



## Mein Geheimfach



Jeder Mensch hat etwas an sich, was er selbst nicht so gut findet. Vielleicht schämt er sich, weil er stottert, oder er fürchtet sich vor Alpträumen. Die meisten reden aber nicht so gerne darüber, da sie Angst haben, dass andere schlecht von ihnen denken. Daher tut es manchmal gut, diese Sachen aufzuschreiben.

### Bastle ein Geheimfach. Dort sind deine Sorgen sicher!



Nimm einen Zettel und schreibe auf, was dich manchmal traurig macht oder wovor du Angst hast. Was magst du nicht so sehr an dir? Du kannst auch etwas malen oder eine Geheimschrift benutzen. Stecke den Zettel in dein Geheimfach. Behalte den Umschlag an einem sicheren Ort.



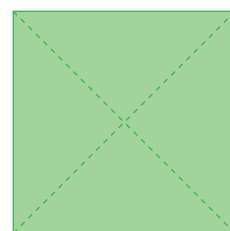
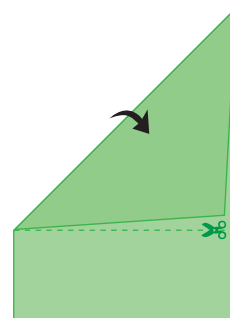
**Knietzsche rät:** Wenn du möchtest, kannst du deinen Zettel auch einem Erwachsenen zeigen, den du magst. Wie würde er oder sie sich an deiner Stelle verhalten? Wie lässt sich deine Situation verändern? Gibt es da einen Rat?

### Bastelanleitung Geheimfach

Du brauchst: **ein Blatt Papier – Schere – Kleber**

Und so geht's:

- Falte eine Ecke deines Papiers bis zum gegenüberliegenden Rand. Du erhältst ein Dreieck und einen Rand. Schneide den Rand ab. Falte das Dreieck wieder auseinander. Jetzt hast du ein Quadrat, bei dem alle Seiten gleich lang sind.
- Falte auch die anderen Ecken zusammen, sodass du ein X aus Falten erhältst.



Mach dich schlau! | **Was denkst du?** | Macht was zusammen!

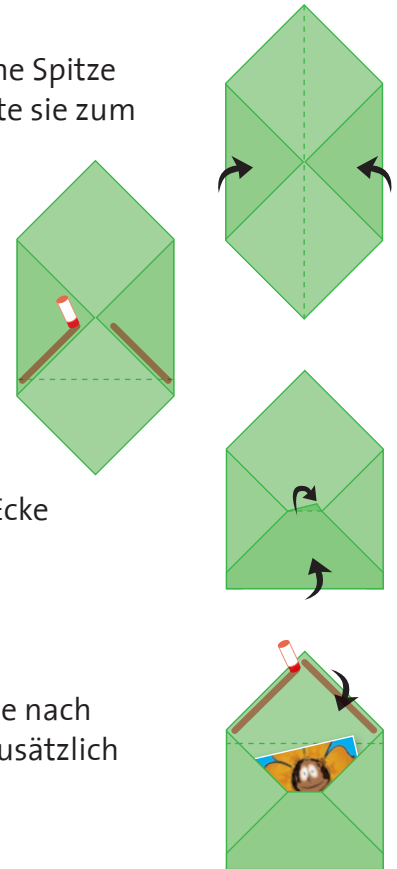
Aktion Schulstunde zur ARD-Themenwoche „Toleranz“  
© Rundfunk Berlin-Brandenburg



## Mein Geheimfach



- Lege das Quadrat mit der Innenseite nach oben so hin, dass eine Spitze auf dich zeigt. Nimm die beiden Ecken rechts und links und falte sie zum Mittelpunkt.
- Falte die untere Ecke ein Stück über den Mittelpunkt. Knicke eine obere Spitze nach innen ab.
- Bestreiche die untere Außenseite der rechten und linken Ecken mit Kleber. Achte darauf, dass der Kleber nicht auf die Innenseite des Umschlags kommt. Jetzt kannst du die untere Ecke darauflegen und festkleben.
- Nimm die Ecke, die du noch gar nicht benutzt hast, und falte sie nach unten. Sie verschließt dein Geheimfach. Du kannst sie später zusätzlich mit einem Aufkleber oder mit Klebstoff zumachen. **Fertig!**



**Knietzsches Tipp:** Dein Umschlag sieht noch schöner aus, wenn du ihn bemalst oder etwas darauf schreibst. Und nach einiger Zeit lese nochmal nach, ob sich etwas verändert hat.

Besonders toll wäre es, wenn ihr in der Klasse den Mut habt, euch gegenseitig eure Sorgen anzuvertrauen. Das erfordert zwar große Überwindung, macht aber auch sehr stolz! Und du wirst sehen, dass ein anderer auch großes Verständnis haben oder dir sogar helfen kann. So ein Vertrauen macht sehr stark. Jeder hat ja seine großen oder kleinen Sorgen. Wenn du die von anderen erfährst, sind die eigenen vielleicht auch schon etwas kleiner geworden.



Mach dich schlau! | **Was denkst du?** | Macht was zusammen!

Aktion Schulstunde zur ARD-Themenwoche „Toleranz“  
© Rundfunk Berlin-Brandenburg