



neXTtools.de

Methoden zum machen, spielen, qualifizieren und weltverbessern

Die Methoden stehen unter der Lizenz "Creative Commons Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 3.0 Deutschland Lizenz."

Landesjugendring Niedersachsen e.V.
Zeißstraße 13
30519 Hannover

Telefon: (+49) 0511 / 51 94 51 - 0
Telefax: (+49) 0511 / 51 94 51 - 20
E-Mail: info@ljr.de

Spieglein, Spieglein ... Körperbild

Unterkategorie

genderorientierte Jugendarbeit

Dauer

bis zu 1 Stunde

Teilnehmeranz.

8 - 32

Alter

10 - 99

Material

Bezeichnung	Anzahl	Variiert mit TN-Zahl
Metapapier	0	ja
Stifte (schwarz, rot, grün)	12	ja
	0	nein
Karteikarten	15	ja

Wo kann man die Aktion machen?"

- Seminarraum

Ziele: Was soll mit der Methode erreicht werden?

Wahrnehmung des eigenen Körpers und bewusst machen positiver Faktoren

Kurzbeschreibung: Worum geht's?

Den eigenen Körper malen, Was brauche ich, um mich in meiner Haut „wohlzufühlen?“, Reflexion

Ablauf: Beschreibe genau die einzelnen Schritte! Mach Zeitangaben, gib Aufgabenstellungen etc

Für fast alle ist der Körper, das Aussehen ein wichtiges Thema. Viele beschäftigen sich mit ihrer Figur, ihrem Gewicht und ihrem Gesicht, ihrer Haut...

Sucht Euch eine Partnerin, einen Partner. Jede/r lässt sich von der anderen/dem anderen seine Umrisse auf ein großes Papier zeichnen und füllt den Körper mit zwei Farben. Die Zonen, die sie/er an sich mag, werden grün ausgefüllt, die sie/er nicht an sich mag rot.

Es ist gut, Dinge, die einem selbstverständlich erscheinen, zu benennen, um sie bewusster und greifbarer zu machen. Erst dann kann man sich leichter etwas Gutes tun oder um etwas Gutes bitten.

- Was ich brauche, um mich in meiner Haut „wohlzufühlen?“

Auf Karten wird gemeinsam gesammelt, was für uns das Gefühl, sich „wohlzufühlen“, ausmacht.

Quelle:

neXTgender Projekt Perspektiven schaffen – Kooperation Schule und Ev. Jugend

Schlagworte

Körperbild, Geschlechterrollen, Gender, malen

Anhang

Aufwand
wenig