

Ist das Empathie?

„Gestern hat meine Lehrerin mir bei der Ausfrage eine 5 gegeben, obwohl ich total viel wusste! Sie hat jede Kleinigkeit bemängelt und mir viel schwerere Fragen gestellt als den anderen! Das ist so unfair, nur weil sie mich nicht mag!“

1. Welche der nachfolgenden Reaktionen auf diese Aussage sind deiner Ansicht nach Empathie? Kreuze an, was du für eine empathische Reaktion hältst.

- Wow, das ist ja richtig fies!
- Das kannst du sicher in der schriftlichen Arbeit wieder ausgleichen!
- Du solltest dich wirklich beim Direktor beschweren!
- Du bist ganz schön frustriert, oder?
- So was kenn ich total! Mir ist das auch schon passiert, das ist so ärgerlich!
- Oh je, du Arme. Das ist wirklich ganz schön scheiße.
- Das glaub ich nicht! Bestimmt war das ganz anders, so was macht sie doch nicht!
- Lehrer machen nur ihren Job, die haben es ja auch alle nicht leicht.
- Weißt du was, ich lade dich auf ein Eis ein, dann geht's dir sicher wieder besser, ok?
- Das ist noch gar nichts! Ich hatte mal einen Lehrer, der hat mir eine 6 gegeben, weil ich nicht schnell genug geantwortet hab!
- Bist du wütend und wünschst dir, fair behandelt zu werden?
- Du bist zurecht wütend! So eine unfaire Behandlung geht gar nicht!
- Versuch doch mal ihre Seite zu verstehen: Sie hatte vielleicht einen harten Tag ...
- Noten sind nicht alles im Leben, mach dir keine Sorgen!

2. Spüre nach, wie es dir mit den jeweiligen Reaktionen gehen würde, wenn du die Person wärest, die die Geschichte mit der Lehrerin erzählt. Wo geht dein Herz auf? Wo verschließt sich etwas?

3. Diskutiere mit anderen Menschen darüber, welche Reaktionen sie als empathisch empfinden und wie sie sich mit den Antworten fühlen würden.