

Fotoprotokoll inkl. Spiele- und Methodenbeschreibungen Grundkurs Teil 1



von 24. bis 27. Oktober 2024
Greisinghof / OÖ

Referentin: Maria-Theres Welich
Erwachsenenbildnerin
mariatheres@gmx.at

Diese Spielbeschreibungen sind nicht zur Veröffentlichung in Publikationen, Homepages etc. oder zur Vervielfältigung und Weitergabe bestimmt. Das vorliegende Dokument ist ausschließlich eine Sammlung der erprobten Methoden für die Teilnehmer:innen des Seminars! Es ist möglich, dass unterschiedlich gegandert wurde, aufgrund unterschiedlicher Spielesammlungen.



Programm

GRUNDKURS ORIENTIERUNGSTAGE

DONNERSTAG

14.00 ANKOMMEN

15.00 BEGINN, ORGANISATORISCHES
IN JEDEM ANFANG liegt ein
ZAUBER.....
KENNENLERNEN

18.00 ABENDESSEN

19.00 ORIENTIERUNGSTAGE
SPIELPÄDAGOGIK

21.00 STERNSTUNDEN -
GUTE NACHT WORT

ca. 21.20 ENDE

FREITAG

8.45 GUTEN MORGEN + GEBET

9.00 GRUPPENDYNAMIK
& KONFLIKTE

12.00 MITTAGESSEN

14.00 OUTDOOR
ERLEBNISPÄDAGOGIK
+ FOTOBOX mit SHONE

18.00 ABENDESSEN

19.00 SPIRITUALITÄT bei OTs
mit Regina
inkl. ABENDLOB

ca 21.30 ENDE

18.7.30
FRÜHSTÜCK

SAMSTAG

8.45 GUTEN MORGEN + GEBET

9.00 IDENTITÄT
+ FREUNDSCHAFT

12.00 MITTAGESSEN

14.00 KONKRETE OT PLANUNG
THEORIE

15.00 AUSARBEITUNG VON OTs

18.00 ABENDESSEN

19.00 PRÄSENTATION & TEILEN
VON ERFÄHRUNGEN &
METHODEN

21.30 ABENDLOB

21.45 ENDE



SONNTAG

8.30 MÖGLICHKEIT zur HL. MESSE

9.30 ABLÄUFE OT / TEILEN VON
ERFÄHRUNGEN & METHODEN
& EINEN GUTEN ABSCHLUSS
finden

12.00 MITTAGESSEN

13.00 DAS BESTE KOMMT
RUM SCHLUSS....

14.00 ENDE
GUTE HEIMREISE
&
VIEL FREUDE bei den OTs

**„In jedem Anfang liegt ein Zauber inne“ H. Hesse oder „Vom guten Beginnen“
Kennenlernspiele und Spiele für Zwischendurch**

Vorstellrunde – Persönliche Gegenstände

Zuerst legen alle Gegenstände zur Begutachtung auf einem Tuch.

Die TN:innen sind eingeladen sich mit dem eigenen Gegenstand vorzustellen.

Dann schauen wir uns die Gegenstände nochmal auf dem Tuch an.

Beobachtung – wie hat sich die Beziehung zu diesen Gegenständen verändert?

Namenskarusell

Die Gruppe stellt sich in einen Kreis auf und einer stoppt mit einer Uhr. Jetzt muss einer anfangen und den Namen vom linken Nebenmann sagen, der dann wieder den vom linken... Bis alle Namen einmal im Kreis herum genannt wurden. Jetzt könnt ihr versuchen neue Geschwindigkeitsrekorde aufzustellen! Das Spiel eignet sich vor allem für große Gruppen.

Richtige Aufstellung

Auf Kommando muss nun jede Gruppe sich so schnell als möglich in die richtige Reihenfolge stellen. z.B.: alphabetisch sortiert nach dem ersten oder zweiten Vornamen, nach der Größe, nach dem Alter, nach Gewicht, nach Schuhgröße.

Ausbildung - Bundesland - OT Erfahrung

Zipp - Zapp

Alle sitzen im Sesselkreis. Eine Person ist in der Mitte. Diese zeigt auf eine/n Mitspieler/in und sagt Zipp oder Zapp. Bei Zipp muss der Name des/der linken Nachbars/Nachbarin genannt werden und bei Zapp muss der Name des/der rechten Nachbarn/Nachbarin genannt werden. Wenn der/die Angesprochene den richtigen Namen nicht innerhalb von 3-4 Sekunden nennt, oder einen Fehler macht, muss in die Mitte. Sagt der Spieler in der Mitte Zipp-Zapp müssen sich alle Spieler/-innen einen neuen Platz suchen.

Zug

Sesselkreis. Eine Person stellt sich in die Mitte. Der Sessel bleibt im Sesselkreis. Die Person die nun an ihrer rechten Seite einen leeren Stuhl hat rutscht einen Platz weiter und sagt dabei: "Ich fahre Zug!" Der Nächste sagt: "Ich fahre mit!" Der darauf sagt: "Ich fahre Schwarz!" und der letzte (der Vierte) sagt: Ich nehme mit... (z.b. Olaf)! Nun muss Olaf aufstehen und zum leeren Sessel hin. Der in der Mitte versucht die Person gleichzeitig während dem Platzwechsel den Platz einzunehmen an dem Olaf saß. Die Person bei dem Olaf rechts saß muss aber dann so schnell reagieren bevor das Kind aus der Mitte da ist und wieder sagen: "Ich fahre Zug!" und dann geht das ganze wieder von vorne los. Ist eine Person zu langsam oder reagiert falsch, und die Person in der Mitte setzt hin, kommt diese in die Mitte.

Alle, die...

Alle sitzen im Stuhlkreis, einer steht in der Mitte. Er sagt z.B.: „Alle, die grüne Augen haben.“ Oder „Alle, die Geschwister haben.“ etc. Diese müssen dann Platz tauschen und der in der Mitte muss versuchen, einen Platz für sich zu ergattern. Derjenige, der übrig bleibt ist als nächstes in der Mitte.

Obstsalat oder Weihnachten – Kekse – Christbaumkugeln – Krippe /SKI WM

Die Spieler sitzen in einem Kreis auf Stühlen. Ein Spieler - er hat keinen Stuhl - steht in der Mitte des Kreises. Die Spieler bekommen Obstnamen (Apfel, Birne, Banane, Kirsche, ...) verliehen. Je mehr Spieler, desto mehr verschiedene Typen kann es geben. Pro Sorte sollte es aber zumindest drei Spieler geben. Auch der Spieler in der Mitte bekommt einen Sortennamen.

Der Spieler in der Mitte darf nun eine der Sorten nennen. Darauf hin müssen die Spieler mit dem betroffenen Namen Plätze tauschen. Der Spieler der Mitte darf natürlich ebenfalls versuchen, einen Platz zu ergattern. Wer übrig bleibt, ist nächster Spieler in der Mitte.

Statt dem Namen einer der Obstsorten darf man auch "Obstsalat" sagen. Dann müssen alle Spieler ihren Platz tauschen.

Wer hat die Sau gfladert - Zeitungschlagen

Eine zusammengerollte Zeitung dient als Schlagstock. Alle sitzen im Kreis bis auf eine Person, die sich in der Kreismitte befindet und keinen Platz hat - jedoch die Zeitung. Die Person in der Kreismitte fragt eine Person: „Wer hat die Sau gfladert?“ Die Person in der Mitte muss die genannte Person nun mit der Zeitung leicht abschlagen, bevor der Genannte einen weiteren Namen eines Mitspielers nennen kann.

Contacta

Mit jemanden ein Kleidungsstück tauschen	Mit jemanden abwechselnd bis 23	Jemandem etwas ins Ohr flüstern	Jemandem den Rücken massieren	Mit jemanden ein Lied singen
Suche jemanden, der/die ein Instrument spielt	Gehe im Raum herum und finde Personen die den Anforderungen in den Kästchen entsprechen bzw. sich mit dir auf diese Übung einlassen. Für jedes Kästchen soll eine Person gefunden werden. Viel Spaß beim Suchen und Finden.	CONTACTA		Jemandem ein Kompliment machen
Suche jemanden der/die denselben Sport wie du betreibt				Jemandem Huckepack tragen
Jemanden suchen, der/die im selben Monat wie du Geburtstag hat				Jemandem in einer anderen Sprache begrüßen
Jemanden suchen, der/die schon mal in der Bundeshauptstadt war				Mit jemanden Armdrücken
Jemanden suchen, der/die mit dir zwei Gemeinsamkeiten hat	Jemanden suchen, der/die gleich viele Geschwister hat	Mit jemandem das Tanzbein schwingen	Jemanden einen Witz erzählen	Mit jemandem Knobeln

Planetenbahnen

Die Spieler/innen stellen sich im Kreis auf, eine Spieler/in bekommt einen Ball. Der Ball wird so geworfen, dass alle Spieler/innen ihn einmal bekommen, bis er wieder beim Ausgangspunkt ist. Der Ball soll nicht im Kreis geworfen werden. Um sich die Route des Balls zu merken, wird der Ball mehrmals in dieser Reihenfolge geworfen. Dann könnt ihr einen zweiten, dritten, usw. Ball ins Spiel bringen, der genau die gleiche Route geworfen wird.

Variante: Ihr verwendet verschiedenartige Bälle, z.B. Tennisball, Jonglierball,

Jede/r Spieler/in ruft zuerst den Namen des Kindes, bevor er/sie ihm den Ball zuwirft.

Wenn ihr euch die Reihenfolge des ersten Ball gut eingepägt habt, wird ein weiterer Ball ins Spiel gebracht, der die gleiche Rout in umgekehrter Reihenfolge geworfen wird. Um euch die "verkehrte" Reihenfolge einzuprägen, werft ihr den Ball nun mehrmals in der verkehrten Reihenfolge. Dann könnt ihr probieren, gleichzeitig den ersten Ball in der ursprünglichen und den zweiten Ball in der "verkehrten" Richtung zu werfen.

Lüge – Wahrheit - Spiel – auch für Gruppen

Vorbereitung des Spieles – jede/r bekommt drei Zuckerl als Wetteinsatz..

Jemand oder eine Gruppe stellt 3 Behauptungen auf: 2 entsprechen der Wahrheit (auf die Person/Gruppe) und 1 ist eine Lüge (der Person/Gruppe).

Dann muss der Nächste oder die andere Gruppe raten welche der drei Behauptungen die Lüge ist.

Errät die andere Gruppe oder Person die Lüge – bekommt diese Person, die die Lüge erraten hat ein Zuckerl. (oder die Gruppe die richtig geraten hat einen Punkt)

Ratet die Gruppe oder die Person falsch – dann muss die Person ein Zuckerl von sich hergeben.

z.B. Maria behauptet

1. Ich habe einen Wohnwagen (Wahrheit)
2. Ich mache Mittagsschlaf (Lüge)
3. Ich spiele Tennis (Wahrheit)

Polsterrallye

Zwei Kissen werden im Kreis herum gereicht und die Teams versuchen das Kissen der gegnerischen Mannschaft zu überholen.

Die Spieler*innen zählen der Reihe nach ab (1,2,3,4,5, ...). Alle Spieler/innen mit einer ungeraden Nummer gehören zu einer Mannschaft, alle Spieler*innen mit einer geraden Nummer der anderen Mannschaft an. *Die Spieler/innen sortieren sich jedoch nicht nach Mannschaften, sondern bleiben so sitzen.* Nun erhalten beide Mannschaften je ein Kissen. Zwischen den Spieler*innen, die die Kissen erhalten, sollte möglichst gleich viele Mitspieler*innen sitzen.

Auf „Los“ geben die Spieler*innen ihr Kissen im Uhrzeigersinn an den oder die nächsten Spieler*in der *eigenen* Mannschaft weiter, also am direkten Nachbarn vorbei. Die Spieler*innen der gegnerischen Mannschaft dürfen dabei nicht stören oder behindern. Sobald ein Kissen das Kissen der gegnerischen Mannschaft überholt, hat die Mannschaft, die das Kissen eingeholt hat, gewonnen.

Whiskeymixer- Wachsmaske - Messwechsel

Wichtig für dieses Aufwärmenspiel sind die drei Wörter "Whiskeymixer", "Wachsmaske" und "Messwechsel". Alle Spieler stellen sich im Kreis auf. Im Uhrzeigersinn wird das Wort "Whiskeymixer" möglichst schnell herum gegeben. Sagt ein Spieler "Messwechsel", wird die Richtung gewechselt und das Wort "Wachsmaske" wird entgegen dem Uhrzeigersinn weitergegeben. Das A und O des Spiels ist dabei Geschwindigkeit: Zögert ein Spieler oder fängt an zu lachen, muss er bzw. sie einmal um den Kreis laufen.

BillibilliBOB

Für dieses Spiel werden mindesten fünf Spieler benötigt (besser ist es aber mit mindestens acht Spielern zu spielen), die nicht viel jünger als sechs Jahre alt sein sollten. Ist das Spiel zu einfach, kann es um einige Figuren erweitert werden.

Die Mitspieler stellen sich in einem Kreis auf, einer stellt sich in die Mitte. Derjenige, der in der Mitte steht, zeigt deutlich mit dem Finger auf eine andere Person und sagt "Billi Billi Bob". Der Aufgerufene hat nun die Aufgabe schneller "Bob" zu sagen als der in der Mitte. Gelingt ihm das nicht, muss er in die Mitte und für den vorherigen weiterspielen, ist er schnell genug, muss der in der Mitte Stehende weiterspielen.

Wird das Spiel zu langweilig oder zu einfach, können Figuren eingebaut werden, die von der Person, auf die gezeigt wird und den beiden danebenstehenden, ausgeführt werden sollen. Wenn einer der drei seinen Einsatz verpasst oder eine falsche Figur macht, muss er in die Mitte. Klassische Erweiterungen sind:

- **Toaster:** Der Mittlere der Drei ist der Toast und hüpfert hoch und runter, die beiden am Rand sind der Toaster und umrahmen den Toast mit ihrem Armen.
- **Mixer:** Der Mittlere legt seine Finger auf den Kopf der beiden anderen, die sich drehen.
- **Laterne:** Der Mittlere formt mit den Armen die Leuchte mit dem Kopf als Glühlampe, die beiden anderen sind Hunde die ihr Bein heben.
- **Elefant:** Die beiden Äußeren formen mit ihren Armen die Ohren und der Mittlere den Rüssel.

Kommunikationsspiel

Die Klasse sitzt im Sesselkreis. Jede/r bekommt eine Zahl, welche von keinem gesehen werden darf. Die Zahlen sind 1 bis Anzahl der Schüler/-innen. Eine/r stellt sich in die Mitte und nennt 2 Zahlen (nicht die eigene!!). Die Personen, die die Zahlen haben, müssen sich nonverbal und ohne, dass die Person in der Mitte es merkt finden und anschließend Platz tauschen. Die Person darf 2 Tipps abgeben. Ihr Ziel ist natürlich, sich hinzusetzen.

Von 10 auf 1 Schütteln

Dieses Spiel wird gemeinsam und gleichzeitig gespielt. Es wird begonnen mit der rechten Hand und diese wird 10 mal ausgeschüttelt, danach die linke Hand, der rechte Fuß und dann der linke Fuß. Dann beginnt man in der Reihenfolge wieder bei der rechten Hand und schüttelt 9 Mal. Das macht man so lange bis man alle Körperteile von 10 bis 1 ausgeschüttelt hat. Dabei wird das Tempo gesteigert.

1-2-3

Die beiden Spieler/innen nennen fortlaufend die Zahlen 1, 2 und 3. Dabei nennen sie immer abwechselnd eine Zahl; nach "3" wird wieder mit "1" fortgesetzt:

Spieler 1: "eins"

Spieler 2: "zwei"

Spieler 1: "drei"

Spieler 2: "eins"

Spieler 1: "zwei" ...

Dies bedarf schon einiger Konzentration und sollte kurze Zeit geübt werden. Anschließend werden - hintereinander, mit etwas Übungszeit dazwischen - die Zahlen jeweils durch Bewegungen ersetzt. Statt "eins" schnippt man mit den Fingern, statt "zwei" klatscht man in die Hände und statt "drei" hüpft man.

Nach der ersten Ersetzung lautet die Reihenfolge also:

Spieler 1: Schnippen

Spieler 2: "zwei"

Spieler 1: "drei"

Spieler 2: Schnippen

Spieler 1: "zwei" ...

Letztendlich werden überhaupt nur mehr die Bewegungen ausgeführt.

Spieler 1: Schnippen

Spieler 2: Klatschen

Spieler 1: Hüpfen

Spieler 2: Schnippen

Spieler 1: Klatschen

Blaues SOFA

Material: 3 Sessel

Dauer: 10 Minuten

Es werden drei Sessel nebeneinander aufgestellt. Auf dem mittleren Sessel setzt sich jemand mit dem Startbegriff „Freundschaft“. Die TN können nun laut Begriffe nennen, die sie damit assoziieren, die ihnen einfach in den Sinn kommen. Die ersten beiden TN, die einen Begriff nennen, setzen sich links und rechts auf die Sessel. Die Person in der Mitte darf sich nun einen der beiden Begriffe aussuchen, der ihr besser gefällt. Sie „nimmt“ diesen Begriff und den dazugehörenden TN „mit“. Die beiden kehren in den Sesselkreis zurück. Der TN der noch auf dem Sofa sitzt wiederholt seinen Begriff und setzt sich in die Mitte des Sofas. Nun werden wieder neue Begriffe zu diesem assoziiert.

Das Spiel kann auch gut für andere Themen eingesetzt werden.

Erball Erdumlaufbahn

Evolution – Schere-Stein-Papier

Zu Beginn sind alle Spieler/innen Eier. Sie können sich nur am Boden rollend fortbewegen. Treffen sich zwei Eier, dann kämpfen sie gegeneinander: sie spielen eine Runde Schere-Stein-Papier. Der Gewinner steigt in der Evolution um einen Schritt auf und entwickelt sich zum Huhn. Dies setzt sich fort, bis ein/eine Spieler/in die Stufe Mensch erreicht hat. Wichtig dabei ist: es dürfen nur gleiche Evolutionsstufen miteinander kämpfen.

Die Figuren lauten wie folgt:

- Ei: rollt am Boden.
- Huhn: bewegt sich hockend am Boden fort, schlägt dabei mit den Flügeln und gackert.
- Dinosaurier: läuft gebückt und mit angezogenen Armen herum, brüllt gelegentlich.
- Affe: geht (fast) aufrecht, klopfen sich auf die Brust und geben Affen-Geräusche von sich.
- Mensch: stolziert aufrecht.

Natürlich können auch weitere Figuren erfunden und eingefügt werden.

Varianten

Man kann auch vereinbaren, dass der Verlierer jeweils eine Stufe zurück muss. Weiter zurück als das Ei ist aber natürlich nicht möglich, ein Ei bleibt ein Ei.

Weitere Evolutionsstufen können eingeführt werden.

Zublinzeln

Halb so viele Stühle wie Personen

Ein Stuhlkreis wird gebildet. Es wird eine ungerade Personenanzahl benötigt. Eine Sitzfläche sollte leer bleiben. Die Teilnehmenden bilden Zweiergruppen und 1 TN stellt sich hinter den Stuhl der andere TN sitzt sich auf den Stuhl.

Dieser Spieler blinzelt einem Spieler der sitzenden zu. Die Person der zugeblinzelt wurde versucht nun den Platz zu wechseln, ohne dass sie berührt wird.

Gelingt es der angeblinzelten Person den Platz zu wechseln, blinzelt dann die Person die hinter dem freigewordenen Stuhl steht.

Nach einer Zeit werden die Rollen vertauscht und die die hinten stehen sitzen nach vorne. Wichtig ist zu beachten, dass die stehenden Personen sich auf den Kopf der vorderen Person konzentrieren und auf den Kopf schauen.

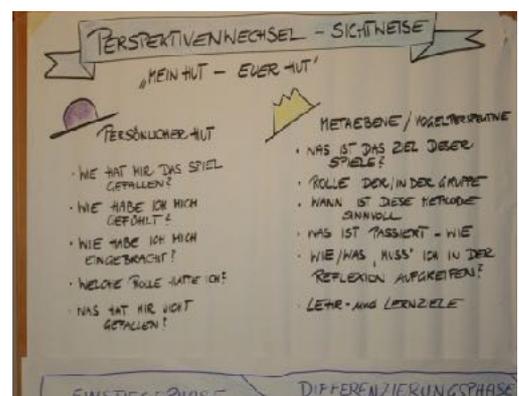
Reflexion:

Mit dem persönlichen Hut:

Welches Spiel hat euch besonders gut gefallen
Welches wenig?

Mit dem Metaebenen Hut:

Was ist das Ziel dieser Spiele?
Was können die TN nacher?
Was bewirken diese Spiele?
Was ist für den Referenten wichtig bei diesen



Spielen?

Was kann das für die Gruppe aufzeigen?

Wann ist es sinnvoll diese Spiele einzusetzen?

Einführung in die Spielpädagogik

Definition von Spielen - ein Beschreibungsversuch:

1. Spielen ist eine aktive, freiwillige Handlung
2. Die Spieler nehmen ihre realen Fähigkeiten mit ins Spiel – schaffen aber eine zweite Wirklichkeit durch ihre Projektion, Regeln, Annahmen und ihr „So tun, als ob...“ Das setzt Umweltbezug und Phantasie gleichermaßen voraus, lässt aber Grenzüberschreitungen zu.
3. Spiel macht Spaß
4. Spiel ist durch Eigendynamik gekennzeichnet. Wechsel von Anspannung und Entspannung und Zufall von Regelung
5. Eine Spielwelt beansprucht die spielenden geistig, körperlich und gefühlsmäßig.
6. Beim Spielen wird gelernt, wird Verhalten geübt bzw. verstärkt – zumeist unbewusst (Spielpraxis – Eine Einführung in die Spielpädagogik – Ulrich Baer S.29)

Aspekte des menschlichen Zusammenlebens:

- Konkurrenz
- Macht (Ordnung und Unterordnung, Führen und geführt werden)
- Sexualität
- Anerkennung und Selbstbestätigung
- Spaß und Freude
- Leistungsdenken
- Solidarität
- Nächstenliebe
- Bloßstellen
- Niederlagen erleben / beifügen
- destruktives Verhalten
- Fähigkeiten entdecken und fördern
- Unsicherheit erleben und abbauen
- Mit Ängsten fertig werden
- Hemmungen überwinden
- Erlebnisse schaffen, die man sonst nicht erlebt
- Sich Messen, Kämpfen und (Grenz-)Erfahrungen machen
- Auseinandersetzung mit sich selbst und den andere

Bedeutung der Spiele-Pädagogik:

Spielen bedeutet: Spaß, Spiel und Spannung...

...aber auch manchmal die Erkenntnis dass

Sieg und Niederlage

Stärken und Schwächen

Selbstsicherheit und Ängste

eng beieinander liegen können

ODER

Dass manchen Kindern bestimmte Spiele keinen Spaß machen,

dass manchen Kindern bestimmte Spiele einfach zu langweilig sind

dass manche Kinder gar nicht gewohnt sind innerhalb einer Gruppe zu spielen

Das DDADA-Modell

D – Describe – Kurz erklären

D – Demonstrate – Vorzeigen

A – Ask for questions – Gibt es dazu Fragen?

D – Do it – Los geht's

A – Adapt it – Anpassen, verändern

„Was genau sind Orientierungstage?“

Orientierungstage

... sind ein schulpastorales Angebot der Katholischen Jugend Oberösterreich.

... richten sich an Schulklassen ab der 8. Schulstufe.

... dauern ein bis zwei Tage, jedoch mindestens sechs Stunden bzw. 7 Unterrichtseinheiten.

... finden außerhalb des Schulgebäudes statt.

... werden von ausgebildeten Orientierungstageleiter:innen geleitet.

... richten sich an die gesamte Klasse, unabhängig vom religiösen Bekenntnis der Schüler:innen.

... werden zu verschiedenen Themen angeboten.

Methodik und Ziele von Orientierungstagen

- Orientierungstage basieren auf den Prinzipien Wertschätzung, Ganzheitlichkeit, Vertraulichkeit und Freiwilligkeit.
- Im Zentrum der pädagogischen Arbeit stehen die Jugendlichen mit ihren Fragen und Anliegen.
- Die Orientierungstageleiter*innen arbeiten prozessorientiert.
- Von Beginn an wird die Gruppe mit ihren Ressourcen und Möglichkeiten in den Blick genommen und soziales Lernen gefördert.
- Mit dem Einsatz von vielfältigen Methoden und (erlebnispädagogischen) Spielen wollen wir Jugendliche herausfordern und ihnen neue Denkanstöße und Impulse in der Auseinandersetzung mit dem gewählten Thema geben.
- Ziel eines Orientierungstages ist immer auch ein besseres Kennenlernen der Mitschüler*innen zu ermöglichen, sensibel füreinander zu werden, ein respektvolles Miteinander in der Klasse zu fördern und ein Gemeinschaftserlebnis zu ermöglichen.

Situation der Orientierungstage

Wir arbeiten im Gruppensetting – da fließen die Vorstellungen, Ansprüche und die konkreten Bedürfnisse des Jugendlichen und deine als Referentin hinein. Sichtbar macht das Situationsmodell von Schulz von Thun.

Das **Situationsmodell** ist eines der sechs Modelle der Hamburger Kommunikationspsychologie nach Friedemann Schulz von Thun. Es zeigt, dass vier Komponenten von Bedeutung sind, um die Wahrheit der Situation (→Stimmigkeit) zu erfassen:

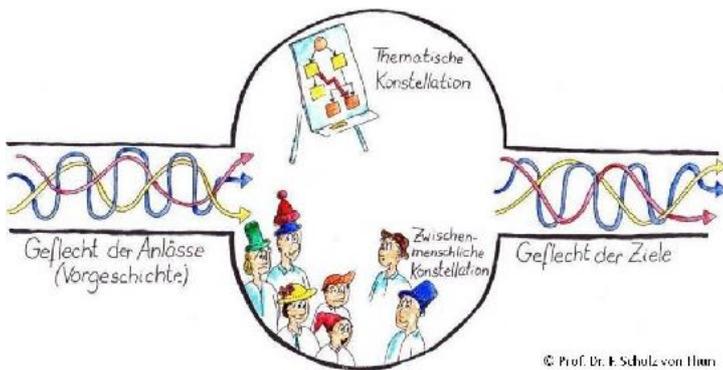


Schaubild Situationsmodell nach Schulz von Thun

1. Der *Eingangskanal* steht für die *Vorgeschichte* und für die gegebenen Anlässe, die zu der Situation geführt haben. Menschliche Begegnungen und Gespräche ereignen sich in vielen Fällen nicht spontan und absichtslos, sondern sie finden, besonders im beruflichen Bereich, aufgrund einer Verabredung oder einer Einladung statt. Damit das Treffen (die Sitzung, die Klausur, die Veranstaltung, das Gespräch) überhaupt zustande kommen kann, sind im Vorfeld Anlässe gegeben und Kräfte wirksam. Fragen, die diese Komponente aufhellen, sind zum Beispiel: "Was war der Anlass für dieses Treffen? Wer hat in wessen Auftrag dazu eingeladen? Was ist dem Treffen schon vorausgegangen an Vorklärungen, Telefonaten, vorbereitenden Gesprächen? Wer mit wem und welchem Ergebnis?" Manchmal hat jeder Teilnehmer des Treffens seine eigene, nur ihm bekannte Vorgeschichte. Dann lohnt es sich meistens, in einer Anfangsrunde den persönlichen Hintergrund der Anwesenheit zu klären.

Aus welchem Anlass kommen Lehrer, Schüler und Wir?

Lehrer: weil sie einen Tag für die Klasse wollen

Schüler: na Gott sei dank keine Schüler

Wir: weil wir was Bewegen wollen?

2. Der *Oberbauch* steht für die *thematische Struktur*. Damit ist gemeint: "Welche Themen führen uns zusammen? Was steht auf der Tagesordnung? Was gehört zu unserer Aufgabe, was nicht? In welche Unter Aspekte strukturiert sich das Rahmenthema? Was ist thematisch vorgegeben, was ist hier unter uns erst noch zu erheben? Mit einem Wort: Worum geht es?" Das Thema muss mit dem Anlass und mit der Zielsetzung in Übereinstimmung sein, sonst stimmt etwas nicht.

Welches gemeinsame Thema soll bearbeitet werden – Ots...

3. Der *Unterbauch* steht für die **zwischenmenschliche Struktur der Beteiligten**, nämlich: "Wer ist anwesend, wer ist hier zusammengekommen? Warum ausgerechnet diese und keine anderen? In welcher Funktion, in welcher Rolle, mit welchem Interesse, in wessen Auftrag? Ist die Zusammensetzung stimmig, das heißt, in Übereinstimmung mit Anlass, Thema und Zielsetzung? Wer fehlt? Warum? Bei welchen der Anwesenden ist unklar, warum bzw. wozu er dabei ist?" In diesem Zusammenhang ist die Rolle (dargestellt als Hut), die die Personen innehaben, von großer Bedeutung. Denn es ist diese situative Rolle, welche meine Vorstellung davon prägt, was mein Beitrag zu einer Situation sein sollte und wie er vorzubringen ist.

4. Der *Ausgangskanal* steht für die **Ziele des Treffens**, was dabei herauskommen soll, z.B. **eine Entscheidung, eine Vereinbarung, ein Konzept, ein gemeinsamer Informationsstand etc.** Die Haupt- und Nebenziele, die die Anwesenden in das Treffen hinein tragen, werden nicht alle gleich sein, daher ist das Geflecht der Ziele als Fadengewirr symbolisiert. Zur Erleichterung einer situationsgerechten Kommunikation ist es dienlich, wenn der Leiter seine Zielsetzung des Treffens verbindlich herausstellt und mit den Zielen der Anwesenden abgleicht.

Geflecht der Ziele:

Lehrer: dass der OT sinnvoll ist.....

Schüler: dass er schnell vergeht....

Wir: Klassenregeln

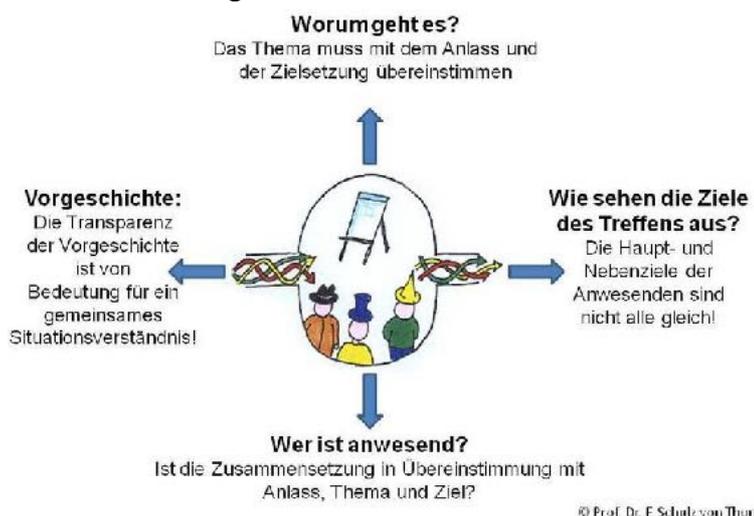


Schaubild Situationsmodell nach Schulz von Thun

Mithilfe des Situationsmodells wird also die Summe all jener Umstände zu erfassen gesucht, welche in der Situation enthalten sind, ihren Schwerpunkt definieren und die psychische Realität der Anwesenden beeinflussen. Mit diesem Wissen kann es gelingen z.B. Gespräche, Besprechungen und Zusammenkünfte **situationslogisch** und **systemgerecht** zu handhaben.

Theorieinput - Gruppendynamik

Phasenmodell nach Tuckman

Von Bruce Tuckman stammt ein weiteres, häufig eingesetztes Phasenmodell, das von König/Schattenhofer weiterentwickelt wurde. Es enthält insgesamt fünf Phasen der Gruppenentwicklung:

- Forming
- Storming
- Norming
- Performing
- Re-Forming (bzw. adjourning).

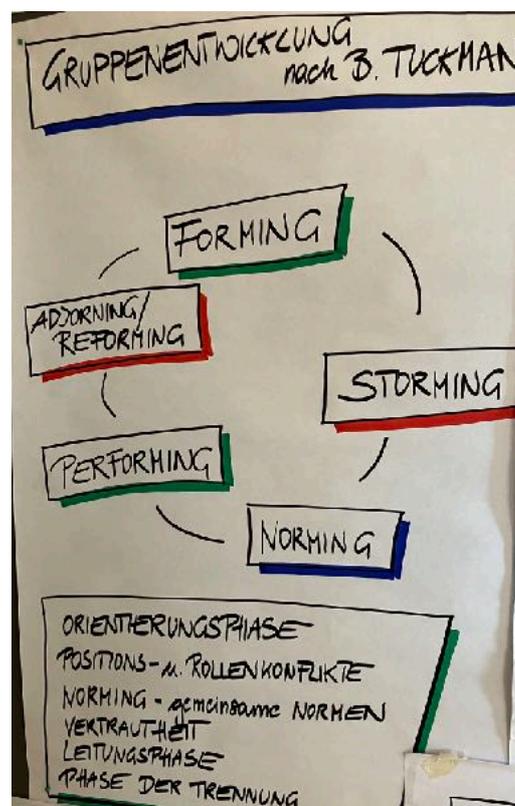
Die Reihenfolge suggeriert einen linearen Prozess, der es nicht ist: Gruppen entwickeln sich zyklisch, sie können Phasen "überspringen" oder "zurückfallen" und im Laufe ihrer Existenz mehrere "Kreise" durchlaufen - insbesondere, wenn Gruppenmitglieder ausscheiden oder neu hinzukommen.

Funktion / Position / Rolle

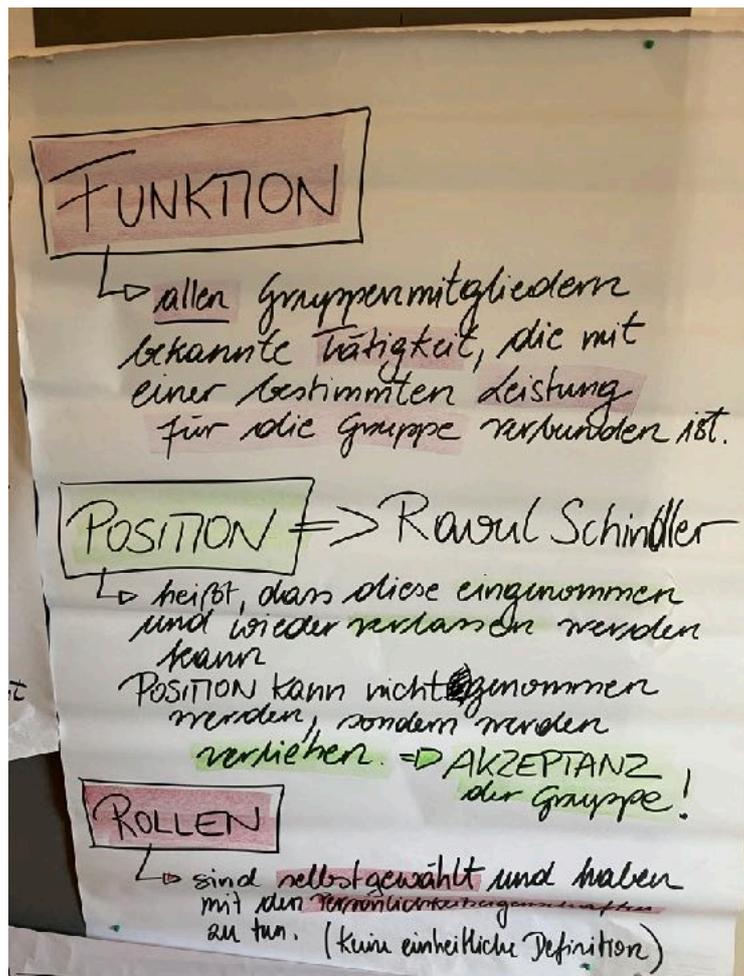
Die Theorien der Gruppendynamik unterscheiden stärker als andere Theorien zwischen *Funktion*, *Position* und *Rolle* als bestimmende Elemente von Verhalten:

Funktion

Eine **Funktion** beschreibt eine vereinbarte oder verliehene, allen Gruppenmitgliedern bekannte Tätigkeit, die mit einer spezifischen Leistung für die Gruppe verbunden ist. Die Funktion muss nicht ausgesprochen sein - in der Regel sind viele Funktionen dies nicht. Die spezifische Leistung knüpft in der Regel an die grundlegenden Parameter der Existenz einer Gruppe an, z.B. Kontakt, Zielorientierung, Zusammenhalt,



Zugehörigkeit oder mehr



Rollen

Während die **Funktion** über die *Aufgabe* in einer Gruppe Auskunft gibt und die **Position** über die *Macht* in der Gruppe, ist damit nichts darüber gesagt, wie dies ausgeübt wird. Dieses Set an spezifischen Merkmalen (Handlungen, Aussehen, Sprache, Körpersprache etc.) ist die *Rolle*. - z.B. als „Klassenkasper“, als „Intrigant“, oder „Beliebte/r“. Rollen sind daher stärker selbstgewählt und haben stärker mit den Persönlichkeitseigenschaften der Rollenträger:in zu tun. Es gibt in der gruppodynamischen Literatur keine einheitliche Definition von Rollen - die kann es auch Kraft der Definition nicht geben.

„Abendlob“ – Gute Nacht Wort

Erklärung zum Wort zur Guten Nacht:

Klein und bescheiden begann Don Bosco auch mit dem Internat. Wie er selbst sagte, waren viele Jugendliche aus Turin und Umgebung voll guten Willens, ein sittliches und arbeitsames Leben zu führen, doch hatten sie weder Brot noch Arbeit und Unterkunft. Zunächst bereitete Don Bosco für besondere Notfälle eine Scheune mit Stroh und Decken vor, doch wurde er wiederholt bestohlen.

An einem regnerischen Maitag klopfte ein ganz durchnässter 15-jähriger Junge schüchtern an. „Ich bin Waise, komme aus dem Dorf Valesia, bin Maurer und habe keine Arbeit. Ich friere, ich weiß nicht, wohin ich gehen soll.“ Don Boscos Mutter nahm ihn auf, setzte ihn zum Herdfeuer, gab ihm Suppe und Brot.

Auf die Frage: Wohin willst du nun gehen? Brach er in Tränen aus und sagte: „Ich bitte, um der Liebe willen in irgendeinem Winkel des Hauses übernachten zu dürfen.“ Mutter Margareta richtete in der Küche das erste Bett. Auf Ziegel legte sie einige Bretter und brachte dann einen Strohsack. Dann betete sie mit dem Maurerlehrling und sagte ihm einige gute und belehrende Worte über den Wert der Arbeit und die Treue im Glauben.

Die Salesianer sehen bis heute in diesem Abendwort der Mutter Don Boscos die erste „Gute Nacht“. Für Don Bosco war diese tägliche kurze Ansprache ein wertvolles Erziehungsmittel.

(Anton Birklbauer, Die ersten „Internen“, Don Bosco - ein Leben für die Jugend, S. 55 -56)

AM ENDE DES TAGES – Wise Guys (Songtext)

Am Ende des Tages, wenn die Nacht beginnt, denkst du an die Menschen, die dir wichtig sind, lehnst dich zurück, machst die Augen zu ... wen siehst du?

Du hattest heut' einen hektischen Tag
 und dabei weit und breit keine Zeit,
 um kurz mal durchzuschlafen.
 Du standest vor 'nem Haufen
 von Dingen, die du einfach machen musst
 und hattest auch Frust,
 weil so vieles so belanglos ist.
 Oberflächlichkeiten
 und Leute, die sich streiten,
 die Stress und Unwahrheiten immer ganz gezielt
 verbreiten.
 Die Leute ticken aus...
 ...du freust dich auf zu Haus'.

Am Ende des Tages, wenn die Nacht beginnt,
 denkst du an die Menschen, die dir wichtig sind,
 lehnt dich zurück, machst die Augen zu ...
 wen siehst du?

Am Ende des Tages kommst du endlich zur Ruhe
 und siehst in deinem Herzen eine kleine Schatztruhe
 mit Namen von den Leuten,
 die dir wirklich was bedeuten,
 am Ende des Tages.

Dann schläfst du ein mit dem guten Gefühl,
 dass es jemanden gibt, der dich liebt,
 und manche, die dich schätzen,
 die dich niemals verletzen,
 Menschen, die dich nehmen, wie du bist,
 und die du vermisst,
 wenn sie nicht in deiner Nähe sind.
 Freunde, die dich tragen,
 in allen Lebenslagen,
 auch an schlechten Tagen, ohne irgendwelche Fragen,
 und sind sie mal nicht da,
 sind sie dir trotzdem nah.

Am Ende des Tages, wenn die Nacht beginnt ...

„Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Beziehung“

– Virginia Satir

Durchlässig für Gott sein – Bedeutet auch Durchlässig sein für die Menschen **Der angekettete Elefant (dieser Text ist der Original-Text von Jorge Bucay)**

Ich kann nicht«, sagte ich. »Ich kann es einfach nicht.« »Bist du sicher?« fragte er mich. »Ja, nichts täte ich lieber, als mich vor sie hinzustellen und ihr zu sagen, was ich fühle. . . Aber ich weiß, dass ich es nicht kann.« Der Dicke setzte sich im Schneidersitz in einen dieser fürchterlichen blauen Polstersessel in seinem Sprechzimmer. Er lächelte, sah mir in die Augen, senkte die Stimme wie immer, wenn er wollte, dass man ihm aufmerksam zuhörte, und sagte: »Komm, ich erzähl dir eine Geschichte.« Und ohne ein Zeichen meiner Zustimmung abzuwarten, begann er zu erzählen.

ALS ICH EIN kleiner Junge war, war ich vollkommen vom Zirkus fasziniert, und am meisten gefielen mir die Tiere. Vor allem der Elefant hatte es mir angetan. Wie ich später erfuhr, ist er das Lieblingstier vieler Kinder. Während der Zirkusvorstellung stellte das riesige Tier sein ungeheures Gewicht, seine eindrucksvolle Größe und seine Kraft zur Schau. Nach der Vorstellung aber und auch in der Zeit bis kurz vor seinem Auftritt blieb der Elefant immer am Fuß an einen kleinen Pflock angekettet.

Der Pflock war allerdings nichts weiter als ein winziges Stück Holz, das kaum ein paar Zentimeter tief in der Erde steckte. Und obwohl die Kette mächtig und schwer war, stand für mich ganz außer Zweifel, dass ein Tier, das die Kraft hatte, einen Baum mitsamt der Wurzel auszureißen, sich mit Leichtigkeit von einem solchen Pflock befreien und fliehen konnte.

Dieses Rätsel beschäftigt mich bis heute. Was hält ihn zurück? Warum macht er sich nicht auf und davon? Als Sechs- oder Siebenjähriger vertraute ich noch auf die Weisheit der Erwachsenen. Also fragte ich einen Lehrer, einen Vater oder Onkel nach dem Rätsel des Elefanten. Einer von ihnen erklärte mir, der Elefant mache sich nicht aus dem Staub, weil er dressiert sei.

Meine nächste Frage lag auf der Hand: »Und wenn er dressiert ist, warum muss er dann noch angekettet werden?«

Ich erinnere mich nicht, je eine schlüssige Antwort darauf bekommen zu haben. Mit der Zeit vergaß ich das Rätsel um den angeketteten Elefanten und erinnerte mich nur dann wieder daran, wenn ich auf andere Menschen traf, die sich dieselbe Frage irgendwann auch schon einmal gestellt hatten.

Vor einigen Jahren fand ich heraus, dass zu meinem Glück doch schon jemand weise genug gewesen war, die Antwort auf die Frage zu finden:

Der Zirkuselefant flieht nicht, weil er schon seit frühester Kindheit an einen solchen Pflock gekettet ist.

Ich schloss die Augen und stellte mir den wehrlosen neugeborenen Elefanten am Pflock vor. Ich war mir sicher, dass er in diesem Moment schubst, zieht und schwitzt und sich zu befreien versucht. Und trotz aller Anstrengung gelingt es ihm nicht, weil dieser Pflock zu fest in der Erde steckt. Ich stellte mir vor, dass er erschöpft einschläft und es am nächsten Tag gleich wieder probiert, und am nächsten Tag wieder, und am nächsten... Bis eines Tages, eines für seine Zukunft verhängnisvollen Tages, das Tier seine Ohnmacht akzeptiert und sich in sein Schicksal fügt.

Dieser riesige, mächtige Elefant, den wir aus dem Zirkus kennen, flieht nicht, weil der Ärmste glaubt, dass er es nicht *kann*.

Allzu tief hat sich die Erinnerung daran, wie ohnmächtig er sich kurz nach seiner Geburt gefühlt hat, in sein Gedächtnis eingebrannt.

Und das Schlimme dabei ist, dass er diese Erinnerung nie wieder ernsthaft hinterfragt hat. Nie wieder hat er versucht, seine Kraft auf die Probe zu stellen.

»So ist es, Demian. Uns allen geht es ein bisschen so wie diesem Zirkuselefanten: Wir bewegen uns in der Welt, als wären wir an Hunderte von Pflocken gekettet.

Wir glauben, einen ganzen Haufen Dinge *nicht zu können*, bloß weil wir sie ein einziges Mal, vor sehr langer Zeit, damals, als wir noch klein waren, ausprobiert haben und gescheitert sind. Wir haben uns genauso verhalten wie der Elefant, und auch in unser Gedächtnis hat sich die Botschaft eingebrannt: Ich kann das nicht, und ich werde es niemals können.

Mit dieser Botschaft, der Botschaft, dass wir machtlos sind, sind wir groß geworden, und seitdem haben wir niemals mehr versucht, uns von unserem Pflock loszureißen.

Manchmal, wenn wir die Fußfesseln wieder spüren und mit den Ketten klirren, gerät uns der Pflock in den Blick, und wir denken: *Ich kann nicht, und werde es niemals können.*«

Jorge machte eine lange Pause. Dann rückte er ein Stück heran, setzte sich mir gegenüber auf den Boden und sprach weiter:

»Genau dasselbe hast auch du erlebt, Demian. Dein Leben ist von der Erinnerung an einen Demian geprägt, den es gar nicht mehr gibt und der nicht konnte.

Der einzige Weg herauszufinden, ob du etwas kannst oder nicht, ist, es auszuprobieren, und zwar mit vollem Einsatz. Aus ganzem Herzen!«

Kooperationsspiele

Moonbase

Geschichte: Die TN sind die Besatzung einer Mondbasis. Aus technischen Problemen musste Ihre Mission um einige Wochen verlängert werden. Jedoch reicht der Sauerstoffvorrat der Basis dafür nicht aus. Einer Rettungsmission ist es gelungen Sauerstofftanks rund um die Basis abzuwerfen, die von der Gruppe geborgen werden müssen um das weitere Überleben zu sichern.

Aufgabe/Regeln: Alle Sauerstofftanks müssen geborgen werden. Die Gruppe bekommt Zeit zum Besprechen einer Strategie. Danach sollte nicht mehr gesprochen werden. Ein Zeitlimit zum Bergen der Tanks wird mit einer Minute bei ca. 20 Teilnehmern / 1:30 ab 25 festgelegt. Pro Bergungsversuch darf nur ein Tank gerettet werden. Der Kontakt zur Basis muss immer

gegeben sein (Knoten aus Kleidungsstücken gelten nicht). Sollte die Kette reißen, wird der Tank (Luftballon&Co) zu seinem ursprünglichen Platz zurückgebracht. ! Zeit stoppen und Countdown zählen! - spornt die Gruppe an:).

Material: Bälle oder andere Gegenstände, die die Sauerstofftanks darstellen

Distanzberechnung: Max. Abstand 2 große Schritte für SuS der Oberstufe und 2 kleine Schritte für SuS der Unterstufe

Auswertung:

Im Anschluss wird das Spiel anhand von Leitfragen ausgewertet. Anregungen dafür sind folgende:

Was ist als erstes passiert?

Was hat warum (nicht) funktioniert?

Wann/wie habt ihr gemerkt, dass Kooperation mit den anderen notwendig ist?

Wie erfolgreich seid ihr bei der Aufgabe gewesen? Seid ihr zufrieden mit dem Ergebnis?

Gab es gemeinsame Absprachen? Gab es eine/n „Anführer:in“?

Wurde ein Plan gemacht oder erstmal losgelegt?

Haben sich alle beteiligt gefühlt?

Wie wurde mit Meinungsverschiedenheiten umgegangen?

Was für ein Gefühl war es, als es (nicht) geklappt hat?

Lassen sich diese Prinzipien wohl auch auf andere Sportarten und Spiele übertragen?

Was nehmt ihr aus den Erfahrungen im Spiel für den Alltag (in der Schule) mit?

Luftballontürme – Gruppendynamik in Kleingruppen

Luftballonen den höchsten Turm bauen, das ganze mit mini Luftballone die schwer zum aufblasen gehen. Bildet bitte 3er Gruppen und ihr bekommt 20 Luftballone und ein Klebeband mit diesen sollt ihr den höchsten Turm bauen – Er muss alleine stehen können, darf nirgends angeklebt werden und darf nur aus Luftballonen und diesem Klebeband bestehen. Das Klebeband darf nur zwischen Luftballone eingesetzt werden. Ihr habt 15 Minuten Zeit. Viel Erfolg! (Gruppendynamik, Anerkennung, Frusterfahrung)

Reflexion auf Flipchart und in den Gruppen

- Wie lief die Gruppenarbeit
- Was lief gut und schlecht
- Welche Potentiale gibt es?

Mögliche Reflexionsfragen für Kleingruppenarbeiten

- Wie habe ich unsere Kleingruppenarbeit insgesamt empfunden?
Was hat mir geholfen, dabei zu sein? Was hat mich behindert?
Wie gut konnte ich mich einbringen und womit hing das zusammen?
Was hätte ich noch gebraucht, um mich besser einbringen zu können?
Wie sehr oder wie wenig habe ich mich in dem gewürdigt gefühlt, was ich eingebracht habe? Was habe ich vermisst, was hat mir gefehlt?
- Wie habe ich die anderen erlebt? (Die Zusammenarbeit, das Miteinander-Umgehen) Wie beurteile ich die (Zwischen-)ergebnisse unserer Arbeit?
- *„Denk dran, dass du (der TN) in der Reflexion von dir sprichst. Es geht um dein Erleben und deine Wahrnehmungen. Keiner kann dir das streitig machen, auch wenn andere Gruppenmitglieder andere Wahrnehmungen hatten.“*

Reflexion in der Metaebene: Teambuilding – was braucht ein Team um gut arbeiten zu können?

Wer hat das Huhn/Wo ist der Ball

Eine Person wird ausgesucht und entfernt sich ca. 15 Meter von der Gruppe. Das Huhn wird vor diese Person auf den Boden gelegt. Die Gruppe stellt sich in einer Reihe nebeneinander auf. Die auserwählte Person dreht sich um und ruft: „WOOOO...IST...MEIN...HUHN!!“ Dann dreht sich diese wieder zur Gruppe. In dem Zeitraum, wo die Person sich umdreht, darf die Gruppe sich bewegen und versuchen das Huhn zu bekommen. Wenn sich jemand weiter bewegt, nachdem die Person sich wieder umgedreht hat, wird dieser wieder an den Anfang zurück geschickt. Wenn es jemand geschafft hat, das Huhn, ohne gesehen zu werden, zu bekommen, muss dieses, ohne zu werfen, zurück an die Startlinie. Die Person darf einzelne aus der Gruppe auswählen, welche auf Befehl die Hände heben müssen und so zeigen, dass sie das Huhn nicht haben. Ziel des Spiels ist es so unentdeckt das Huhn über die Ziellinie zu bekommen. Gewonnen hat entweder die Gruppe, wenn ihr dies gelingt oder die einzelne Person, wenn diese die Person in der Gruppe entdeckt, welche das Huhn in der Hand hält.

Moorpfad

Material: 30x30cm große „Platten“ (z.B. aus Pappe, Stoff, Teppichstücke)

Es wird eine Strecke der 1,5 fachen Länge der Schüler-/innenzahl begrenzt und markiert (bei 9 Schüler-/innen pro Gruppe also eine Strecke von ca. 15m). Zwischen den Endpunkten dieser Strecke befindet sich ein „Moor“. Die Gruppe erhält die Platten ausgeteilt und zwar in etwas geringerer Anzahl als die Gruppengröße selbst (bei 9 Schüler-/innen könnten z.B. 7 Platten ausgeteilt werden). Das Verhältnis von Platten zur Gruppengröße kann variiert werden, je nach erwünschtem Schwierigkeitsgrad. Je weniger Platten die Gruppe bekommt, desto schwieriger wird die Aufgabe für sie.

Die Aufgabe der Gruppe ist es nun, das Moor zu durchqueren, so dass alle auf der anderen Seite ankommen. Dabei gilt es bestimmte Regeln zu beachten, die von außen vorgegeben werden: Die Schüler-/innen dürfen nur auf den Platten stehen.

Tritt jemand daneben, muss die gesamte Gruppe von vorne anfangen. (Alternativ können auch „Beeinträchtigungen“ verteilt werden, so dass z.B. die Person, die daneben tritt, eine Augenbinde erhält oder einen Arm verbunden bekommt).

Die Platten müssen immer berührt werden (dabei ist es egal, mit welchem Körperteil sie berührt wird). Liegt eine Platte im Moor, ohne berührt zu werden, sammelt der/die Spielleiter-/in sie ein und die Platte darf nicht mehr verwendet werden.

Je nach erwünschtem Schwierigkeitsgrad (d.h. um den 'Druck' auf die Gruppe zu erhöhen) kann eine Zeitbegrenzung vorgegeben werden (z.B. 15 oder 20min).

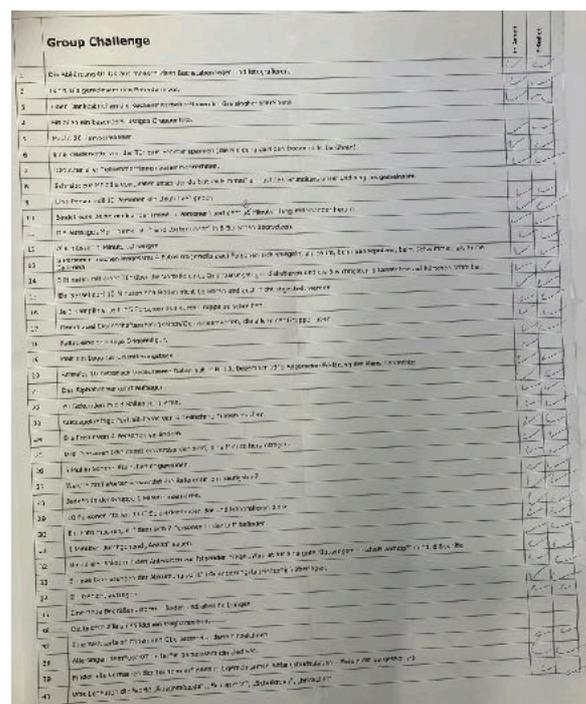
Auswertung:

Im Anschluss wird das Spiel anhand von Leitfragen ausgewertet. Anregungen dafür sind folgende:

- Was ist als erstes passiert?
- Was hat warum (nicht) funktioniert?
- Wann/wie habt ihr gemerkt, dass Kooperation mit den anderen notwendig ist?
- Wie erfolgreich seid ihr bei der Aufgabe gewesen? Seid ihr zufrieden mit dem Ergebnis?
- Gab es gemeinsame Absprachen? Gab es einen "Anführer"?
- Wurde ein Plan gemacht oder erstmal losgelegt?
- Haben sich alle beteiligt gefühlt?
- Wie wurde mit Meinungsverschiedenheiten umgegangen?
- Was für ein Gefühl war es, als es (nicht) geklappt hat?
- Lassen sich diese Prinzipien wohl auch auf andere Sportarten und Spiele übertragen?
- Was nehmt ihr aus den Erfahrungen im Spiel für den Alltag (in der Schule) mit?

Die 40 Minuten Wette - oder Group Challenge

Du stellst 40 Aufgaben vor welche die Gruppe in 40 Min zu erledigen hat....



Systemisches Dreieck

Die Teilnehmenden verteilen sich in einem Raum und suchen sich im Geheimen zwei Personen aus der Gruppe aus. Die Aufgabe ist nun, mit diesen beiden Personen ohne deren Wissen und ohne miteinander zu sprechen, ein gleichseitiges Dreieck zu bilden. Nun bewegen sich alle Mitwirkenden durch den Raum, um ihren Platz mit den jeweils Ausgewählten zu finden. Nach einer gewissen Zeit nehmen die

Bewegungen im Raum ab, bis alle ihren Platz gefunden haben und die Abstände einhalten. Nun wird offengelegt, wer die jeweiligen Bezugspersonen waren.

Diese einfach durchzuführende Übung zeigt sehr wirkungsvoll die Zusammenhänge auf, die auf ein System einwirken: Jeder Teilnehmer sucht seinen Platz in dieser Aufgabe, ist aber auch auf die Bewegungen aller anderen angewiesen, um den eigenen Platz finden zu können. Ein System schafft Abhängigkeiten und Interdependenzen. Die Übung macht deutlich, dass man nicht nur an die eigenen Aufgaben denken kann, sondern auch die Aktivitäten der anderen miteinzubeziehen sind, wenn man als Team erfolgreich sein will

Marktplatz der Talente

Die Schüler/-innen bekommen je 5 Post its. Aus jedes Post it schreiben sie eine Fähigkeit ein Talent hinauf – das sie gut können und gerne anderen weitergeben können. (z.B. eislaufen, Wurzelrechnen, etc...). Diese Post its kleben sie sich auf den Körper.

Wenn alle Schüler/-innen ihre Post its beklebt haben, dann kann der Marktplatz beginnen.

Die Schüler/-innen sind aufgefordert ihre Talente zu tauschen. – ich gebe dir etwas und ich bekomme von dir etwas, was ich nicht kann...

Wichtig ist dieses Spiel gut zu beobachten wie die Schüler/-innen miteinander agieren und auf manche Sachen reagieren.

Reflexion und Gedanken zum Weiterarbeiten:

- Was habe ich geschenkt bekommen,
- von wem habe ich etwas geschenkt bekommen?
- Welche Talente gibt es in der Gruppe? (hier könnte man beim Aufzählen auch BINGO spielen – jedes Kind schreit Bingo wenn er dieses oder jenes Talent auch hat und kann)
- Wie habe ich meine Talente verschenkt – immer mit Gegenleistung?
- Teilen/etwas Geben – verlangt dies immer eine Gegenleistung?

Zollamt

ist eine Veränderung des Spieles „Ich fahre nach Afrika“ – satt nach Afrika zu fahren, wird ein Zollamt aufgebaut und (ein Tisch und zwei Zollbeamte) und die Schüler/-innen und Schüler sollen durch Begriffe herausfinden wie sie einreisen können. (Die Zollbeamten machen sich eine Gesetzmäßigkeit aus: z.B. nur Wörter mit Doppelten Konsonanten im Wort, oder nur Wörter die ein R beinhalten etc...) Die Zollbeamten sagen ob der Schüler/die Schülerin einreisen darf oder nicht. (z. B. ist Schnuller – richtig dann dürfen sie sich auf dem Platz setzen und haben „das gelobte Land“ erreicht – alle die ein falsch haben, dürfen es nochmal versuchen)

Spielregeln für „Ich fahre nach Afrika und nehme mit“

Dieses Spiel ist ein Systemratespiel und die Mitspieler müssen herausfinden, dass die Begriffe den gleichen Anfangsbuchstaben wie Vornamen haben.

Spielablauf:

Beginnen Sie als Spielleiter und sagen in die Runde was Sie mit nach Afrika mitnehmen. Das wird etwas sein, was mit dem gleichen Buchstaben Ihres Vornamens beginnt. Bei jeder neuen Runde wiederholen Sie das, was sie in den vorigen Runden mitgenommen haben. Außerdem müssen Sie jeden kommentieren ob er richtig oder falsch liegt und ob er das mitnehmen darf oder nicht. Sollten Sie eine ganz Neue Gruppe sein, können Sie auch sagen „Ich heiße Simone und nehme einen Sonnenschirm mit nach Afrika, und das ist richtig“

Konflikte machen etwas sichtbar

Fragen zur Konfliktanalyse:

- Wer sind die Konfliktpartner?
- Wer ist noch am Konflikt beteiligt?
- Welche Einstellungen gibt es zu diesem Konflikt?
- Ist der Konflikt bekannt?
- Ist es ein offener Konflikt?
- Ist es ein versteckter Konflikt?

Konfliktarten:

Zielkonflikt: Welche Ziele haben wir gemeinsam?

Beurteilungskonflikt: Fragen nach Informationen

Verteilungskonflikt: Frage nach der Ressourcenverteilung

Beziehungskonflikt: Frage nach der Wertschätzung

Wertekonflikt: Frage nach Einstellungen, Glaubenssätzen und Werte

Mobbing Video No Blame Approach

https://www.youtube.com/watch?v=rOi0H_cJM3Y

Konflikte bewältigenKonfliktklärung einleiten

Bevor ein Konflikt geklärt werden kann, müssen sich alle Konfliktparteien auf die Klärung einlassen. Dazu bieten sich diese drei Schritte an:

1. Situation sachlich ansprechen
2. Interesse an der Klärung zeigen
3. Einverständnis zur Konfliktlösung einholen

Aufgabe: Was könnte mit diesen drei Schritten gemeint sein?

Überlegt euch, was es für Möglichkeiten gibt, wenn eine der Konfliktparteien nicht einverstanden ist, den Konflikt zu lösen.

Ich- Botschaften senden.

Ich-Botschaften tragen dazu bei, Spannungen in einem Konflikt abzubauen und ermöglichen somit eher eine friedliche Lösung.

Vier Gründe, die für die Anwendung von Ich-Botschaften sprechen:

1. Sie fördern wahrscheinlich die Bereitschaft, sich zu ändern.
2. Sie erhalten kaum ein negatives Urteil über den Konfliktpartner.
3. Sie ermöglichen die Aufrechterhaltung der Beziehung zwischen den Beteiligten.
4. Sie rufen beim Angeredeten weniger Abwehr hervor.

Die vier Teile der Ich - Botschaft sind:

1. Wenn du ... (Nennen des Anlasses)
2. bin ich ... (Nennen des Gefühls)
3. weil ... (Nennen der Begründung)
4. und ich möchte ... (Nennen der Erwartung)

Konfliktlösungen erarbeiten

1. Problem definieren und Bedürfnisse anmelden
2. Lösungsvorschläge sammeln
3. Lösungen bewerten
4. Lösung wählen
5. Planen und Handeln
6. Resultate prüfen

Klassenregeln

Weniger ist Mehr

Whats App mitbedenken

Übungen im Freien

In der Natur kommen drei Dimensionen aufeinander, welche ineinander wirken:

ICH - UMWELT - GRUPPE

GRUPPE: Stimmung, Zusammensetzung, Belastbarkeit, Erfahrung

Wer fühlt sich nun stärker? Wer übernimmt auf einmal die Führung? Wär ängstigt sich? Wer zeigt auf einmal Fähigkeiten, die zuvor im Verborgenen waren?

ICH: Meta-, Soft-, Hard Skills

Eigene Wahrnehmung? Wie fühlt sich jede/r Einzelne/r in der Natur? Empfindungen, Emotionen??

UMWELT: Wetter, Landschaft, Ausrüstung, Konstruktionen

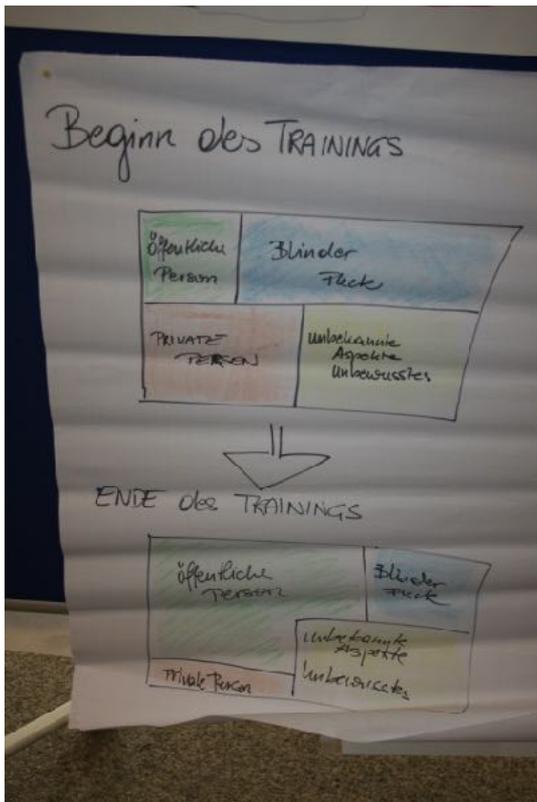
Wie sieht die Landschaft aus? Ist die Gruppe oft abglenkt?

Störungen haben nicht Vorrang – Störungen nehmen sich den Vorrang.

Dort wo die Aufmerksamkeit der Gruppe ist (z.B. bei einem Hund) von dort habe ich die Aufgabe sie wieder abzuholen, das (den Hund) aufzunehmen und wieder die Lenkung auf mich (die Leitung) und den Gruppenprozess zu legen.

Johari- Fenster nach Joseph Luft und Harry Ingham

1. Öffentlich: Öffentlich ist alles, was ein Mensch von sich preisgibt, was also ihm selbst und anderen bekannt ist, mit anderen Worten: die Anteile der Persönlichkeit, die nach außen sichtbar gemacht und von anderen wahrgenommen werden. Dazu zählen:



äußere Merkmale, wie zum Beispiel Erscheinungsbild, Umgangsformen oder körperliche Reaktionen, sowie – soweit diese nach außen erkennbar hervortreten – persönliche Eigenschaften, wie beispielsweise Ehrgeiz oder Ängstlichkeit, und innere Haltungen und Einstellungen, wie etwa Religiosität, Moral und ethische Werte.

Dieser Teil des „Fensters“ ist im Vergleich zu den anderen Teilen meist eher klein. Denn es sind vor allem die nicht-öffentlichen Bereiche, mit anderen Worten: die nicht-bewussten Faktoren, die für die Beziehungen zwischen Personen bestimmend sind.

2. Geheim: Geheim ist alles, was der Betroffene weiß und kennt – also was ihm bewusst ist, aber anderen entweder unwissentlich nicht zugänglich macht oder bewusst vor ihnen verbirgt.

3. Blinder Fleck: Unter dem „blinden Fleck“ versteht man alles, was vom Betroffenen ausgesendet und vom Empfänger wahrgenommen wird, ohne dass sich der Betroffene dessen bewusst ist. Andere erkennen Verhaltensweisen und Merkmale, die der Betroffene bei sich selbst nicht wahrnimmt. Durch Feedback der Mitmenschen können Informationen vom blinden Fleck in den Quadranten „Öffentlich“ transportiert werden.

4. Unbekannt: Unbekannt ist alles, was weder dem Betroffenen noch anderen bekannt ist. Es handelt sich um unenthülltes Terrain, welches ergänzend zu den wahrgenommenen, realen Tatsachen und als Kontinuum alles Möglichen, jedoch Unbekannten steht.

- „Denk dran, dass du (der TN/die TN:in) in der Reflexion von dir sprichst. Es geht um dein Erleben und deine Wahrnehmungen. Keiner kann dir das streitig machen, auch wenn andere Gruppenmitglieder andere Wahrnehmungen hatten.“

Reflexion und Transfer

- **Beschreibung, Wahrnehmung:** Dies sind Fragen, die bei den TN eine möglichst genaue Beschreibung des Erlebten bewirken. Da wir über unterschiedliche Sinneskanäle erleben, sollten auch die Fragen auf unsere verschiedenen Sinneswahrnehmungen ausgerichtet sein.
 - Was genau hast du/habt ihr beobachtet?
 - Was hast du in „dem“ Augenblick gesehen? Wie hat die Gruppe reagiert? (Kannst du es noch genauer beschreiben? Beschreibe mal den Augenblick so, als ob du ihn gerade als Film sehen würdest.)
 - Wie entstand die Lösungsidee, was hast du gehört?
 - Wie genau ist die Entscheidung in der Gruppe zustande gekommen?
 - Wie hast du die Übung erlebt? Möglicherweise gab es etwas, das du gesehen, gehört, gedacht oder gefühlt hast?
 - Woran hast du gemerkt, dass andere die gleiche oder eine andere Meinung haben?
 - Wie genau hast du und wie haben die anderen reagiert?
 - Welche Reaktionen konntest du bei den anderen in der Gruppe wahrnehmen?

- Wie reagierte die Gruppe auf Situationen, die nicht abgesprochen waren/wurden?
- Welche Regeln gab es, welche Vereinbarungen wurden getroffen? Waren sie eindeutig, wurden sie eingehalten?
- Wie wurde bei der Aufgabenlösung oder in Teilen Hilfe gesucht oder gegeben?
- Welche Fehler gab es und welche Reaktion wurde ausgelöst, wenn ein Fehler auftrat?
- Beschreibe einmal eine Situation, die dir gerade einfällt, in der du z.B. Kooperation erkennen konntest.
- **Einordnung:** Hier werden die Wahrnehmungen in unsere Interpretationsmuster eingeordnet und Bewertungen hinzugefügt.
 - Was meinst du, welche Bedeutung die Beobachtungen haben?
 - Welche Unterschiede oder Widersprüche, welchen Zusammenhang gibt es zwischen den verschiedenen Beobachtungen?
 - Welche unterschiedlichen Bedingungen haben dazu geführt?
 - Wie könnten Regeln formuliert sein, die ihr daraus ableitet?
 - Welche Wirkung hat ein „bestimmtes Verhalten“ auf die Gruppe und die Zusammenarbeit?
 - Was hat letztendlich zum Erfolg verholfen?
 - Welche Rollen haben die einzelnen Personen jeweils übernommen?
 - Welche Schritte/Erfahrungen/Verhaltensweisen haben dir und/oder der Gruppe am meisten geholfen?
 - Welche Verhaltensweisen waren hinderlich/haben störend gewirkt?
- **Transfer, Abschluss:** Diese Fragen sind auf eine Entwicklung ausgerichtet und auf die Übertragbarkeit der Erkenntnisse in ein ähnliches oder auch anderes Umfeld.
 - Was können wir tun, um ähnliche Situationen in Zukunft anders zu gestalten?
 - Welche Bedingungen braucht es, damit die Aufgabe für dich und die Gruppe möglich wird?
 - Wie könnten wir das gegenseitige Vertrauen in der Gruppe konkret verbessern?
 - Was braucht die Gruppe, damit sich z.B. auch bei schwierigen Entscheidungen alle wohlfühlen?
 - In welchen Situationen im Alltag geht es dir manchmal genauso? Beschreibe mal!
 - Welche Situationen im Alltag waren anders/besser? Was genau war da anders? Beschreibe mal!
 - Was bedeutet die gemachte Erfahrung für dein Alltagsleben?
 - Wie könnten die gemachten Erfahrungen helfen, im Alltag anders miteinander auszukommen?
 - Wann würde das Ergebnis der Gruppe „besser“ sein und was können wir jetzt dafür tun?
 - Welche Auswirkung hätte ein „neues“ Verhalten im Alltag? Was wäre anders?
 - Wir haben nun „dies und das“ (Gruppenprozesse schildern) gemeinsam erlebt. Ist das so richtig, gibt es was zu ergänzen?
 - Wann kannst du welche der Verhaltensweisen in den Alltag übernehmen und unter welchen Bedingungen?

Mögliche Reflexionsfragen für Kleingruppenarbeiten

- Wie habe ich unsere Kleingruppenarbeit insgesamt empfunden?
Was hat mir geholfen, dabei zu sein? Was hat mich behindert?
Wie gut konnte ich mich einbringen und womit hing das zusammen?
Was hätte ich noch gebraucht, um mich besser einbringen zu können?
Wie sehr oder wie wenig habe ich mich in dem gewürdigt gefühlt, was ich eingebracht habe? Was habe ich vermisst, was hat mir gefehlt?

- Wie habe ich die anderen erlebt? (Die Zusammenarbeit, das Miteinander-Umgehen) Wie beurteile ich die (Zwischen-)ergebnisse unserer Arbeit?
- „Denk dran, dass du (der TN) in der Reflexion von dir sprichst. Es geht um dein Erleben und deine Wahrnehmungen. Keiner kann dir das streitig machen, auch wenn andere Gruppenmitglieder andere Wahrnehmungen hatten.“

Entwicklungsaufgaben

Entwicklungsaufgaben von Jugendlichen (Entwicklungspsychologie)

Im Lebensabschnitt der Jugendlichen gibt viele neue Aufgaben welche sie bewältigen müssen und Rollen, denen sie gerecht werden sollen. Wichtige Entwicklungsaufgaben in der Jugendphase sind etwa:

- **Peer:** einen Freundeskreis aufbauen, d.h. zu Altersgenossen beiderlei Geschlechts neue, tiefere Beziehungen herstellen.
- **Körper:** Veränderungen des Körpers und des eigenen Aussehens akzeptieren.
- **Rolle:** Sich das Verhalten aneignen, das in unserer Gesellschaft zur Rolle eines Mannes bzw. zur Rolle einer Frau gehört.
- **Beziehung:** Engere Beziehungen zu einem Freund bzw. einer Freundin aufnehmen.
- **Ablösung:** Sich von den Eltern loslösen, d.h. von den Eltern unabhängig werden
- **Beruf:** Sich über Ausbildung und Beruf Gedanken machen: Überlegen, was man werden will und was man dafür können bzw. lernen muss.
- **Partnerschaft/Familie:** Vorstellungen entwickeln, wie man die eigene zukünftige Familie bzw. Partnerschaft gestalten möchte.
- **Selbst:** Sich selbst kennen lernen und wissen, wie andere einen sehen, d.h. Klarheit über sich selbst gewinnen.
- **Werte:** Eine eigene Weltanschauung entwickeln. Sich darüber klar werden, welche Werte man vertritt und an welchen Prinzipien man das eigene Handeln ausrichten will.
- **Zukunft:** Eine Zukunftsperspektive entwickeln: Sein Leben planen und Ziele ansteuern, von denen man annimmt, dass man sie erreichen könnte.

Identität

Solospaziergang mit dem OT Tagebuch

- Wohin will ich in meinem Leben?
- Welche Menschen sind mir wichtig?
- Was habe ich Tolles im vergangenen Jahr erlebt?
- Welche Stolpersteine konnte ich bereits überwinden?
- Welche Belastungen möchte ich gerne hinter mir lassen?
- Was möchte ich in meinem Leben ändern?
- Wie bin ich für andere Menschen da?
- Was könnte eine Lebensaufgabe für mich sein?
- Wofür in meinem Leben bin ich dankbar?
- Wofür lohnt es sich zu leben?
- Welchen Wunsch habe ich für die Zukunft?
- Worauf freue ich mich in der Zukunft?

Die fünf Säulen der Identität

Unter Identität (v. lat.: identitas = Wesenseinheit) versteht man die Einzigartigkeit eines Lebewesens, insbesondere eines Menschen. Identität ist die einzigartige Persönlichkeitsstruktur eines Menschen, das wer bin ich, auf wen beziehe ich mich, wer bezieht sich auf mich, worüber definiere ich mich und was macht mich aus.

Identität ist ein lebenslanger Prozess und zeigt sich im Auftreten, Mimik, Gestik, Sprache und körperlichen Stärken und Schwächen und natürlich im inneren Bild / Selbstbild, Selbstgefühl und Glauben an sich.

Identität entwickelt und verändert sich im Lebensverlauf (Identitätsentwicklung, Identitätskrisen).

Dabei werden ständig Informationen aus dem Leib-Selbst (Identifikation = „Wie sehe ich mich selbst?“) und der Umwelt (Identifizierung = „Wie werde ich von meinen Mitmenschen gesehen?“) bewertet und übernommen oder zurückgewiesen.

Identität ist daher einerseits ein zeitlich überdauerndes Konzept, das sich andererseits aber lebenslang in Entwicklung und Veränderung befindet.

Die fünf Säulen der Identität

(ein Konzept von H.G. Petzold für die integrative Therapie)



Abbildung 2 Die 5 Säulen der Identität nach H. Petzold

1. Leib / Leiblichkeit
2. soziales Netzwerk / soziale Bezüge
3. Arbeit und Leistung
4. materielle Sicherheit
5. Werte

Die Säulen bauen, stützen und tragen (oder eben nicht ...) die Identität eines Menschen.

Leib / Leiblichkeit (Säule 1)

Mein Leib als Gefäß, das ich bin – in dem ich lebe – meine Gesundheit, meine Beweglichkeit, mein Wohlbefinden, meine Sexualität, meine Belastungsfähigkeit, meine Psyche, meine Gefühle, meine Lüste,

meine Sehnsüchte, Glaubenssysteme, und Träume ... (Meine medizinische Gesundheit, meine Psyche, meine Kondition und Fitness, meine Ausstrahlung etc.).

In diesen Bereich gehört alles, was mit meinem Leib zu tun hat, „in mir drin“ ist, mit seiner Gesundheit, seinem Kranksein, seiner Leistungsfähigkeit, seinem Aussehen, mit der Art und Weise, wie sich der Mensch mag und „in seiner Haut“ wohl oder eben auch unwohl fühlt.

Auch wie der Mensch von anderen in seiner Leiblichkeit wahrgenommen wird, ob sie ihn anziehend finden oder ablehnen, schön finden oder hässlich, als gesund und vital oder als krank und gebrechlich erleben, etc.

Soziales Netzwerk / Soziale Bezüge (Säule 2)

Mein soziales Netzwerk, meine Freunde, Familie, Arbeitsplatz, Beziehungen, Ehe, Freizeitgestaltung, Verein ... Persönlichkeit und Identität werden nachhaltig bestimmt von den sozialen Beziehungen, dem sozialen Netzwerk, also den Menschen, die für jemanden wichtig sind, mit denen er zusammen lebt und arbeitet, auf die er sich verlassen kann und denen er etwas bedeutet. Aber es gehören auch Leute zum sozialen Netzwerk, die ihm nicht wohlgesonnen sind, feindselig gegenüberstehen oder auch schaden.

Arbeit und Leistung (Säule 3)

Tätigkeiten, Arbeit, mein „Tätig-sein“, mit der ich mich identifiziere und mit der ich identifiziert werde (wichtig ist hier auch die allgemein gehaltene Formulierung „Tätig-Sein“, denn auch Erwerbslose, RentnerInnen und invalide / berufsunfähige haben sehr wohl Chance, tätig zu sein oder wieder tätig zu werden ...). Ein weiterer Bereich der Identität kann unter die Überschrift „Arbeit, Leistung, „tätig sein““ gestellt werden. Arbeitsleistungen, Arbeitszufriedenheit, Erfolgserlebnisse, Freude an der eigenen Leistung, aber auch entfremdete Arbeit, Arbeitsüberlastung, überfordernde sowie erfüllte oder fehlende Leistungsansprüche bestimmen die Identität nachhaltig.

Materielle Sicherheit (Säule 4)

Die Identität wird weiterhin beeinflusst von den materiellen Sicherheiten, dem Einkommen, Geld, materielles wie Nahrung, Kleidung, Lebensbedarf, Weiterbildungsmöglichkeiten, den Dingen, die jemand besitzt, seiner Wohnung oder Haus, aber auch dem ökologischen Raum, dem er sich zugehörig fühlt, dem Stadtteil in dem er sich beheimatet fühlt oder wo er ein Fremder ist. Fehlende materielle Sicherheiten belasten das Identitätserleben schwer. Geld, materielles wie Nahrung, Kleidung, Lebensbedarf, Weiterbildungsmöglichkeiten

Werte & Normen (Säule 5)

Moral, Ethik, Religion, Liebe, Hoffnungen, Traditionen, Glauben, Sinnfragen (gesellschaftliche und persönliche und ihr Verhältnis zueinander).

Persönlichen Werte und Normen, sie sind der fünfte Bereich, welcher meine Persönlichkeit und Identität tragen.

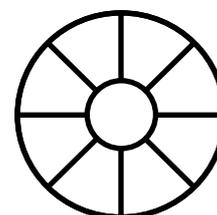
Das, was jemand für richtig hält, von dem er überzeugt ist, wofür er eintritt und von dem er glaubt, dass es auch für andere Menschen wichtig sei. Das können religiöse oder politische Überzeugungen sein, die „persönliche Lebensphilosophie“, wichtige Grundprinzipien. Zur Identitätskrise kann es kommen, wenn eine oder mehrere Säulen „wegbrechen“ oder sich plötzlich stark verändern und die anderen Säulen die Identität nicht ausreichend stabilisieren können.

Worum dreht sich mein Leben?

Trage zunächst Bereiche deines Alltags ein, die für dich zurzeit von Bedeutung sind.

Wenn etwas für dich ganz wichtig ist, dann schreibe es in die Mitte.

Dort können auch mehrere Lebensbereiche stehen.



Brief an mich selbst - Impulsfragen

- Wo willst du leben?
- Womit willst du den größten Teil deiner Zeit verbringen?
- Wer soll dir besonders nahe stehen?
- Wonach sehnst du dich?
- Was wird das Wichtigste in deinem Leben sein?
- Was wird dann dein wichtigstes Ziel für die Zukunft sein?
- Was wird der wesentliche Unterschied zu jetzt sein?
- Was du dir sonst noch vorstellst...

Mach Dir selbst ein Bild...

und kreuze an, wie stark deine Eigenschaften und Fähigkeiten ausgeprägt sind. Und nachher...klick deine Einschätzung um, gib deinem/r Partner/-in den Bogen und siehe wie er/sie Dich einschätzt!

Einzelarbeit für Dich

Einzelarbeit für Partner/-in

1	2	3	4	5		1	2	3	4	5
					Ich bin optimistisch					
					Ich lege Wert auf mein Äußeres					
					Ich kann gut zuhören					
					Ich kann über mich selbst lachen					
					Ich bin zurückhaltend					
					Ich bin ein kreativer Mensch					
					Ich bin bereit, aus meinen Fehlern zu lernen					
					Ich strahle Offenheit aus					
					Ich habe den Mut, ich selbst zu sein					
					Ich bin gläubig					
					Ich lasse die anderen so sein wie sie sind					
					Ich übernehme gerne Verantwortung					
					Ich bin schnell misstrauisch					
					Ich bin bereit, Konflikte zu lösen					
					Ich bin vorsichtig					
					Ich pflege meine Freundschaften					
					Ich mache mir oft Sorgen					
					Ich meide Streitigkeiten					
					Ich bin egoistisch					
					Ich kann gut im Team arbeiten					
					Ich bin risikobereit					
					Ich bin faul					
					Ich bin hilfsbereit					
					Ich traue mich, eine umstrittene Meinung zu vertreten					

						Ich bin vertrauensvoll					
						Ich kann leicht verzeihen					
						Ich bin ehrgeizig					
						Ich kann mich gut in andere hineinversetzen					
						...					
						...					

1 = stimmt vollkommen

5 = trifft überhaupt nicht zu

Auf Besuch bei mir...

Wohnzimmer

Wie ist mein ideales Wohnzimmer eingerichtet?

Wann fühle ich mich wirklich "wie zu Hause" - geborgen?

Was können andere, die das Wohnzimmer betreten, wahrnehmen?

Küche

Welchen Geschmack haben einzelne Teile meines Lebens ... und das Leben überhaupt?

Woher habe ich die „Kochrezepte“?

Was möchte ich einmal ausprobieren?

Schlafzimmer

Wovon träume ich?

Was möchte ich in meiner Intimsphäre unbedingt respektiert wissen?

Das Leben: Auspendeln zwischen Schlafen und Verschlafen?

Vorraum

Welche Atmosphäre, welche Farben prägen meinen Vorraum?

Was können andere bei mir deutlich wahrnehmen?

Wer kommt mir nur in den Vorraum?

Bad / Toilette

Was sehe ich im Spiegel?

Wann fühle ich mich wie neu geboren?

Was möchte ich endlich einmal loswerden?

Gästezimmer

Wer sind meine Gäste? Haben sie Gemeinsamkeiten?

Was biete ich Gästen an?

Was erwarte ich von meinen Gästen?

Dachboden

Was gehört auf den Dachboden, weil es veraltet ist?
 Was finde ich überflüssig?
 Was ist unerledigt, zurzeit nicht brauchbar?

Arbeitszimmer

Wie groß ist dieses Zimmer im Vergleich zu anderen?
 Was macht den Aufenthalt hier angenehm?
 Was nehme ich mit in andere Lebensbereiche?

Freundschaft

JA - Nein Spiel

Verwendung: Einstieg

Material: für jeden Teilnehmer eine grün und eine rote Karte, Stifte, Plakatkarton mit Hitliste

Vorbereitung:

Auf einen Plakatkarton werden die folgenden Aussagen geschrieben:

- Ein/e Freund:in ist jemand, in dessen Gegenwart ich mich wohlfühle.
- Neue Freunde sind die besten.
- Ein/e Freund:in versteht mich besser als andere.
- Ein/e Freund:in verletzt mich nie.
- Ein/e Freund:in muss persönliche Qualitäten haben, die ich schätze.
- Wahre Freundschaften dauern selten lange.
- Ein/e Freund:in ist jemand, den auch meine Eltern mögen.
- Ein/e gute/r Freund:in kritisiert mich nicht.
- Freunde teilen einander auch Geheimnisse mit.
- Um ein/e Freund:in zu halten, muss man Geld für ihn ausgeben.
- Ein/e Freund:in geht mit mir durch dick und dünn, ganz egal, was ich tue.
- Man kann nur eine/n einzige/n gute/n Freund:in haben.
- Auf eine/n guten Freund:in kann man sich verlassen.
- Mit einer/m guten Freund:in darf man nicht streiten.

Ablauf: Die Teilnehmer:innen erhalten je einen grünen und einen roten Zettel. Die Aussagen auf dem Plakat werden vorgelesen. Nach jeder Aussage sollen die Teilnehmenden Zustimmung (grün) oder Widerspruch (rot) anzeigen. Die Meinungsbilder können notiert und später aufgegriffen werden, oder es ergibt sich im Anschluss an differenziert bewertete Aussagen direkt ein Gespräch.

Speed-Dating zu Freundschaft

Was macht dir Freude?	Was machst du, wenn du glücklich bist?	Könntest du der Person gegenüber, die du liebst, Gefühle aussprechen, die ihr wehtun?	Zur Freundschaft gehört ...
-----------------------	--	---	-----------------------------

Was bedeutet für dich Freundschaft?	Welche Menschen sind große Vorbilder für dich und warum?	Wie stellst du dir ein glückliches Leben zu zweit vor?	Wie entsteht eine gute Freundschaft?
Was heißt für dich, sich auf den Freund/die Freundin verlassen können?	Wann nennst du jemanden einen Freund/eine Freundin?	Wann sollte man eine Freundschaft beenden?	Welche Eigenschaften sollte dein/e Freund/In unbedingt haben? Welche
Stell dir vor, du bist richtig down. Was machst du, dass es dir wieder besser geht?	„Gegensätze ziehen sich an“ oder „Gleich und Gleich gesellt sich gern“? Was stimmt?	Eifersucht ist ein großer Beweis von Liebe. Wie stehst du dazu?	Stell dir vor, du bist fünf Jahre älter. Wie möchtest du dann leben?

Ich- DU- WIR – oder einfach das ICH Sackerl

Gestalte ein Sackerl

Male/Zeichne/Klebe/Schreibe/Gestalte die Außenseite eines Sackerl mit folgenden Impulsfragen:

- Was ist von mir für andere sichtbar?
- Was gebe ich persönliches nach Außen bekannt?
- Was möchte ich das sichtbar ist?
- Was darf jeder von mir sehen?

Male/Zeichne/Klebe/Schreibe/Gestalte die Innenseite deines Sackerl mit folgenden Impulsfragen:

- Was möchte ich nicht nach außen tragen?
- Was darf im Verborgenen bleiben?
- Was darf/soll niemand wissen?
- Was sind meine Träume?
- Wie stelle ich mir meine Zukunft vor?
- Welche Talente habe ich?
- Welche Interessen habe ich?
- Wie weit lasse ich andere in mein inneres Sackerl hineinsehen?
- Wer darf hineinsehen?

Beziehungskreise

Beziehungskreise - wie nahe sind wir welche Personen.....

Setze bitte 5 Freunde, 3 Personen mit denen du dich nicht so gut verstehst, 2 Klassenkollegen/innen, deine Eltern, Geschwister und 2 Lehrer in das Diagramm mit der unten angeführten Bewertung ein:

 = Mit dieser/n Person/en möchte ich keinen Kontakt haben

 = Diese Person/en ist/sind mir unsympathisch, ich habe wenig Kontakt

 = Mit dieser/n Person/en rede ich ab und zu

 = Mit dieser/n Person/en verstehe ich mich gut

 = Mit dieser/n Person/en kann ich alles bereden, in deren Nähe fühle ich mich wohl

Was brauche ich damit eine Freundschaft gelingt? Unterschied zwischen Facebook Freunden und echte Freunde.

Was bedeutet „Privatsphäre“?

Ziel	Sich über unterschiedliche Definitionen des Begriffes „Privatsphäre“ ein Bild machen
Dauer	5-30 Min.
TeilnehmerInnenzahl	2-10
Alter	10-19
Schwierigkeit	Leicht
Rahmenbedingungen	Gut in Kombination mit anderen Übungen
Material	Moderationskärtchen
Vorbereitung	Kärtchen, Stifte
Beschreibung	Kinder und Jugendliche definieren, was für sie Privatsphäre bedeutet. Auf Kärtchen notieren und dann miteinander vergleichen. Sehen das alle ähnlich? Wenn die Erwachsenen mitmachen, kommen dann andere Ergebnisse heraus? Im Anschluss daran miteinander diskutieren, was das dann für Konsequenzen haben könnte.
Quelle	OIAT/Saferinternet.at
Stichwort	Privatsphäre, Begriffe,

Vorbereitung von Einheiten

Grundsätzlich gilt:

EINLEITUNG – HAUPTTEIL – SCHLUSS – fast wie bei einem Aufsatz ;-)

Einleitung = Einstieg, Anfang, Kennenlernen – Wenn dieser Teil stimmig ist, dann läuft der ganze Tag...

Hauptteil = Wo Emotionen hoch kommen, für die Gruppe anstrengend ist, der/die Gruppenleiter/-in

gefordert ist. Wo Gruppenprozesse und Rangtypen sichtbar werden. Höhepunkt durch Kooperationsübungen

Schluss = nach der anstrengenden Reflexion im Hauptteil kommt die Entspannung durch den Schlussteil – Gefühl wir haben etwas geschafft. Positives sichtbar machen und gut abschließen um einen guten Übergang zu gestalten und das nächste Kapitel aufzumachen zu können.

Phasen der Gruppe	Methoden
Einstiegsphase/Sicherheitsphase Der/die Gruppenleiter/-in gibt organisatorische Sicherheit Wo, was, wann und kommt auch nochmal auf den Anlasspunkt zu sprechen warum wir da sind. Klärung von Erwartungen/Sorgen/Befürchtungen	Vorstellrunde mit Kärtchen, etc... Namenskennenlernspiele
Differenzierungsphase Der/die Gruppenleiter/-in unterstützt die Entdeckung der möglichen Potentiale in der Gruppe, Macht unsichtbares sichtbar. Gruppenteilnehmer/-innen suchen sich ihre Position/Rang/	Einstiegsspiel in die kooperative Phase Kooperationsspiele Reflexion – Wahrnehmen, Wertschätzen, Beobachtung sichtbar machen - Einordnen
Vertrauensphase Der/Die Gruppenleiter/-in unterstützt durch die Reflexion und Sicherung durch Verbindendes	Methoden zur Erarbeitung gemeinsamer Vereinbarungen – Sicherheit – Gruppenbild etc...
Abschlussphase Der/Die Gruppenleiter/-in macht es möglich dass jede/r sich gut von diesem Tag verabschieden kann. Reflektion des Tages, Was nehmen wir wertvolles mit. Das letzte Wort liegt bei/m Gruppenleiter/-in. Positives nochmal ins Wort bringen und Wertschätzung spüren lassen, egal wie anstrengend der Tag für einen selber war.	Abschlussmethoden – Streichholzmethode, 5 Finger Methode etc...

Ziele

Wichtig ist, dass man sich als Gruppenleiter/-in vorher klar macht, wohin will ich mit den Methoden? Was will ich der Gruppe aufzeigen/vermitteln/sichtbar machen. Was sollen sie lernen? Was dürfen sie erfahren?

Kenntnisse	sind „das Ergebnis der Verarbeitung von Informationen durch Lernen. [Sie] bezeichnen die Gesamtheit der Fakten, Grundsätze, Theorien und Praxis in einem Lern- oder Arbeitsbereich“. Sie werden als Theorie- und/oder Faktenwissen beschrieben.
Fertigkeiten	umfassen die „Fähigkeit, Kenntnisse anzuwenden und Know-how einzusetzen, um Aufgaben auszuführen und Probleme zu lösen“. Sie werden als kognitive (logisches, intuitives und kreatives Denken) und praktische Fertigkeiten (Geschicklichkeit, Verwendung von Methoden, Materialien, Werkzeugen und Instrumenten) beschrieben.
Kompetenzen	bezeichnen die „nachgewiesene Fähigkeit, Kenntnisse und Fertigkeiten sowie persönliche und soziale Fähigkeiten in Arbeits- oder Lernsituationen und für die berufliche und persönliche Entwicklung zu nutzen“. Sie werden im Sinne der „Übernahme von Verantwortung und Selbstständigkeit“ beschrieben.

Beispiel - OTs

☺ T: UNSERE KLASSE-
ABSCHIED

Eintägiger OT

EINGANG

VORSTELLUNG (OT'S ABLAUF)
WÜRFELVORSTELLUNG
NAMENSKARUSSELL / ICHFAHRZUG / SPOTS I. M.
SPEED-DATING: RÜCKBL. 4 J. + ZUKUNFT (ICH)

PAUSE 09:30 - 09:50

HAUPT-
TEIL

HIP HOP
PLAKAT RALLEY ^(WIK) + VORSTELLUNG PLENUM
ZEICHNE DICH SELBST IN 5 J. + VERNISSAGE
1, 2, 3

MITTAGSPAUSE 12:00 - 13:30

POLSTERRALLEY
GROUP CHALLENGE

PAUSE 14:30 - 14:45

WO IS MEI HANSI?
MOORPFAD
(FLIEGEN SCHLAGEN)*

PAUSE 15:45 - 16:00

ENDE

*
RÜCKEN STÄRKEN
REFLEXION
ABSCHLUSS

OT-Planung

08:00 - 17:00 Uhr

EINSTIEG:

- Vorstellungsrunde mit Gegenständen aus der Schulzeit
- Organisatorisches (Regeln, Ablauf, Umfeld, Thema)
- Obstsalat
- Line-Up

Planetenbahnen

PAUSE

9:30 - 9:50

DIFFERENZIERUNGSPHASE:

- Whisky-Mixer
- Tower of Power + Reflexion
- Klassengemeinschafts-ABC
- Moorpfad + Reflexion

Ham Ham - Mittagspause 12:00 - 13:30

Vertrauensphase:

- Ich fahre Zug oder Evolution
- GROUP-Challenge + Reflexion
- Wo ist der Hansi? 

PAUSE

SCHLUSSTEIL:

- Zauberstab
- Rote Couch
- Lüge-Wahrheit in Gruppen
- Spiritueller Abschluss
 - ↳ Lied: Leiwand 
- Die Geschichte der kleinen Schraube
- Für was bin ich dankbar in unserer Klassengemeinschaft? - Zettel
- Naps-Reflexion
 - ↳ Lied: Freundschaft 

Blöcke klar thematisch
zeichnen!

HAPPY  END

100% REC
premium

OT - IDENTITÄT

- EINSTIEG**
- BEGRÜßUNG
 - VORSTELLUNG MIT BILDERN
 - ZIP - ZAP Advanced
 - „ICH FAHRE ZUG - WER FÄHRT MIT ...?“
 - ALLE DIE
 - AUFSTELLUNGSÜBUNG
- PAUSE 9⁰⁰ - 9²⁰**
- DIFFERENZ. PHASE**
- AMPELSPIEL
 - SELBST + FREMDEINSCHÄTZUNG
 - WERTE - VERSTEIGERN
 - (WHISKEY - MIXER) PAUSE 10³⁰ - 11⁰⁰ MOON BASE
 - DREIECKSSPIEL
 - LEBENSBAUM o. MARKTPLATZ D. TALENTE
 - (BILLY - RILLY - BOB) MITTAGSPAUSE 12⁰⁰ - 13⁰⁰
 - PLANETENBAHN
- PH.**
- SPEED - DATE
- VERTO. PH.**
- LEBENSWEG (auf A3 oder am Baden)
 - (WÜRFEL 1)
- Ursus Stufen Reserve spiel

EINTÄGIGER OT
8-14.00 UHR
IDENTITÄT
11-12.00 UHR

- PAUSE 14²⁰ - 14⁴⁰**
- FLIEGENDER TEPPICH

- V. PH.**
- 1 LÜGE - 2 WAHRHEITEN
 - PHANTASIEREISE: TAG IN DER ZUKUNFT
 - BRIEF AN MICH
 - PAUSE - 16³⁰
- ENDE**
- RÜCKENSTÄRKEN
 - REFLEXION
 - ABSCHLUSS 17⁰⁰



Klassengemeinschaft kennenlernen

1-tägig, 9. Stufe AHS, 12m 12w

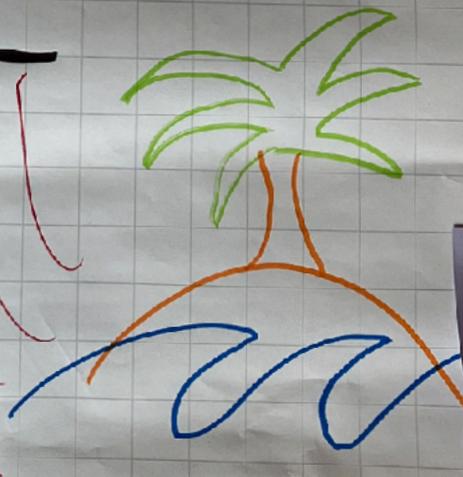
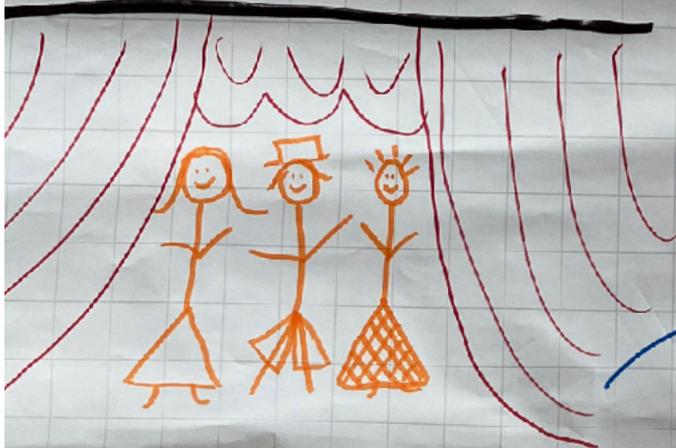
08:00 Ankommen
- 09:30 Soziometrisches Aufstellen
Verrückte Verena, Verkehrtes Namensspiel

09:45 Energizer: Vorhang fällt
- 12:00 Methode: Klassengemeinschaftsarbeit ^{tingly}
in Kleingruppen, danach Plakat zu einem
Begriff gestalten
Präsentieren oder World Cafe
Spiel: Blinzelspiel

13:30 Energizer: Planetenbahnen
- 15:00 Methode: Moorpfad
Reflexion
Spiel: Evolution

OUT-
DOOR

15:30 Energizer: Aufstand
17:00 Die einsame Insel
Tagesreflexion
Lieblingspiel wiederholen
Abschluss



EINTÄGIGER OT
Klassengemeinschaft
kennenlernen
8-12 Uhr

„Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann, ist, gesehen, gehört, verstanden und innerlich berührt zu werden. Das größte Geschenk, das ich geben kann, ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und innerlich zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Beziehung“
Vgl. Virginia Satir

Religionsensible Erziehung

<https://jpi.donbosco.de/Angebot/Religionssensible-Erziehung-und-Bildung>

<https://www.donbosco4youth.at/de/home/epk.html>

Buch-Empfehlungen:

Martin Lechner / Angelika Gabriel (Hrsg.)

Religionsensible Erziehung.

Impulse aus dem Forschungsprojekt „Religion in der Jugendhilfe“ (2005-2008).
Bd. 6, 1. Aufl. 2009, 228 S., ISBN 978-3-7698-1741-6

Angelika Gabriel (Hrsg.)

Mit-Leidenschaft für junge Menschen.

Beiträge zur Jugendpastoral. Festschrift für Martin Lechner zum 60. Geburtstag.
Bd. 8, 1. Aufl. 2011, 286 S., ISBN 978-3-7698-1900-7

Gebetsstressspiel (Stephan Sigg)

In 15 sec 5 Begriffe (2-3 mal) in 15 sec 3 Begriffe streichen in 10 sec die Besten 3 Begriffe einkreisen. Nach jeden 15 Sec werden die Zettel mit den Begriffen nach rechts weitergegeben. Mit den eingekreisten Begriffen sollen die TN einen Satz bilden.

Quadratmethode (Anneliese Hecht)

Material: quadratische Zettel mit Thesen und Antwortkarten

Je vier Teilnehmer/innen erhalten auf einem quadratischen Zettel eine These, zu der ganz verschiedene Stellungnahmen möglich sind. Die These sollte eher provokativ formuliert sein. Für die vier TN liegt der eine Zettel in der Mitte.

Ist die Gruppe nicht durch vier teilbar, so werden eine oder mehrere Dreiergruppen gebildet. Weniger TN sollten es nicht sein, sonst sind die einen mit dem Austausch schon fertig, während andere noch mitten drin sind.

Beispiele für Thesen:

- Jesus musste den Sühnetod am Kreuz sterben, weil Gott uns so erlösen wolle.
- Jesus provoziert seine Gegner immer wieder ganz bewusst und trägt so zur Eskalation bei, nicht zur Vermeidung von Konflikten.
- Gott gibt den Menschen sehr unterschiedlich. Gott ist nicht gerecht.

Sodann erhalten alle TN einen im Format ebenso großen quadratischen Zettel mit vier Satzanfängen für mögliche Stellungnahmen:

- Ja, weil Volle Zustimmung. Begründen, warum?
- Ja, aber Eher Zustimmung, aber Einwand bzw. Einschränkungen.

- Nein, weil ... Volle Verneinung. Begründen, warum?
- Nein, aber .. Eher Verneinung, aber dennoch beschränkte Zustimmung.

Die TN legen ihre Quadratzettel mit ihrer Stellungnahme verdeckt (also mit der Rückseite nach oben) so an die These an, dass der Satzanfang, mit dem ihre eigenen Stellungnahme anfängt, mit der Kante zur These hin angelegt wird, also nach innen weist. Wenn alle ihre Zettel verdeckt angelegt haben, werden sie gemeinsam aufgedeckt.

Nun beginnt der gemeinsame Austausch aller vier TN. Nach und nach begründen alle ihre Meinung. Selbst wenn mehrere den gleichen Satzanfang gewählt haben, ist die Begründung, warum sie so entschieden haben, eine andere. Sollten die meisten Gruppenmitglieder eine einzige Lösung gewählt haben, dann ist die These nicht offen genug formuliert worden; entweder suggeriert oder lanciert sie eine bestimmte Antwort oder es gilt eine bestimmte Lehrmeinung, die sich die Mehrheit zu Eigen gemacht hat. Spannend also ist es, wenn möglichst unterschiedliche Argumentationen vorkommen und somit eine angeregte Diskussion entsteht.

Möglicher weiterer Schritt: Es gibt ein kurzes Reflexionsgespräch in der Gesamt- oder Kleingruppe, wie es ging bzw. welche Argumente überraschten oder besonders einsichtig waren.

Ja - nein – Beispiele für Fragen für die Quadratmethode - Thema Glaube

1. Kinder brauchen Gott!
2. Die Religiosität der Familie hat großen Einfluss auf den eigenen Glauben.
3. Man kann auch an nichts glauben.
4. Esoterik ist Hokuspokus
5. Ich lese jeden Tag mein Horoskop
6. Für mich hat das Sternzeichen eines Menschen Bedeutung
7. Gott ist ein Mann
8. Kannst du dir vorstellen mit einem Mann einer anderen Religion zusammen zu sein?
9. Jeder glaubt an etwas
10. Religion ist was für alte Menschen
11. Religion wurde von Menschen erschaffen
12. Gibt es Dämonen?
13. Betest du manchmal?
14. Gehst du in die Kirche?
15. Glaubst du an ein Leben nach dem Tod

Abschluss - Reflexion

Rückenstärken

1. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer heften sich gegenseitig einen Din A3 Zettel auf den Rücken.
2. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gehen durch den Raum (Musik!) und schreiben sich gegenseitig Aussagen und Wünsche, die sie der oder dem anderen mit auf den Weg geben wollen, auf den Rücken. Die Spielleitung erklärt, dass inhaltliche Nachfragen, sowie die Anfrage nach den Verfassern der Aussagen am Ende des Spiels erwünscht sind und auch beantwortet werden sollten/müssen.
3. Es muss nicht jeder Spieler jedem etwas auf den Rücken schreiben.
4. Nach ca. 15-20 Min. beendet die Spielleitung das Spiel und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer

setzen sich in einen Kreis und lesen sich ihren "Warmen Rücken" durch. Die Spielleitung ermuntert dazu, Fragen an die Gruppe zu stellen.

2. Hinweise für Durchführung:

- Es ist empfehlenswert, auf den Kopf der Blätter die Leitfrage zu schreiben (z.B.: "Was ich dir noch sagen oder wünschen wollte ...").
- Den Teilnehmerinnen und Teilnehmern muss von Beginn des Spiels an bewusst sein, dass Nachfragen am Ende des Spiels erwünscht sind, damit "ungeklärte" Aussagen vermieden werden. Bei evtl. Nachfragen ist der Autor des Geschriebenen dazu verpflichtet, Auskunft über seine Aussage zu machen.
- Es kann sich während des Spiels eine Dynamik entwickeln, die dazu führt, dass einige der Teilnehmerinnen und Teilnehmer allen etwas auf den Rücken schreiben wollen. Die Spielleitung kann bei Bedarf darauf hinweisen, dass dies nicht Ziel des Spiels ist.

Reflexion mit Baum

Würmer: Wo war der Wurm drinnen? Womit tat ich mir schwer?

Äpfel: Wovon kann ich sagen, das war gut es nochmal zu hören, so mach ich das ja auch! Wo wurdest du in deinem Tun bestätigt?

Knospen: Interessant, kann jetzt noch nichts damit anfangen aber vielleicht später einmal im Leben

Blüten: Das hat mir gut gefallen

Menschliche Freiheiten

Ihre Grundhaltung drückte sie in den „Fünf Freiheiten“ aus, zu denen sie ihren Patienten verhelfen wollte:

- Die Freiheit zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist,
– anstatt das, was sein sollte, gewesen ist oder erst sein wird.
- Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke,
– und nicht das, was von mir erwartet wird.
- Die Freiheit, zu meinen Gefühlen zu stehen,
– und nicht etwas anderes vorzutäuschen.
- Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche,
– anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.
- Die Freiheit, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen,
– anstatt immer nur auf „Nummer sicher zu gehen“ und nichts Neues zu wagen.

Literaturangaben:

Praxishandbuch für soziales Lernen in Gruppen – Erlebnisorientiertes Arbeiten mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, Stefan Schulz, Brithe Hesebeck, Georg Lilitakis, Ökotoxia, 2007

Erlebnispädagogik – Werner Michl, 3. Auflage UTB Profile, 2015

Das große Buch der 1000 Spiele – Für Freizeiten, Kinder- und Jugendarbeit, Hans Hirling, Herder 2006

Power in die Gruppe – 101 Ideen zum Energietanken, Bundesleitungen Blauring/Jungwacht (Hrsg.), Luzern;Rex-Verl.,1999

Kreative Bibelarbeit – Methoden für Gruppen und Unterricht, Anneliese Hecht (Hrsg.), kbw bibelwerk, 3.Auflage 2013

Erlebnispädagogik und Spiritualität – 44 Anregungen für die Gruppenarbeit, Albin Muff, Horst Engelhardt; Ernst Reinhardt Verlag 2007

Spielpraxis – Eine Einführung in die Spielpädagogik, Ulrich Baer, Kallmeyersche Verlagsbuchhandlung 4. Auflage 1999