an dein zukünftiges Ich

- Wie stellst du dir dein Leben in zehn Jahren vor? Arbeitest du? Studierst du vielleicht?
- Was wird gleich geblieben sein, was wird sich geändert haben?
- Welche Ziele wirst du geschafft haben, wo warst du erfolgreich?
- Was ist für dich momentan anstrengend und mühsam? Wie wirst du das geschafft haben? Wer oder was hat dir dabei geholfen?

Natürlich kannst du dir auch zusätzliche Fragen, Wünsche und Vorstellungen ausdenken.
Du kannst den Brief in ein Kuvert geben und entweder daheim aufheben oder deiner Lehrerin/deinem Lehrer zur Verwahrung geben!

Ort, Datum: _____

Liebe/r zukünftige/r _____ *!*

Wenn du das liest, bist du … Jahre alt. Ich denke, du … _____

Deine/e _____

Name: _____ Datum: _____

Mein (gewünschtes) zukünftiges Ich

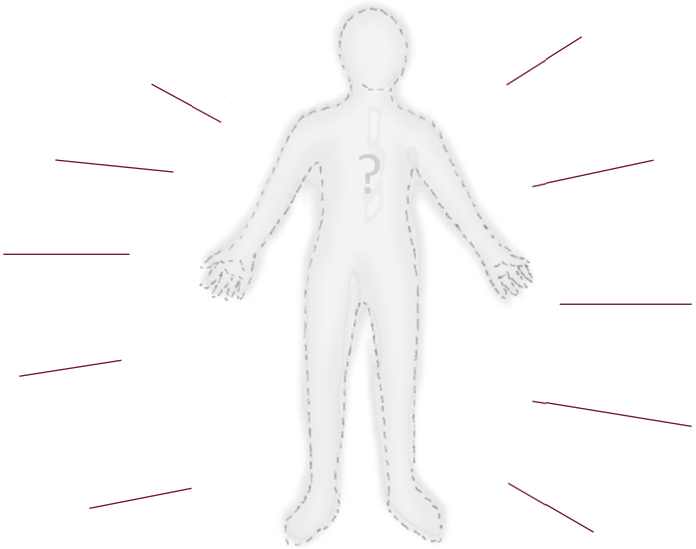
Stell dir vor, du bist _____ (5/10) Jahre älter.

1. Beschreibe dein zukünftiges Ich:

- Wer/was bist du geworden? Was hat sich geändert?
- Welche Schule(n) hast du abgeschlossen? Besuchst du eine Hochschule? Arbeitest du?
- Worauf bist du stolz? Was hast du geschafft/erreicht?
- Was war schwierig in den letzten Jahren? Wie bist du mit den Herausforderungen umgegangen?
- Welche Ziele hast du erreicht? Wie hast du sie erreicht?

Sammle alle Ideen rund um die Figur (wie in einer Mindmap)!

Das bin ich in ____ Jahren



2. Wie kannst du dieses zukünftige Ich werden? Welche konkreten Ziele zur Verwirklichung dieses zukünftigen Ichs hast du?

PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE SALZBURG Stefan Zweig

ÖZBF Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung

IfBQ Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung

Impressum

Autorinnen:
Mag.ª Silvia Theiss MSc, Mag.ª Barbara Gürtler, MMag.ª Dr.in Claudia Resch BA, Mag.ª Anja Schulz
Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung (ÖZBF) an der Pädagogischen Hochschule Salzburg Stefan Zweig

Mit freundlicher Unterstützung der Bundeslandkoordinatorinnen für iKM^{PLUS}:
Heidrun Ziegler BEd. und Mag.ª Elisabeth Fuchs

Comics: Mag.ª Anna Klaffinger BA

Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Bilder: Mag.ª Anna Klaffinger BA
Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Übungen: Team des ÖZBF

Fragebogen-Items (2020): Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung (IfBQ), Hamburg