

## Kritik üben – fair und ehrlich

Ein Beitrag von Stephan Sigg, St. Gallen

**K**onstruktive und sachliche Kritik bringt jeden weiter. Trotzdem: Niemand wird gerne kritisiert. Kritik an jemandem zu üben ist immer eine Gratwanderung. Es kann schnell passieren, dass der andere abblockt oder sich durch die Kritik verletzt fühlt. Damit ist niemandem gedient. Doch egal ob Casting-Show im Fernsehen, Kritiken von Songs, Filmen und Restaurants oder die Beurteilung von schulischen Leistungen – Kritik gehört zu unserem Alltag.

Worauf aber kommt es bei einer Kritik an und wie geht man am besten mit ihr um? Welche Kritik bringt jemanden weiter? Und welche Art von Selbstkritik kann eine große Chance für die persönliche Weiterentwicklung sein? In der vorliegenden Einheit lernen die Schüler, verantwortungsvoll mit Kritik umzugehen.



Sachliche und konstruktive Kritik zu üben will gelernt sein

© colourbox

### Das Wichtigste auf einen Blick

**Klasse:** 9/10

**Dauer:** 6 Schulstunden (Minimalplan: 3)

**Methoden:**

Rollenspiel (Rubrik 06) 

**Ihr Plus:** Berücksichtigung der Heterogenität der Lerngruppen durch Einbeziehung von christlichen und muslimischen Ansichten zum Thema (Selbst-)Kritik

**Kompetenzen:**

- Kritik an anderen und an sich selbst einüben
- die eigene Kritikfähigkeit fördern
- den konstruktiven Umgang mit Kritik unterstützen
- verschiedene Arten von Kritik (persönlich, sachlich, konstruktiv, destruktiv) erkennen
- religiöse Verständnisse von (Selbst-)Kritik kennenlernen

## M 3

## Kritik – was ist das?

Umgangssprachlich hat der Begriff „Kritik“ einen negativen Beigeschmack. Dabei bedeutet er ursprünglich etwas ganz anderes.

<u>Kritik</u>
<p><b>Bedeutung (ursprünglich)</b></p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p><b>Heute (umgangssprachlich)</b></p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p><b>Ursprünglich</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>= aus dem Griechischen: <i>krínein</i> = ab-sondern, unter-scheiden, be-urteilen</li> <li>= unterscheidet zwischen wahr/falsch – zutreffend/unzutreffend – angemessen/unangemessen</li> <li>= Feststellung einer Abweichung, eines Unterschiedes</li> <li>= bezieht sich immer auf etwas, das vom Menschen verändert werden kann</li> <li>= immer auf Veränderung ausgerichtet</li> <li>= ist zunächst neutral – eine Kritik heißt nicht automatisch, dass etwas als mangelhaft erklärt wird</li> <li>= das deutschsprachige Wort „Kritik“ ist erst seit Ende des 17. Jahrhunderts bekannt</li> </ul>

*„Die Kritik ist leicht, die Kunst ist schwer.“*

**Philipp Destouches** (1680–1754), französischer Komödiendichter

- 1 Lies den Text über die ursprüngliche Bedeutung des Begriffes „Kritik“ und fasse sie in eigenen Worten zusammen.
- 2 Was bedeutet der Begriff „Kritik“ heute umgangssprachlich? Verfasse einen Merksatz.
- 3 Welche Dinge kann man laut der ursprünglichen Definition nicht an einem Menschen kritisieren?
- 4 Lies das Zitat. Auf welches Problem weist Philipp Destouches hin? Stimmst du ihm zu?

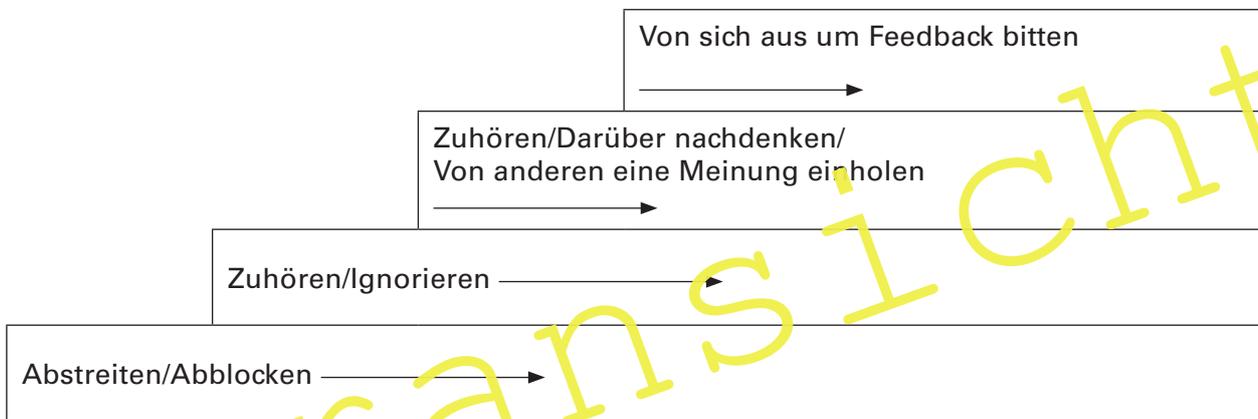
## M 6 Kritik annehmen – so reagiere ich richtig

Wer freut sich schon über Kritik? Doch wer auf Kritik sauer reagiert und alles von sich weist, handelt alles andere als überlegt.



© Fotolia/Lev Dolgatsjov

Jede Kritik abwehren. Ist das sinnvoll?



Voransicht

- 1 Betrachtet das Foto. Welche Vor- und Nachteile hat das Verhalten der Frau?
- 2 Ordnet euch persönlich auf einer Stufe der Treppe ein: Wie reagiert ihr in der Regel auf Kritik?
- 3 Schreibt die Konsequenzen aus den verschiedenen Reaktionen in die Treppe.
- 4 Welche Reaktionsschritte sind sinnvoll? Skizziert die einzelnen Schritte.

### Die Reaktion auf Kritik – 6 Schritte

1. Unterscheidung: Persönlich oder sachlich? Reaktion: \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_

## Was ist heute gelungen und was nicht?

M 9

*Es ist nicht immer leicht, das eigene Verhalten zu beurteilen. Aber auch das tun Menschen laufend. Allerdings ist man nicht immer mit dem zufrieden, was man so getan und geleistet hat. Manchmal ist der „Blick in den Spiegel“ nicht nur erfreulich.*



1

Was ist heute gelungen? Was nicht? Wirf einen Blick in den „Spiegel“ und überlege dir, womit du heute zufrieden bist und womit nicht.

# M 10 Ramadan – durch Fasten zur Selbstkritik

Gläubige Muslime finden im Ramadan durch das Fasten zu sich selbst und betrachten sich dabei sehr kritisch. Doch wie geht das?

Das Fasten ist ein Ritual der geistigen Reinigung, die der Schöpfer den Menschen als Empfehlung bot und nicht wie von vielen Muslimen und Nichtmuslimen angenommen als Pflicht. Auch im Evangelium ist diese Empfehlung verzeichnet. Darin heißt es: „Und da er (Jesus) vierzig Tage und Nächte gefastet hatte, hungerte ihn.“ (Matthäus 4,2)

### Der Gewinn des Fastens

Das arabische Wort für Fasten ist „saum“ und bedeutet: sich von etwas zurückhalten, sich zügeln, enthalten.

Wer fastet, bekommt den Genuss der geistigen, moralischen und physischen Frucht des Ramadans. Denn damit gewinnt man Abstand zum täglichen Rummel, Besinnlichkeit, Selbstkontrolle, Mitgefühl mit hungernden Armen sowie Verminderung von Blutfetten und Übergewicht. Dazu gehört auch die Freude, das Fasten täglich im Freundeskreis brechen zu können, beim „Iftar“. Dies schafft ein Zusammengehörigkeitsgefühl wie sonst nur die gemeinsame Pilgerfahrt in Mekka.



### Fasten zur kritischen Selbstreflexion

Dem Schöpfer geht es nicht darum, dass wir von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang einfach nichts essen und trinken und uns vom Geschlechtsverkehr mit dem Ehepartner enthalten. Es geht darum, sich mit seinem Inneren auseinanderzusetzen sowie seine Beziehung zu Gott, zu dessen Schöpfung und zu sich selbst kritisch zu reflektieren. Ziel des Fastens ist nicht nur die Distanzierung von körperlichen Bedürfnissen, primäres Ziel ist das Fasten des Herzens. Wenn das Herz wahrlich fastet, werden die körperlichen Bedürfnisse automatisch gelüftet.

Text: © Deniz Canli, unter: <https://offenkundiges.de/das-fasten-im-monat-ramadan>, leicht gekürzt und abgeändert.

## CHANCEN

## GEFAHREN

CHANCEN	GEFAHREN

- 1 Lest den Text. Inwiefern ist das Fasten im Ramadan eine Form der Selbstkritik?
- 2 Selbstkritik mit Gottes Hilfe – was sind die Chancen bzw. die Gefahren für gläubige Menschen? Macht euch dazu Notizen.

## Übung: konstruktiv kritisieren

M 12

*Konstruktive Kritik will gelernt sein! Mit diesem Rollenspiel erfahrt ihr, was konstruktive Kritik ausmacht.*

Julia und Lennard fahren zum ersten Mal zusammen in den Urlaub. Schon bald ist Julia genervt, weil Lennard nur an seine Bedürfnisse denkt. Sie konfrontiert ihn damit.

Ein Jugendlicher hört im Bus laut Musik. Christoph fühlt sich gestört und will ihn ermahnen, die Musik auszumachen.

Tanja nervt es, dass sie von ihrer Freundin Rahel immer wieder versetzt wird. Es kommt regelmäßig vor, dass Rahel sehr kurzfristig Verabredungen absagt.

Die Kundin Verena S. ist sauer: Sie ist in Eile und sie fühlt sich benachteiligt: Die anderen Kunden sind doch erst nach ihr gekommen! Sie beschwert sich beim Verkäufer: Warum übersieht er sie die ganze Zeit? Und warum kann er sich nicht etwas beeilen?

- 1 Bildet Kleingruppen. Bereitet ein Rollenspiel zu zwei Situationen vor. Jeder sollte mindestens einmal die Rolle des Kritisierten übernehmen.