

## Meine Maske(n)?!

### Identität

<b>Kategorie:</b> Themenbearbeitung, Persönlichkeitsentwicklung	<b>Zeitdauer:</b> ca. 30 Minuten
<b>TN-Anzahl:</b> 2 bis 20	<b>Ort:</b> Einzelarbeit und Partnerarbeit sollten mit gutem Abstand möglich sein

#### Material:

- jedeR TeilnehmerIn (TN) braucht eine Mund-Nasen-Schutz-Maske (MNS-Maske)
- Gefühlskärtchen
- für jedeN TN eine Kopie der Kopiervorlage „Meine Maske(n)?!“ und Stifte

#### Beschreibung:

Die folgende Methode besteht grundsätzlich aus zwei Teilen, die jedoch auch getrennt voneinander durchgeführt werden können:

#### 1. Maskenpantomime – wie verändert sich unsere Mimik durch das Tragen einer Maske?

In vielen Alltagssituationen mussten wir Masken tragen. Zum Großteil wurden diese Richtlinien bereits gelockert. Vielen ist gar nicht bewusst, dass durch das Tragen einer Maske das halbe Gesicht verdeckt und unsere Mimik nur zum Teil für andere sichtbar ist. Bei folgender Methode kann nun zu zweit ausprobiert werden, ob sich in der Wahrnehmung der Gefühle anderer etwas verändert:

Die TN teilen sich paarweise auf. EinE TN trägt die MNS-Maske und zieht einen Gefühlsbegriff, der nun für die andere Person pantomimisch dargestellt werden soll. Die darstellende Person trägt dabei die MNS-Maske. Die/der andere TN versucht, den Begriff zu erraten. Es sollten beide TN gleich oft Begriffe darstellen und erraten.

#### Auswertung und Reflexionsfragen:

Im Plenum kann anhand folgender Fragestellungen die Methode reflektiert werden:

- Wie schwer bzw. leicht ist es, das dargestellte Gefühl zu erraten, und was ist mit der Maske anders?
- Wie erkennt man Freude, wenn das Lachen nicht mehr zu sehen ist?
- Wo braucht es daher im Alltag von uns besondere Sensibilität im Umgang miteinander?

#### 2. Auseinandersetzung mit den eigenen Rollen – wer bin ich und wer möchte ich sein?

Aufgrund der Corona-Situation mussten und müssen wir in einigen Alltagssituation Masken tragen. Oftmals werden aber Masken vor allem im Fasching getragen, um in andere Rollen zu schlüpfen. Manchmal haben wir auch im Alltag (unsichtbare) Masken auf, verstellen uns, spielen Rollen oder verstecken uns. Das ist ganz normal und nicht schlecht, aber es tut gut, hin und wieder sein „wahres“ Gesicht zu zeigen und sich bewusst zu machen, was einen besonders macht und was schön an einem ist.

Die TeilnehmerInnen sollen sich nun intensiver mit ihren Rollen auseinandersetzen und Antworten auf folgende Fragestellungen überlegen. Die Gedanken können auf den ausgeteilten Kopien „Meine Maske(n)?!“ festgehalten werden.

In den Maskenumriss können folgende Gedanken geschrieben werden:

- Welche Rollen gibt es in meinem Leben, und wer möchte ich sein?
- Es gibt Situationen, da möchte man gerne in eine andere Rolle schlüpfen oder auch eine andere Person sein. Welche Situationen sind das und warum?
- Welche Masken kenne ich an bzw. von mir?

Außerhalb der Maske haben folgende Antworten Platz:

- Was macht mich besonders?
- Was hilft mir, meine Maske abzulegen?
- Wann muss ich keine Maske aufsetzen und kann so sein wie ich bin?

Die Ergebnisse können anschließend im Plenum gemeinsam besprochen und reflektiert werden (bitte Freiwilligkeit beachten!).

### **Spirituelle Lernimpuls:**

*Folgende Texte/Psalmen können für die (weiterführende) Bearbeitung des Themas hinzugezogen werden:*

- Impuls-Text:

In der Faschingszeit verkleiden wir uns gern,  
aber auch im Alltag schlüpfen wir in andere Rollen und setzen Masken auf.  
Wir geben uns cool und sind verletzt.  
Wir lachen und machen Spaß und fühlen uns doch traurig und allein.  
Wir sagen ja und meinen nein.  
Wir sagen du und meinen ich.  
(Quelle: Katholische Junged OÖ)

- Gemeinsames Lesen des Psalms 139, 1-18 (dazu findet man auch auf Youtube tolle Videos)  
Die Sprache des Psalms ist zwar ungewohnt aber der Text drückt aus, dass jede und jeder von uns ganz besonders und von Gott geliebt ist.
- Text „Du bist in Gottes Augen einzigartig“ von Sr. Theres Zukic

### **Tipps:**

- Die Übermittlung der Begriffe kann auch via SMS/WhatsApp an die SchülerInnen erfolgen, damit keine Kärtchen ausgedruckt und angefasst werden müssen (siehe Hygienemaßnahmen).
- Bei den Reflexionen im Plenum/in Kleingruppen sollte auf jeden Fall darauf geachtet werden, dass die TN selbst bestimmen können, was und wie viel sie von sich selbst erzählen möchten. Die Freiwilligkeit ist hier sehr wichtig, um keine Grenzen zu überschreiten.

<b>Quelle/erstellt von:</b> Elisabeth Hainzl (kj oö)	<b>Erstellt am:</b> 03.06.2020
--	--------------------------------