

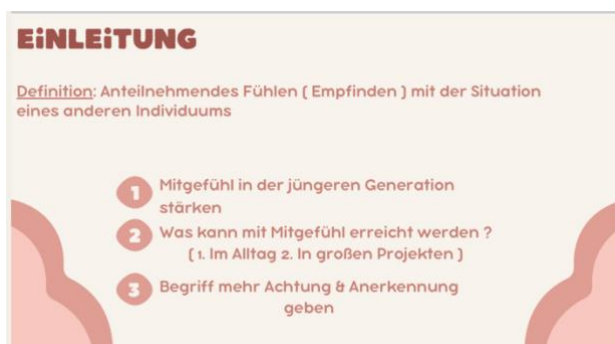
COMPASSION-Die Relevanz der Umsetzung von Mitgefühl und Empathie im Alltag-aus der Perspektive einer 5. Klasse



Mithilfe unseres Projekts „**COMPASSION-Die Relevanz der Umsetzung von Mitgefühl und Empathie im Alltag-aus der Perspektive einer 5. Klasse**“ beabsichtigten wir es, einer Klasse am Burg-Gymnasium die Bedeutung von Mitgefühl und Empathie im Alltag näherzubringen und die individuellen Perspektiven der Schüler:innen kennenzulernen. Unser Projekt wurde in der Klasse 5a durchgeführt.

Das gesamte Projekt setzt sich zusammen aus dem Erstellen und Durchführen einer Präsentation, der Auswertung von Umfragen zur Einschätzung der Schüler:innen vor und nach dem Projekt sowie der abschließenden Analyse der Ergebnisse.

Zunächst hielten wir einen Vortrag, welcher es den Schüler:innen der 5a ermöglichen sollte, einen Überblick über das Thema zu erhalten.



Dazu haben wir uns mitunter auf Kailash Satyarthis Compassion-Projekt bezogen, um den Schüler:innen eine Vorstellung dessen zu geben, was mithilfe von Mitgefühl erreicht werden kann. Zudem nutzten wir historische und religiöse Perspektiven und thematisierten Methoden zur Stärkung des Mitgefühls. Diese Perspektiven sollten veranschaulichen, welches Ausmaß Mitgefühl annehmen kann und was es im Idealfall in der Gesellschaft bewirken kann.



Der Vortrag setzte sich folgendermaßen zusammen:

1. Begriffsklärung von Mitgefühl und dessen Abgrenzung zu Mitleid.
2. Vorstellung von Kailash Satyarthis Compassion-Projekt als praktisches Beispiel für Mitgefühl.
3. Interaktive Auseinandersetzung mit persönlichen Erfahrungen der Schüler:innen zum Thema Mitgefühl.
4. Reflexion, wie Mitgefühl im Alltag angewendet werden kann.

Mitgefühl	Mitleid
Selbstmitgefühl: • positiv, fördert Akzeptanz, kann helfen schwierige Situationen besser zu akzeptieren & zu meistern • Akt der Zuwendung, versetzen uns in die andere Person, identifizieren uns aber nicht mit ihrer Lage > offen für Lösungen	Selbstmitleid: • eher negativ, hinderlich, übermäßiges bedauern, Fokus auf das eigene Leid, sozialer Rückzug • Leid wird geteilt > wenn wir als Helfer auch leiden sind wir nicht in der Lage zu helfen

Anschließend sollten die Schüler:innen sich auf ihre eigenen Erfahrungen und Gedanken zum Thema konzentrieren. Dies geschah im Rahmen einer Umfrage, in der mitunter die Abwesenheit von Mitgefühl oder die eigene Gefühlslage in eigenen Worten dargestellt werden sollte.

Diese Umfrage wurde anonym durchgeführt, um ein angenehmes Setting zu gewährleisten und möglichst ausführliche Antworten auf die Umfrage zu erhalten.

Das Hauptziel des Projekts war es, die Schüler:innen dazu zu motivieren, nicht nur Mitgefühl zu empfinden, sondern auch aktiv danach zu handeln. Sie sollen erkennen, wie wichtig Mitgefühl für andere Menschen sein kann und wie sie es in ihrem Alltag anwenden können, und bewusst über die Hintergründe zu reflektieren.

Das Projekt wurde in mehreren Etappen durchgeführt:

Zunächst erfolgten die Präsentation und Umfrage in der ersten Woche nach den Herbstferien (23. Oktober 2024). Nach einigen Wochen erfolgte eine zweite Umfrage, um die Veränderungen in der Wahrnehmung der Schüler:innen zu überprüfen (13. Dezember 2024).

Die endgültige Auswertung und Präsentation der Ergebnisse erfolgten im Dezember und Januar.

Die Evaluation erfolgte durch eine Umfrage, die sowohl vor als auch nach der Präsentation durchgeführt wurde. Die Ergebnisse wurden von uns analysiert und dokumentiert, um zu prüfen, ob und wie sich die Perspektive der Schüler:innen verändert hat.

Die Umfrageergebnisse wurden in Diagrammen und zusammengefassten Antworten präsentiert, um die Reaktionen und Reflexionen der Schüler:innen anschaulich darzustellen. Dies erfolgte im Rahmen unseres Kurses unter der Leitung von Frau Huisjes, wobei beispielsweise Namen in den Schülerantworten verändert wurden, um die Anonymität zu wahren. Aus demselben Grund werden die Antworten nicht veröffentlicht.

Das Projekt ermöglichte es uns die Verschiedenen individuellen Ansichten und Erfahrungen zum Thema Mitgefühl, welche die Schüler:innen der Klasse. 5a mit uns teilten, aus ihrer Perspektive zu betrachten, und zeigt uns, inwiefern jene Reflektion, welche wir mit unserem Projekt anstrebten, geschehen ist.