

Brief an mich selbst

Botschaft aus einer anderen Zeit



| | |
|----------------------------|--|
| Fächer | Deutsch, Ethik/Religion - aber eigentlich unabhängig vom Fach einsetzbar; besonders gut für Klassenlehrer:innen geeignet |
| Kurzbeschreibung | Die Verbundenheit, die man mit der Natur, den anderen Mitgliedern der Gruppe und auch sich selbst bei einem Draußentag (oder einem besonderen Erlebnis im Freien) empfinden kann, verflüchtigt sich im Alltag allzu schnell. Man kann sich rückblickend wieder in diese Stimmung versetzen, indem man einen Brief an sich selbst verfasst. Was habe ich heute erlebt? Was hat mich beeindruckt? Was will ich mitnehmen an Gedanken, Einsichten und Gefühlen? Dieser Brief wird eingesammelt und in ein paar Wochen oder Monaten an die Verfasser:innen verschickt - wenn diese ihn vielleicht schon längst vergessen haben. |
| Zielsetzung | <ul style="list-style-type: none"> • Dankbarkeit / Verbundenheit (nach)empfinden • Sensibilisierung für die Selbstwahrnehmung • Förderung der Selbstreflexion • Stärkung des Vertrauens zur Lehrperson |
| Materialien | pro Schüler:in <ul style="list-style-type: none"> • 1-2 Papierbögen • 1-2 Bleistifte • Schreibunterlage • Briefumschlag, der zugeklebt werden kann • Sitzunterlage bei kalter Witterung oder feuchtem Untergrund • später: Briefmarken, um die Post zu verschicken |
| Zeitlicher Umfang | <ul style="list-style-type: none"> • ca. 30-40 Minuten |
| Ideale Jahreszeit? | Die Jahreszeit ist bei entsprechender Ausrüstung egal; Voraussetzung ist trockenes Wetter oder zumindest trockene Plätze, da das Papier sonst durchweicht. |
| Geeignete Lernorte | <ul style="list-style-type: none"> • gut strukturierter Naturraum mit genügend ansprechenden Plätzen („Nischen“), um sich in Ruhe und mit genügend Abstand zu den anderen hinsetzen und den Brief schreiben zu können • möglichst ruhiger und störungsarmer Ort • keine gefährlichen Stellen in der Nähe (Straßen, Geländeabbrüche, tote Bäume...), da die Schüler:innen alleine unterwegs sind |
| Praktische Hinweise | <ul style="list-style-type: none"> • Kosten für Papier, Briefumschläge, Briefmarken |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • anschauliche Erklärung, wie und an welcher Stelle genau man einen klassischen Brief mit Adressat, Absender und später Briefmarke bestückt • Adresse und Absender sind in diesem Fall identisch! • Adresse verwenden, die auch noch in einigen Wochen stimmt (möglichen Umzug beachten) • Wichtig ist, dass der Brief absolut vertraulich behandelt wird und dies allen auch völlig klar ist. Niemals darf die Lehrperson die Briefe öffnen! • Radius, in dem sich die Schüler:innen frei verteilen dürfen, erkunden und entsprechend festlegen (Hörweite) • Uhrzeit oder besser Signal (Tierlaut wie z.B. Kuckuck) für Rückkehr überlegen • klar vereinbaren, dass das Signal dann von allen einmal wiederholt wird, um auch Schüler:innen zu erreichen, die vielleicht doch außer Hörweite hinter einer Geländewelle o.Ä. sitzen |
| Praktische Durchführung (ausführlich) | <p>Einen Brief schreiben</p> <p>Am Ende einer erlebnisreichen Veranstaltung leitet die Lehrperson mit ruhiger Stimme in diese intensive Methode über. Sie lässt den Tag noch einmal Revue passieren, umreißt dabei die Aktivitäten kurz:</p> <p>„Heute morgen haben wir uns ... getroffen, sind gemeinsam gewandert, haben viel über die Natur erfahren, gemeinsam gefrühstückt, ein Geländespiel gespielt, uns gegenseitig blind durch den Wald geführt usw. Nun sitzen wir hier und ich möchte euch zum Abschluss ein Geschenk machen: Ich schenke euch Zeit, in der ihr eure Gedanken und Gefühle in einem „Brief an euch selbst“ festhalten könnt. Schreibt also auf, wie es euch heute ging, was ihr erlebt habt, was euch beeindruckt hat und ihr mit eurem späteren Ich teilen wollt.“</p> <p>So in etwa könnte sich eine Einleitung anhören.</p> <p>Dann erklärt die Lehrperson, wie und wo genau der Briefumschlag zu beschriften ist, dass der fertige Brief hineinsteckt und der Umschlag verschlossen werden soll. Sie verspricht, dass sie die Briefe selbstverständlich nicht öffnen wird.</p> <p>Es sollte dann noch ein Radius festgelegt werden, innerhalb dessen die Schüler:innen sich frei verteilen dürfen, am besten in Hörweite zu dem Platz, von dem aus gestartet wird. Ebenso wird entweder ein Zeitpunkt (in 20-30 Minuten) oder besser ein Signal (Kuckucksruf o. Ä.) besprochen, wodurch die Aktivität beendet wird. Dieses Signal soll von allen einmal wiederholt werden, wenn sie es an ihrem Sitzplatz hören, damit auch Schüler:innen, die doch weiter weg sitzen, es hören können. Ebenso sollte noch einmal kurz auf walddtypische Gefahren am Sitzplatz wie morsche Äste hingewiesen werden (Blick nach oben!).</p> <p>Erst dann werden die Schreibutensilien verteilt und die Schüler:innen losgeschickt:</p> <p>„Schlendert ein Stück durch den Wald, lasst euch zu einem passenden Platz leiten, setzt euch gemütlich hin, kommt zur Ruhe, geht euren Tag noch einmal in Gedanken durch und schreibt dann auf, was ihr heute erlebt habt, was euch beeindruckt hat und was ihr euch bewahren möchtet. Wenn ihr den Kuckucksruf... hört, wiederholt ihn einmal und kommt dann langsam und in Ruhe hierhin zurück.“</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Die Lehrkraft bleibt derweil an dem zentralen Ort und behält ein wenig im Auge, wohin die Schüler:innen gehen. Nach ca. 30 Minuten gibt sie das vereinbarte Signal und wartet, bis alle zurück sind. Dann werden die Umschläge eingesammelt und nach einiger Zeit, vielleicht mehreren Wochen, mit der Post verschickt.</p> |
| <p>Mögliche Alternativen, Ideen zur Differenzierung</p> | <p>Je nach Alter und Reflexionsfähigkeit der Teilnehmer:innen ist es sinnvoll, mehr oder weniger konkrete Fragestellungen als Anregung vorzuschlagen. Hier kann man gut Impulse setzen.</p> |
| <p>Ideen zur Weiterarbeit</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Deutsch: Brief schreiben und korrekt adressieren • Briefgeheimnis • Vertrauen • Verbundenheit mit der Natur in verschiedenen Kulturkreisen / Religionen |
| <p>Links zu weiterführenden Medien, Materialien und Literatur</p> | <p>„Einen Brief schreiben“ nach Cornell, J.; (2006). Mit Cornell die Natur erleben. Naturerfahrungsspiele für Kinder und Jugendliche – Der Sammelband. Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr</p> |

