

## Im Maskenworkshop sich selber finden

### **Sein, wie ich bin**

#### **Aufgaben**

##### **Teil I**

Lest den Text „Sein, wie ich bin“. Überlegt euch, warum Friederike Hauser, die an Depressionen gelitten hat, lieber zum Maskenworkshop als zur Therapie geht. Wie kann es sein, dass sie sich ausgerechnet beim Basteln von Masken mit sich selber auseinandersetzen kann und dies als Lichtblick erlebt?

##### **Teil II**

1. Fallen dir Situationen ein, in denen du eine Maske getragen und dich verkleidet hast? Wie fühlte sich das an?

2. In manchen Situationen setzen wir uns *im übertragenen Sinne* Masken auf – in anderen können wir die Masken fallen lassen. Welche Situationen könnten das sein? Ist es sinnvoll, sich im Alltag manchmal eine „Maske“ aufzusetzen? Wie möchtest du anderen begegnen und wie möchtest du, dass sie dir begegnen?

##### **Teil III**

Du bekommst von deiner Lehrerin/deinem Lehrer eine oder auch mehrere Vorlagen für Masken. Male sie so an, dass eine Maske für dich dabei herauskommt. Zeigt euch gegenseitig eure Werke und sprecht darüber: Wer oder was wäre ich gerne?