

Wahrer Wert

Eine Geschichte über Selbstwert, Selbstvertrauen und ein Leben nach den eigenen Werten



Geeignet für: Grundschule ab Klasse 5 & Sekundarstufe I

Vorlesezeit: ca. 5 Minuten

Themen: Selbstwert · Selbstvertrauen · eigene Werte · Gruppendruck · soziale Medien

Wie viel Raum gibst du dem Urteil anderer?

Die Geschichte

Eines Tages blieb ein Schüler nach dem Unterricht noch einen Moment bei seinem Lehrer.

„Darf ich Sie etwas fragen?“, sagte er leise. „Ich bekomme immer wieder verletzende Kommentare und Nachrichten. Andere sagen, ich könne nichts und sei nichts wert. Zuerst habe ich versucht, es zu ignorieren. Aber inzwischen höre ich diese Worte sogar in meinem Kopf, wenn niemand etwas sagt. Manchmal glaube ich sie fast.“

Der Lehrer legte zur Seite, was er gerade in den Händen hielt, und hörte ihm aufmerksam zu.

„Danke, dass du mir davon erzählst“, sagte er. „Was zu dir gesagt wird, ist nicht in Ordnung. Du musst das nicht allein lösen. Wir überlegen gemeinsam, was nötig ist, damit es aufhört.“

Nachdem sie besprochen hatten, was sie tun würden, zog der Lehrer einen goldenen Ring mit einem kleinen Stein von seinem Finger.

„Bevor du gehst, möchte ich dich noch um etwas bitten“, sagte er. „Mach ein Foto von diesem Ring und stelle es online. Frag die Leute, was sie dafür bezahlen würden. Du verkaufst ihn nicht - wir sammeln nur ihre Antworten.“

Der Schüler fand den Auftrag merkwürdig, war aber auch neugierig.

Schon bald trafen die ersten Reaktionen ein. Einer bot zwanzig Euro. Ein anderer wollte dreißig Euro bezahlen. Jemand schrieb, der Ring sehe alt und abgenutzt aus. Ein anderer bezweifelte, dass er überhaupt aus echtem Gold bestand.

Das höchste Angebot lag bei fünfzig Euro.

Am nächsten Tag zeigte der Schüler seinem Lehrer die Reaktionen.

„Die meisten Menschen halten den Ring offenbar nicht für besonders wertvoll“, sagte er.

Der Lehrer lächelte.

„Geh nun damit zum Juwelier in der Stadt. Bitte ihn, den Ring sorgfältig zu untersuchen. Aber ganz gleich, was er sagt: Du verkaufst ihn nicht.“

Der Juwelier betrachtete den Ring unter einer hellen Lampe. Er nahm eine Lupe, wog ihn und führte einige Prüfungen durch.

Nach einer Weile blickte er auf.

„Wenn ich ihn dir sofort abkaufen dürfte, würde ich dir zehntausend Euro bieten“, sagte er.
„Vielleicht ist er sogar noch mehr wert.“

Der Schüler starrte ihn ungläubig an. „Zehntausend Euro? Im Internet wollte niemand mehr als fünfzig Euro bezahlen!“

„Das überrascht mich nicht“, antwortete der Juwelier. „Diese Menschen haben nur ein Foto gesehen. Sie wussten nichts über das Gold, den Stein, die Herkunft oder die Verarbeitung des Rings. Trotzdem haben sie sich ein Urteil gebildet.“

Der Schüler bedankte sich und rannte zurück zur Schule.

„Der Juwelier sagt, der Ring sei zehntausend Euro wert!“, rief er seinem Lehrer zu. „Vielleicht sogar noch mehr!“

Der Lehrer nickte. „Siehst du? Du bist wie dieser Ring: wertvoll und einzigartig. Aber nicht jeder, der dich ansieht, erkennt, was wirklich in dir steckt. Warum solltest du Menschen, die dich kaum kennen, darüber bestimmen lassen, was du wert bist?“

Der Schüler betrachtete den Ring in seiner Hand. „Aber der Juwelier wusste es doch?“

„Bei einem Ring kann ein Fachmann untersuchen, wie viel er kostet“, antwortete der Lehrer. „Aber du bist kein Gegenstand. Es gibt keinen Juwelier, der dir einen Preis geben kann. Auch ein Mensch, der dich gut kennt, kann nicht für dich bestimmen, wer du bist.“

„Wer bestimmt das dann?“, fragte der Schüler.

Der Lehrer schob ihm ein leeres Blatt Papier hin.

„Vielleicht kannst du mit einer anderen Frage beginnen“, sagte er. „Nicht: Was denken andere über mich? Sondern: Was ist mir selbst wichtig und wofür möchte ich stehen?“

Eine Weile blieb es still. Dann nahm der Schüler einen Stift.

Die verletzenden Worte waren nicht verschwunden. Sie taten auch nicht sofort weniger weh. Aber zum ersten Mal seit langer Zeit richtete er seine Aufmerksamkeit nicht auf das, was andere über ihn geschrieben hatten.

Er blickte auf das leere Blatt vor sich und begann, seine eigene Geschichte zu schreiben.

Zum Nachdenken

Andere Menschen bilden sich manchmal sehr schnell eine Meinung. Sie sehen eine Eigenschaft, einen Fehler, ein Foto oder einen einzigen Moment und glauben, dadurch zu wissen, wer jemand ist.

Wenn solche Urteile immer wieder ausgesprochen werden, können sie immer mehr Raum einnehmen. Man kann so sehr damit beschäftigt sein, was andere denken, dass man kaum noch darüber nachdenkt, was einem selbst wichtig ist.

Der goldene Ring veränderte sich nicht durch die unterschiedlichen Angebote. Nur das Urteil der Menschen war verschieden.

Ein Mensch ist jedoch kein Ring. Ein Ring hat einen Preis, den ein Fachmann einschätzen kann. Ein Mensch hat keinen Preis und niemand kann vollständig bestimmen, wer du bist.

Vielleicht ist es deshalb gut, sich nicht nur zu fragen:

Was denken andere über mich? Aber auch: Was ist mir selbst wichtig und wofür möchte ich stehen?

Was bedeutet diese Geschichte für dich?

Eine Geschichte kann für jeden Menschen etwas anderes bedeuten. Du musst deine Antworten mit niemandem teilen. Manchmal beginnt Nachdenken mit einer Frage, die man nur sich selbst stellt.

- Wie viel Raum gibst du der Meinung anderer?
- Kann jemand dich aufgrund einer Eigenschaft, eines Fehlers oder eines Moments vollständig beurteilen?
- Was ist dir wichtig - unabhängig davon, was andere von dir erwarten?
- Wofür möchtest du stehen?
- Wie möchtest du mit dir selbst und mit anderen Menschen umgehen?

Im Gespräch mit der Klasse

Nutzen Sie Wahrer Wert als Ausgangspunkt für ein Klassengespräch über Selbstwert, Urteile, Gruppendruck und soziale Medien. Wählen Sie einige Fragen aus, die zu Ihrer Gruppe passen; nicht alle müssen besprochen werden.

- Warum begann der Schüler, die verletzenden Bemerkungen immer mehr zu glauben?
- Worauf gründeten die Menschen im Internet ihr Urteil über den Ring?
- War der Ring beim Juwelier wirklich wertvoller geworden?
- Warum kann man einen Menschen letztlich nicht mit einem Ring vergleichen?
- Was wollte der Lehrer mit seiner letzten Frage deutlich machen?
- Was würdest du auf das leere Blatt des Schülers schreiben?
- Was kannst du tun, wenn verletzende Bemerkungen oder Nachrichten nicht aufhören?

Schülerinnen und Schüler müssen keine persönlichen Erfahrungen erzählen. Sie können die Fragen auch aus der Sicht des Schülers in der Geschichte beantworten.

Eine abschließende Frage

Was ist dir selbst wichtig und wofür möchtest du stehen?

Für Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte

Junge Menschen begegnen ständig Urteilen, Noten, Bemerkungen, Vergleichen, Likes und Online-Reaktionen. Dadurch kann sich ihre Aufmerksamkeit stark auf die Frage richten, wie andere sie beurteilen.

Die Geschichte soll nicht vermitteln: „Du darfst dir nicht zu Herzen nehmen, was andere sagen.“ Verletzende Worte können wehtun. Wenn Bemerkungen, Ausgrenzung oder Nachrichten nicht aufhören, sind Unterstützung und Eingreifen notwendig.

Der Ring eröffnet anschließend einen anderen Gedanken: Nicht jedes Urteil beruht auf wirklichem Wissen. Außerdem muss ein Schüler sein Selbstbild nicht vollständig von der Meinung anderer bestimmen lassen. Gerade der Wechsel von „Was denken andere über mich?“ zu „Was ist mir selbst wichtig und wofür möchte ich stehen?“ kann ein wertvolles Gespräch eröffnen.

Kostenloses Vorlese- und Gesprächsmaterial von DMS Educational. Mehr Geschichten, Unterrichtsideen und Materialien: www.dms-educational.eu