

## Zur Erläuterung

In dieser Kartei befinden sich verschiedenste Übungen zu den einzelnen Phasen der Gruppenentwicklung (nach Stanford). Es sind auch einige andere Übungen dabei. Leider sind die Übungen nicht in der Reihenfolge der einzelnen Phasen.

Ich habe die Übungen auf verschiedenfarbiges Papier gedruckt, ausgeschnitten und laminiert. Einige Kärtchen haben eine Vorder- und Rückseite (vor dem Laminieren beachten).

Die Kärtchen passen gut in einen Karteikasten in der Größe A6.

Viel Spaß mit der Kartei!

© Winter Diana

## Übungen zu den Phasen der Gruppenentwicklung

### → Orientierung

- Namen lernen
- sich kennen lernen
- sich selbst wahrnehmen

### → Vertrauensübungen

### → Zusammenhalt der Gruppe spüren

### → Einführung von Normen

- Selbstverantwortlichkeit der Gruppe
- eingehen auf andere
- Zusammenarbeit

### → Umgang mit Konflikten

### → Produktivität

### → Die Auflösung

### Übungen

- zur Ergebnissicherung

# ORIENTIERUNG

## *Namen lernen*

# Begrüßung

**Vorbereitung:** jeder bekommt ein Namenskärtchen, auf das er seinen Namen gut leserlich schreibt.

**Auftrag:** Aufeinander zugehen und jeden mit einem Händedruck begrüßen. „Hallo *NAME*“

**Auftrag:** Aufeinander zugehen und jeden mit einem Schulterklopfen begrüßen. „Hallo *NAME*“

**Auftrag:** Jeden mit einer Verbeugung (wie sie ein Mönch macht) begrüßen. „Hallo *NAME*“

In einer letzten Runde können sich die Gruppenmitglieder individuelle Begrüßungsmöglichkeiten einfallen lassen!

## *Namen lernen*

# Namensschilder

**Vorbereitung:** Jeder SS bekommt eine Karteikarte als Namenskärtchen

**Auftrag:** Schreibe deinen Namen auf das Schild; in die rechte obere Ecke - schreibe zwei Adjektive, die dich am besten beschreiben; in eine andere Ecke - Lieblingstätigkeiten; unten auf die Kartei schreibe einen Ort, den du gerne besuchen würdest

Die Schilder werden an der Kleidung befestigt und es folgt ein gegenseitiges Ansehen der Schilder. Es soll dabei nicht gesprochen werden.

## *Namen lernen*

### **Namenskette**

**Vorbereitung:** Alle Gruppenmitglieder bilden einen großen Kreis

Jeder sagt seinen Namen und macht eine Bewegung dazu.  
Der nächste im Kreis stellt sich ebenfalls so vor und gemeinsam wiederholen alle die Namen derer, die schon dran waren und machen die entsprechende Bewegung dazu.

## *Namen lernen*

### **Ich sitze im Grünen ...**

**Vorbereitung:** Sesselkreis, ein Sessel muss unbesetzt sein

**Satz:** Ich sitze / im Grünen/ und liebe / *Name*

**Übung:** Die Person links neben dem freien Stuhl sagt: „**Ich sitze**“ und setzt sich auf den freien Stuhl (dadurch wird erneut ein Platz leer) die nächste Person sagt „**im Grünen**“ und wechselt wieder zu dem leeren Platz, die nächste Person tut dasselbe und sagt „**und liebe**“ und wieder die nächste Person nennt einen „**Namen**“ von einer Person aus der Runde und setzt sich wieder auf den frei gewordenen Platz neben ihr. Die Person, deren Name jetzt genannt worden ist, muss auf den freien Platz wechseln.

Woanders im Kreis ist jetzt wieder ein Platz frei geworden und das Spiel beginnt von Neuem.

### *Sich kennen lernen*

## **Wer ist in der Gruppe?**

**Vorbereitung:** Jedes Gruppenmitglied bekommt einen Zettel mit vorbereiteten Fragen

**Auftrag:** Finde nun Personen im Raum, die die gleichen Antworten auf bestimmte Fragen haben wie du! Lass ihn/sie bei der jeweiligen Frage unterschreiben.

Es gibt Fragen zu verschiedenen Kategorien

Nachdem alle damit fertig sind, sollen sich die Schüler im Kreis treffen und darüber reflektieren, bei welchen Fragen es schwierig war, jemanden mit der gleichen Antwort zu finden. Man kann auch fragen, was man Neues über Klassenkameraden erfahren hat oder ob man etwas Überraschendes entdeckt hat.

### *Sich kennen lernen*

## **Interviewen und sich Kennenlernen**

**Vorbereitung:** Jeder Schüler soll sich einen Klassenkameraden suchen, den er noch nicht sehr gut kennt.

**Auftrag:** Interviewt euch gegenseitig, um euch besser kennen zu lernen.

Nach ca. 10 Minuten sollen die Partner sich gegenseitig vor der Gruppe vorstellen, indem sie darüber berichten, was sie übereinander erfahren haben.

*Sich kennen lernen*

## Symbolische Selbstdarstellung

Die Schüler sollen eine symbolische Selbstdarstellung herstellen und sie anschließend einem Gruppenmitglied oder der ganzen Gruppe erklären.

- Ein persönliches **Warenzeichen** oder
- Eine **Collage**, die verschiedene Aspekte der eigenen Person widerspiegelt oder
- Ein **Wappen**, in Form eines Schilde, das in kleinere Sektionen aufgeteilt ist, die verschiedene Aspekte der eigenen Person abbilden.

Mögliche Themen: persönliche Bestleistungen, eine persönliche Eigenschaft, ein Hobby, Lebensziel, ...

*Sich kennen lernen*

## Erzwungene Wahl

**Vorbereitung:** Die SS brauchen viel Platz - Tische und Bänke weg!

**Übung:** Den Schülern werden Alternativ Fragen gestellt, bei denen nur eine Antwort möglich ist. All diejenigen SS, die sich für eine Möglichkeit entscheiden, gehen zu der einen Seite des Klassenzimmers, und die anderen zur gegenüberliegenden Seite. Die SS sollen sich nun umschauen, wer sich noch in ihrer Gruppe befindet und sich über die Gründe ihrer gemeinsamen Entscheidungen kurz unterhalten.

Die Fragen können sich auf Meinungen und Eigenschaften der Schüler oder auch auf Unterrichtsthemen beziehen.

*Sich kennen lernen*

## „Leih mir deine Hand“ oder „Leih mir dein Talent“

Bildnerische Übung

**Vorbereitung:** Jedes Gruppenmitglied bekommt ein weißes Blatt, eine Schreibunterlage und eine Wachsmalkreide. Jeder hat eine andere Farbe. Man kann die Übung steuern durch Verteilen der Farben. (z.B. blau ist eine beliebte Farbe - man gibt sie jemanden, der bis jetzt weniger integriert war.)

**Auftrag:** Male mit der Hand des anderen eine Landschaft!

Bei dieser Übung geht es um sozial erlaubtes Berühren; Man kann auch „nein“ sagen, wenn man das nicht will - Gedanke der Freiwilligkeit  
Bei dieser Übung kommt man sich über eine Methode näher. Die Methode ist das Transportmittel.

*Sich kennen lernen*

## Der Doppelkreis

**Vorbereitung:** Teilen sie die Klasse durch Abzählen von „eins, zwei, eins, zwei“ in zwei Gruppen auf. Die Schüler mit der Nr. 1 bilden den inneren Kreis und die mit der Nr. 2 den äußeren, wobei jeder Schüler vom Kreis Nr. 1 einem Schüler vom Kreis Nr. 2

**Auftrag:** Der LL kann nun folgende Anweisungen geben: Kennt ihr den Namen eurer Partner? Wenn nicht fragt danach. (Kurze Pause)

Nachdem die nächste Frage gestellt wurde, machen alle Personen des äußeren Kreises einen Schritt nach rechts, damit jeder einen neuen Partner sich gegenüber hat. Das Spiel endet, wenn die ursprünglichen Partner sich gegenüber stehen.

***Folgende Fragen könnten gestellt werden:***

- Wer ist dein Vorbild und warum?
- In welchem Schulfach bist du am besten?
- Was macht dich glücklich?
- Was ist deine liebste Fernsehsendung, Lieblingsessen, Musik, Farbe, Jahreszeit, Freizeitunternehmung ... ?
- Welche Sachen magst du an der Schule - welche nicht?
- Nenne etwas, das du an dir gut findest (Achtung bedrohlich)
- Was ist deine größte Stärke oder dein größter Erfolg? (bedrohlich)

Bei diesem Spiel können aber auch  
fachorientierte Fragen gestellt werden.  
Wiederholung - Zusammenfassung eines Themas;  
oder auch Einstieg in einen neuen Themenbereich

***Sich kennen lernen***

## **Unvollendete Sätze**

**Vorbereitung:** Austeilen eines Zettels mit folgenden Fragen

**Übung:** Die SS sollen die Sätze vervollständigen und die Antworten mit einem Partner, in einer Kleingruppe oder mit der ganzen Klasse austauschen.

- Ich mag ...
- Manchmal wünsch ich mir, dass ...
- Wenn ich eine schlechte Note bekomme, ...
- Ich kann nicht ...
- Die meisten Leute, die ich kenne, ...
- Wenn ich in eine neue Gruppe hineinkomme ...
- Ich bereue ...
- Mein Ziel ist ...
- Ich habe Angst ...
- Ich bin stolz, wenn ...
- Etwas schönes, das mir neulich passiert ist, war ...



## *Sich kennen lernen*

### **4 - 6 Ecken**

Es gibt 6 bestimmte Orte in einem Raum, an diesen Orten sind zu gestellten Fragen immer verschiedene Antworten. Je nachdem welche Antwort am besten zu einem passt, zu diesem Schild stellt man sich und kommt mit den anderen Personen ins Gespräch, warum sie diese Antwort ausgesucht haben.

**Themen** je nach Wunsch: Befindlichkeit, Arbeitstier, Schule ist wie ... ,  
Erziehung, schnellster Weg ins Krankenhaus, Klassengemeinschaft ...  
soziale Themen verwenden!

## *Zum kennen lernen*

### **1, 2, 3**

**Vorbereitung:** Geht zu Paaren zusammen und stellt euch gegenüber.

**Übung:** Die beiden Personen zählen abwechselnd bis 3, dies wird so oft getan, bis der Leiter ein Stoppzeichen gibt. BSP: 1,2,3,1,2,3, ...

In einem nächsten Schritt wird die 1 mit einem beliebigen Zeichen ersetzt. Anstatt der 1 muss nun dieses Zeichen gemacht werden.

BSP: Zeichen (Winken), 2, 3, Zeichen, 2, 3, ...

Als nächstes wird die 2 mit einem Laut ersetzt

BSP: Zeichen (Winken), Laut (uuu), 3, Zeichen, Laut, 3

Im letzten Schritt wird die Zahl 3 durch eine große Bewegung ersetzt.  
**BSP: Zeichen (Winken), Laut (uuu), gr. Bewegung (Sprung), Zeichen, Laut, ... Diese Übung erfordert sehr viel Konzentration!**

## Zwiebelschale

Die Teilnehmer stellen sich in zwei Kreisen (1 Außenkreis + 1 Innenkreis) auf. Jeder des Außenkreises soll im Innenkreis ein Gegenüber haben.

Einer sagt nacheinander verschiedene Aufgaben an, die immer von den einander gegenüber stehenden Paaren zu erledigen sind. Nachdem die Aufgabe erledigt ist, gehen im Außenkreis alle einen Platz nach links zum nächsten Partner weiter, und dieselbe Aufgabe wird nun mit dem neuen Gegenüber durchgeführt.

### ***Mögliche Anweisungen:***

- Begrüßt einander ohne Worte
- Erzählt einander, wie der gestrige Tag für euch war
- Nennt euren Lieblingshit, Lieblingsänger
- Was ist eure liebste Jahreszeit?
- Mein Lieblingsplatz zu Hause
- Die Person im Innenkreis macht eine Bewegung, die diejenige im Außenkreis als Spiegel nachmacht
- Einigt euch auf ein Lieblingsfach in der Schule
- Singt zu zweit irgendein Lied
- Setzt euch Rücken an Rücken auf den Boden und steht dann mit untergehakten Armen gemeinsam auf
- Die Person im Außenkreis führt diejenige vom Innenkreis, die die Augen schließt, kurz durch den Raum
- Zeichnet den Handumriss eures Gegenüber auf ein Blatt Papier und schreibt dann in diese Zeichnung eine positive Eigenschaft, die euch an dieser Person aufgefallen ist, hinein.

## *Sich selbst wahrnehmen*

# Das ICH-Persönchen

Vorbereitung: jeder bekommt ein farbiges Blatt Papier, aus dem er ein Männchen reißt. Im Anschluss soll jeder zu den entsprechenden Körperteilen/Körperregionen schreiben, was ihm zum Beispiel „auf dem Herzen liegt“ oder „was ihm Kopfschmerzen bereitet“ ... Vorher kann man gemeinsam solche Ausdrücke/Sprichwörter suchen, wie hier angegeben sind

- ✓ Herz: was drückt mir auf das Herz, das Herz höher schlägt, was mit am Herzen liegt
- ✓ Kopf: was geht mir durch den Kopf, was bereitet mir Kopfschmerzen
- ✓ Haare: die Haare stehen mir zu Berge
- ✓ Fingernägel: was mir unter den Nägeln brennt
- ✓ Haut: was mir unter die Haut geht, was mir Gänsehaut bereitet
- ✓ Magen: mir schlägt was auf den Magen
- ✓ Kehle: die Kehle zuschnürt
- ✓ Zunge:
- ✓ Niere:
- ✓ Fuß: worauf stehe ich
- ✓ Hand: was ich anpacken möchte
- ✓ Knie: wovon ich weiche Knie bekomme

## *Sich selbst wahrnehmen*

# Mein Name

*Vorbereitung: Alle sitzen im Sesselkreis.*

**Übung:** Unser Name hat viel mit unserer Identität zu tun. Jede/r nennt seinen/ihren Namen und beantwortet folgende Leitfragen in einer kleinen Erzählung über die Namensgeschichte: Jede/r beantwortet die Fragen so kurz oder ausführlich, wie er/sie möchte.

- Wie sind deine Eltern auf den Namen gekommen?
- Hat er Familientradition?
- Weißt du, was er bedeutet?
- Was verbindest du mit deinem Namen?
- Hättest du lieber einen anderen Namen gekriegt? Welchen?
- Wirst du immer mit diesem Namen genannt?
- Wird der Name am Namenstag gefeiert?
- Wie möchtest du in dieser Gruppe genannt werden?

*Sich selbst wahrnehmen + einschätzen*

## **Selbstbild - Fremdbild - Vergleich**

**Vorbereitung:** Jeder SS bekommt ein Blatt und braucht Stifte.

**Übung:** Schreibe zunächst auf die Vorderseite die Überschrift: „Wie ich mich sehe“. Nun beschreib in Stickwörtern oder kurzen Sätzen, wie du dich in dieser Klasse siehst, wie du dich hier verhältst.

Dann beschreib die Rückseite mit der Überschrift: „Wie mich die anderen sehen“. Nun schreib dort, wie dich deine Klassenkameraden beschreiben würden. Vielleicht weißt du es nicht - schreib die Vermutungen auf. Die Zettel werden alle eingesammelt. Der LL zieht einen und liest ihn vor. Die Klasse soll erraten, wer gemeint ist. Wichtig ist, dass eine Meinungsäußerung immer begründet wird. Denn vielleicht passt das Gesagte trotzdem auf die Person, von der man fälschlich glaubt, dass sie es war. Der Schreiber soll nicht allzu rasch „ja“ schreien, sondern sich in Ruhe die Begründungen anhören.

Nachdem der Richtige erraten wurde, kann noch kurz über verschiedene Wahrnehmungen zur Person gesprochen werden.

*Zur Stärkung jedes einzelnen*

## **ICH KANN ...; ICH BIN ...; ICH HABE ...**

**Vorbereitung:** Jeder SS bekommt drei Kärtchen. Auf je ein Kärtchen schreibt er folgende Satzanfänge:

ICH KANN ...

ICH BIN ...

ICH HABE ...

Die Kärtchen werden bei jedem auf den Rücken aufgeklebt. Nun gehen alle im Raum herum und können bei jedem einen Kommentar auf die Zettel schreiben

*Zuhören - miteinander reden*

## **Identitäten**

**Vorbereitung:** Kärtchen mit Namen berühmter/bekannter  
Persönlichkeiten

Jedes Gruppenmitglied bekommt ein Kärtchen auf den Rücken geklebt

**Übung:** Die Personen gehen nun im Raum herum und können andere fragen, wer sie sind. Um auf die Antwort zu kommen, dürfen sie aber nur Fragen stellen, die mit **JA** oder mit **NEIN** beantwortet werden. Man darf eine Person nach seiner Identität so lange fragen, bis sie mit **NEIN** antwortet, dann muss man sich eine neue Person suchen

Bei dieser Übung werden Fragen trainiert, zuhören, miteinander reden, logisches Denken.

# Zusammenhalt der Gruppe spüren

## *Zusammenhalt der Gruppe*

### **Gruppencollage „DAS BIN ICH“**

**Vorbereitung:** Jeder bekommt ein Blatt und bunte Wachsmalkreiden. Es ist ein großes Plakat mit einem Raster (je nach Anzahl der Gruppenmitglieder) hängt schon vorbereitet an der Wand.

**Auftrag:** Jeder soll ein Bild unter folgenden Aspekten gestalten:  
\*abstrakt, \*nichts bleibt weiß, \*Form und Farbe

**Mögliche Themen:** Träume, Sternstunden ...

Jeder malt sein Ich-Bild, stellt es dann vor der Gruppe mit ca. 3 Sätzen vor und gibt sein Bild in ein Kästchen in dem Raster.

Am Ende ist ein vielfältiges Bild entstanden - Gefühl entsteht - „Wir alle gehören dazu!“ Idee dahinter: Aus vielen ICHS ein schönes WIR zu machen. Jeder darf sein, wie er ist.

**Anschließende Übung:** Jeder geht auf einige Gruppenmitglieder zu und sagt, was er sich zu ihnen/zu ihrem Bild gemerkt hat. = LZK  
„Von dir hab ich mir gemerkt, dass ...“

*Zusammenhalt der Gruppe spüren*

## **Dombau**

**Übung:** Es wird ein Kreis gebildet und es sollten die gleich großen Personen ungefähr nebeneinander - Schulter an Schulter - stehen. Die ganze Gruppe lässt sich nun nach vorne - jeder sollte eine gemütlich Haltung einnehmen.

*Zusammenhalt der Gruppe spüren*

## **Jurtenzelt**

**Übung:** Im Kreis wird 1 , 2 durchgezählt. Alle nehmen sich an den Händen. Alle 1er lassen sich nach vorne, alle 2er nach hinten. Eine stabiles Gebilde soll es sein.

## *Zusammenhalt der Gruppe spüren*

### **1,2,3 ...**

**Übung:** Alle Gruppenmitglieder sitzen am Boden und haben die Augen geschlossen. Einer beginnt zu zählen. Jeder darf nur eine Zahl nennen (es wird von 1 - Anzahl der Gruppenmitglieder gezählt). Eine Zahl darf aber nie von mehreren Personen gesagt werden. Sobald dies geschieht muss wieder bei 1 begonnen werden.

**Ziel der Übung** ist, dass man es schafft, dass jeder einmal eine Zahl sagt - ohne dass ein anderer ins Wort fällt.

## *Zusammenhalt der Gruppe spüren*

### **Grenzen übermalen**

**Vorbereitung:** Es werden mehrere Tische zusammengestellt. Darauf wird ein langer Streifen Papier ausgerollt. Pro Person sollte ein 40cm breites Stück vorhanden sein. Man stellt sich dann in je 2 Reihen gegenüber auf. Der Papierstreifen muss in der Mitte (der Breite nach) auch gefaltet sein.

**Auftrag:** Male deinen Streifen mit Wachsmalkreiden aus. Rechts und links gibt es eine klare Grenze. In das Bild des Gegenübers darf man jedoch die Grenze übermalen.

Die Botschaft dieses Streifens, wenn er fertig ist lautet:

**„Aus einem Ich entsteht ein gemeinsames, starkes WIR“**

Diese Übung eignet sich auch gut für Schulfeste; Man kann auch Tapetenrollen und Fingerfarben verwenden. Jede Einzelperson leistet seinen Beitrag, in Produkt ist die Kraft der Gruppe spürbar.



## „Sonne, Mond und Venus“

**Vorbereitung:** Die Gruppe stellt sich im Kreis auf. Reissäckchen in Form einer Sonne, eines Mondes und eines Herzes.

**Übung:** Der Lehrer wirft die Sonne einem Kind zu. Dieses Kind muss sich jetzt merken von wem es die Sonne bekommen hat. Es wirft die Sonne weiter zu einem anderen Kind. Auch diese Person muss es sich merken. Jeder muss sich in dieser Runde also merken, von wem die Sonne kam und an wen er sie weiter geworfen hat. In der nächsten Runde muss wieder die gleiche Reihenfolge eingehalten werden.

Im nächsten Schritt kommt ein Sandsack in Mondform dazu. Das Spiel beginnt von Neuem. Jeder muss sich wieder merken, von wem er den Mond bekommen hat und an wen er ihn weiter geworfen hat. Die Sonne kommt jetzt nicht vor. Auch diese Runde kann öfters wiederholt werden.

Damit es schwieriger wird gehen dann Sonne und Mond gleichzeitig auf ihre Reise. Man muss jetzt also vier Personen im Kopf haben. Wenn das ohne Schwierigkeiten geht, kann man letztendlich die Venus ins Spiel bringen!

Die Venus - das Herz - wird nicht geworfen, sondern zu einem anderen hingetragen. Man wechselt die Plätze. Das heißt, ich gehe zu einer Person und übergebe ihr die Venus. Ich bleibe auf dem Platz dieser Person stehen. Die andere Person sucht sich jemanden aus, dem er die Venus nun übergibt und bleibt ebenfalls auf diesem Platz dann stehen. Natürlich muss man sich auch hier wieder merken, von wem man die Venus bekommen hat und an wen man sie weiter gegeben hat. In der Venusrunde kommen kein Mond und keine Sonne vor.

Der letzte Schritt ist dann, dass Sonne, Mond und Venus auf ihre Reise gehen.

# Ergebnis- sicherung

## *Ergebnissicherung*

### **Golddukat**

**Vorbereitung:** Austeilen von Golddukat (goldene Taler)

**Auftrag:** Schreibe dir auf den Golddukat, was für dich in diesen Stunden wichtig war, was ist dir wertvoll, was wirst du dir merken.

### *Ergebnissicherung*

## **Mimwürfel**

Auf einem Würfel sind verschiedene Stimmungsgesichter.

Am Ende einer Stunde bekommt jeder einen Würfel und kann ihn mit dem Gesicht hinlegen, wie ihm die Stunde/Übung/Einheit gefallen hat.

### *Ergebnissicherung*

## **Gordischer Knoten** - mit Seilen

**Vorbereitung:** Verdrehen von Seilen ineinander; Anzahl der Seile = Hälfte der Gruppenmitglieder

**Auftrag:** Jeder nimmt ein Seilende! Finde die zweite Person, die das andere Ende deines Seiles hat! Entwirrt das Seil, ohne es aus der Hand zu geben.

**Auftrag im Anschluss:** Rede mit dem Partner darüber, was in der letzten Stunde gemacht wurde. Was ist dir besonders in Erinnerung geblieben?

## *Ergebnissicherung*

### **Blitzlicht**

**Übung:** Zum Abschluss, wenn alle im Kreis sitzen, wird mit einer bestimmten Zahl durchgezählt. Zum Beispiel jeder 7. im Kreis soll seine Befindlichkeit zu bestimmten Übungen/zu der Einheit reflektieren. Was hat gut gefallen, was war eine neue Erfahrung...

## *Ergebnissicherung*

### **Der Doppelkreis**

**Vorbereitung:** Teilen sie die Klasse durch Abzählen von „eins, zwei, eins, zwei“ in zwei Gruppen auf. Die Schüler mit der Nr. 1 bilden den inneren Kreis und die mit der Nr. 2 den äußeren, wobei jeder Schüler vom Kreis Nr. 1 einem Schüler vom Kreis Nr. 2

**Auftrag:** Der LL kann nun folgende Anweisungen zur Reflexion geben. Was haben wir heute gemacht? Was hat dir besonders gut gefallen? Was hast du neues erfahren? Was wirst du für die Zukunft mitnehmen? ...

Nachdem die nächste Frage gestellt wurde, machen alle Personen des äußeren Kreises einen Schritt nach rechts, damit jeder einen neuen Partner sich gegenüber hat. Das Spiel endet, wenn die ursprünglichen Partner sich gegenüber stehen oder auch früher, wenn es nicht so viele Fragen zu beantworten gibt.

# Vertrauens- übungen

## *Vertrauensübung*

### **Marionette**

**Vorbereitung:** Es müssen sich je zwei Personen zusammen finden. Seile müssen bereitliegen. Das Seil wird an beiden Handgelenken einer Person befestigt. Diese Person sitzt sich im Schneidersitz auf den Boden und lehnt sich an den Beinen der Person dahinter an.

**Auftrag:** Bewege die Hände der Person vor dir, wie bei einer Marionette. Sei dabei vorsichtig. → Wechsel nach bestimmter Zeit

Musik sollte im Hintergrund laufen.

## *Vertrauensübung*

# Netz mit Schnüren

**Vorbereitung:** Immer zu zweit werden die Enden einer Schnur gehalten. Alle Schnüre werden ineinander verdreht. Alle Gruppenmitglieder bilden dabei einen Kreis. Aus den gespannten Schnüren entsteht ein Netz.

**Übung:** Eine Person darf sich mit Spannung in das Netz hinein legen (gut festhalten!) Die Gruppe schwingt nun das Netz auf und nieder. In Schulklassen müssen Matten untergelegt werden.

Je dicker die Taue sind, umso besser. Sie sollten aus Kunststoffmaterial sein.

### Ziel der Übung

Gruppe spürbar machen; neuer Erfahrungszugang; Vertrauen; Gruppe hat ein gemeinsames Ziel; Gemeinsam ist man stärker; jeder hat eine Funktion (=Rolle); Gruppe hat Emotionen; Die Gruppe trägt einen; Gruppe gleicht Stärke + Schwächen aus

## *Vertrauensübung*

# Fließband

**Vorbereitung:** Alle SS bilden zwei Reihen. Dabei stehen alle eng mit den Schultern zueinander gegenüber der anderen Reihe.

Die Hände der gegenüberstehenden Personen werden ineinander verschlungen.

**Übung:** Eine Person legt sich mit dem Rücken auf die Hände und lässt sich wie auf einem Fließband, auf den Armen der anderen weiter transportieren.

## Aufführungen

**Vorbereitung:** Jeder SS bekommt ein Exemplar der folgenden Liste:

- Mache das Krähen eines Hahns nach
- Halte einen 2-minütigen Vortrag über deine besten Eigenschaften
- Führe eine Pantomime von einer sehr schläfrigen Person vor, die sich morgens wäscht.
- Halte einen 2-minütigen Vortrag über das, was du an deinen Klassenkameraden am besten findest.
- Trage einen Kinderreim aus deiner Kindheit vor.
- Gehe durch das Zimmer und balanciere dabei ein Buch auf deinem Kopf
- Wähle einen Absatz aus irgendeinem Buch, den du laut vorliest.

**Auftrag:** Nummeriert die in der Liste stehenden Aufforderungen in der Reihenfolge, wie ihr sie vor der Gruppe aufführen möchtet. Was ihr am ehesten vorführen wollt, wird mit der Nr. 1 bezeichnet, was ihr am wenigstens gern bringen wollt, bezeichnet ihr mit der Nr. 7. Jeder von euch könnte tatsächlich aufgefordert werden, eine von euren ersten Übungen vorzuführen, also überlegt euch die Auswahl gründlich.

Nachdem alle Schüler die Übungen durch Nummerierung in die Rangfolge gebracht haben, sollte durch Handaufheben ermittelt werden, wie viele welche Übung mit welcher Nr. gekennzeichnet haben. Anschließend soll eine Diskussion statt finden in der folgende Fragen gestellt werden sollen:

- Hat die Vorstellung einer möglichen Aufführung Gefühle der Unruhe bei euch hervorgerufen?
- Was ist für euch schwerer, etwas albernes oder etwas ernsthaftes vor der Gruppe zu machen.
- Warum ist es wichtig den Gruppenmitgliedern vertrauen zu können?
- Was können wir in der Klasse zusammen unternehmen, um leichter Dinge zu tun, die uns normalerweise schwierig oder peinlich vorkommen?

## *Vertrauensübung*

# Backofen

**Vorbereitung:** Die Spieler teilen sich in zwei gleich große Gruppen und stellen sich gegenüber in zwei Reihen auf. Die gegenüberstehenden Spieler halten sich an den Händen fest.

**Übung:** Ein Freiwilliger legt sich nun als Brotteig auf die Hände. Dann wird der Teig geknetet: der Freiwillige wird durchgerüttelt. Danach muss der Teig aufgehen: er bleibt ruhig auf den Händen liegen. Nachdem er aufgegangen ist wird nochmals geknetet. Dann wird er gebacken, dabei das Drehen nicht vergessen. Am Schluss wird er als fertiges Brot heruntergelassen.

## *Vertrauensübung*

# Foto click

**Vorbereitung:** Jeder braucht einen Partner, dem er vertrauen kann.

**Übung:** Einer schließt bei dieser Übung die Augen und der andere führt ihn wohin. Der Führende klopft dann dem anderen auf die Schulter und sagt „click“. Der Blinde darf nun für einen kurzen Moment die Augen öffnen. Er muss sich das Gesehene gut merken. Insgesamt darf der Blinde dreimal die Augen an bestimmten Orten öffnen. Am Ende der Übung soll er die gesehenen Dinge lokalisieren und nennen können.



## *Vertrauensübung*

### **Gegenstände ertasten**

**Vorbereitung:** Jeder braucht einen Partner, dem er vertrauen kann.

**Übung:** Einer schließt bei dieser Übung die Augen und der andere führt ihn zu bestimmten *Gegenständen* und gibt sie dem Blinden zum Fühlen in die Hand. Insgesamt soll der Blinde drei *Gegenstände* ertasten. Dann muss er die Augen öffnen und die *Gegenstände* im Raum wiederfinden.

## *Vertrauensübung*

### **„Vertrauensübung im kleinen Kreis“**

**Vorbereitung:** Eine kleine Gruppe bildet einen Kreis. Eine Person steht in der Mitte und schließt die Augen.

**Übung:** Die Person in der Mitte spannt den Körper an und lässt sich vorfallen. Die Personen im Kreis schuppsen sie, an den Schultern berührend, hin und her.

## *Vertrauensübung*

### **Geführt werden**

**Übung:** Eine Person ist bei dieser Übung blind und eine andere führt. Der Führende lässt die blinde Person dann einfach irgendwo im Raum stehen und führt eine andere blinde Person weiter wieder an eine andere Stelle und lässt diese wieder stehen ...  
Der Blinde kann versuchen heraus zu finden, von wem er geführt wird.  
Die Übung ist ohne Worte!

# Umgang mit Konflikten

## *Umgang mit Konflikten*

### **Ich-Botschaften vermitteln**

Die SS werden einsehen, wie wichtig Ich-Botschaften in Konfliktsituationen sind und sollten diese Technik erlernen. Der LL sollte den Unterschied zwischen der Beschreibung einer Person (Du-Botschaft) und dem Mitteilen von Gefühlen (Ich-Botschaft) erklären und die SS auffordern bei Konflikten in der Klasse Du-Botschaften durch Ich-Botschaften zu ersetzen.

## *Umgang mit Konflikten*

### **Lösungen, bei denen keiner verliert**

Konflikte sind meist das Ergebnis von Auseinandersetzungen, in denen zwei oder mehrer Parteien Unterschiedliches wollen. Die meisten Leute denken, dass Konflikte beigelegt werden, wenn eine Person „gewinnt“ und die andere „verliert“.

Dieses Entweder-oder-Denken hilft während des Prozesses der Konfliktreduktion nicht. Für das Lösen von Konflikten muss man gemeinsam nach einer Lösung suchen - man könnte es auch meinen „Ansatz ohne Verlierer“. Dieser Ansatz geht davon aus, dass eine Lösung gefunden werden kann, die die Bedürfnisse beider Seiten befriedigt, sodass keine der beiden nachgeben muss.

Der erste Schritt dabei ist den Konflikt zu identifizieren und im nächsten Schritt erfolgt die Suche nach möglichen Lösungen - Lösungsvorschlägen der Schüler.

## *Umgang mit Konflikten*

### **Rollentausch**

Wenn ein Konflikt zwischen zwei Leuten entsteht, machen sie den Vorschlag, dass beide ihre Rollen kurz austauschen. Das bedeutet, dass sie für einige Minuten versuchen sollten, so zu handeln, als ob sie ihr Gegenüber wären. Ein Rollenwechsel bietet beiden Seiten einen Perspektivenwechsel und ein tieferes Verständnis für den Standpunkt des anderen.

Rollenwechsel ist hilfreich bei Konflikten zwischen Schülern, aber auch bei Konflikten zwischen Lehrern und Schülern. Es kann als schnelle Intervention in überhitzten Auseinandersetzungen und bei anderen Konflikten dienen. Fordern sie zwei Schüler zum Platzwechsel und zum Weiterargumentieren auf, indem jeder die Rolle des anderen übernimmt. Nach kurzer Zeit beenden sie das Spiel und sprechen sie mit den Schülern darüber, was sie aus diesem Rollenwechsel gelernt haben.

## *Umgang mit Konflikten*

### **„Du sagst/ich sage“ (Kontrollierter Dialog)**

Diese Methode zur Konfliktreduzierung ist deshalb brauchbar, weil sie sicher stellt, dass die beiden betroffenen Seiten offen miteinander sprechen und dem anderen genau zuhören. Die Spielregeln sind einfach: Jeder Sprecher muss zuerst die Argumente der anderen Person in seinen Worten zusammenfassend wiederholen. Der Sprechende kann dann - und nur dann - mit seinen eigenen Äußerungen fortfahren. Wenn die andere Person mit der Zusammenfassung nicht zufrieden ist, muss der Sprechende ihr Fragen stellen, bis er eine gute Zusammenfassung liefern kann.

„Du sagst/ich sag“ - Sätze können mit Wendungen anfangen wie: „Ich bin nicht sicher, dass ich richtig verstanden habe. Meinst du...?“; „Sagst du, dass ...?“; „Hab ich dich richtig verstanden, du sagtest ...?“ oder „Darf ich annehmen, dass du folgendes gemeint hast ...?“

## *Umgang mit Konflikten*

### **Vermittlung durch einen Dritten**

Die Aufgabe eines Vermittlers in einer Konfliktsituation ist es nicht herauszufinden, wer „recht“ oder „unrecht“ hat, sondern beiden Partnern bei der Suche nach einer für beide Seite befriedigende Lösung zu helfen.

## **Streit schlichten – die 5 Phasen der Mediation**

### **Phase 1: Einleitung**

- Beide SchülerInnen werden gefragt, ob sie bereit sind, den Streit mit der Klasse zu besprechen und gemeinsam nach einer Lösung zu suchen.
- Beide werden auf die Regeln für das Gespräch hingewiesen:
  - einander zuhören - nicht unterbrechen - nicht beschimpfen
- Die Lehrerin/der Lehrer fragt, wer anfangen will, über den Streit zu berichten.

### **Phase 2: Klärung der Sichtweise**

- A erzählt ihre/seine Sichtweise des Streites. Die Lehrerin/der Lehrer stellt Verständnisfragen und stoppt B, wenn sie/er A unterbricht.
- Nun erzählt B ihre/seine Sichtweise des Streites und A hört zu.
- Die Lehrerin/der Lehrer wiederholt die beiden Sichtweisen und benennt die Streitpunkte.

### **Phase 3: Konflikterhellung**

- Die Lehrerin/der Lehrer spricht mit A und B über die Streitpunkte und deren mögliche Hintergründe sowie die verschiedenen Interessen der beiden SchülerInnen.
- Sie/er fragt nach ihren Gefühlen und Wünschen.
- Sie/er wiederholt die wichtigsten Aussagen der SchülerInnen.

### **Phase 4: Problemlösung**

- Der Streitschlichter bittet A und B, sich Lösungen für den Streit zu überlegen.
- A und B bringen ihre Vorschläge ein.
- Die MitschülerInnen können nun auch Lösungen vorschlagen.
- Alle diskutieren die verschiedenen Lösungsvorschläge.

### **Phase 5: Vereinbarung**

- A und B wählen eine für beide passende Lösung.
- A und B einigen sich und geben sich die Hand.

## *Umgang mit Konflikten*

# Wir bauen einen Turm

**Material:** für jede gleich große Kleingruppe (4-6 Personen) 3 verschiedenfarbige Bögen Naturpapier (mindestens A3), 2 Schere, Klebstoff; Auswertungsblatt für überzählige Schüler, die Beobachter sind.

**Durchführung:** 1. Arbeitsanleitung: Heute wollen wir durch Werken mit vorgegebenen Material wichtige Schulthemen einmal anders aufspüren. Jede Kleingruppe hat die Aufgabe, aus den drei Papierbögen einen Turm herzustellen, der später nach drei Merkmalen beurteilt wird: Höhe, Standfestigkeit, und Ideenreichtum. Zusätzliche Hilfsmittel (Bleistift, Lineal ...) sind nicht erlaubt. Ihr dürft bei der Arbeit nicht sprechen!

## *Umgang mit Konflikten*

### **Mögliche Reflexion: - „Wir bauen einen Turm“**

Wie habe ich mich und wie habe ich die anderen in der Kleingruppe erlebt? Kenne ich Situationen, in denen es mir ähnlich/ganz anders geht? Was haben die Beobachterinnen wahrgenommen?

Wie wichtig ist mir Bewertung, Konkurrenz, Kooperation?

Wirkt sie motivierend, beeinträchtigend?

Welche Rolle spielten sie in unserer Kleingruppe, in unserer Klasse, im Schulsystem? Woran merken wir das? Wie wollen wir es? Wie kann wer was ändern?

## *Auswertungsblatt für Beobachter*

### **Fragen zur Turmbau-Übung**

- Wie wurden Entscheidungen getroffen?
- Gab es ein oder mehrere Ziele?  
Wurden die Funktionen aufgeteilt?
- Wie war die Stimmung?
- Übernahm jemand die Leitung?
- Wer hat die Aufgabe beendet?
- War Planen oder Probieren wichtiger?
- Was war das wichtigste Leistungskriterium (Höhe, Standfestigkeit, Ideenreichtum)?
- Was hätte sich bei Wegfall der Konkurrenz geändert?
- Wie wichtig ist Beurteilung?



# Produktivität

## **Spiel: Steine Soziogramm**

Sichtbar machen von Strukturierungen und Beziehungen (= Beziehungsstrukturen) in verschiedene Phasen.

- (1) kennen lernen des Steines (Vorbereitung → mit Kinder einen Ausflug machen und Steine suchen und sammeln)
- (2) lege den Stein dort hin auf die Wiese
- (3) Assoziationen → wie schaut das Bild aus??? → strahlende, bunt, schön,...
- (4) Möglichkeiten der Veränderung → Tendenz Harmonie
- (5) Beschreibung → Reflexion
- (6) fühlt sich mein Stein jetzt so wohl????

*Produktivität*

## **Kleinere Gruppenprojekt**

Eine Organisation von Gruppenprojekten ist eine ausgezeichnete Übung für eine Klasse im Produktivitätsstadium.

Bieten sie die Möglichkeit einer Arbeitsteilung innerhalb der Klasse an, bei der die Schüler die Gelegenheit haben, ihre individuellen Fähigkeiten und Begabungen einsetzen zu können. Sie fördern auch die Unabhängigkeit und unterstützen die Schüler darin, die Verantwortung für ihre eigenen Lernprozesse zu übernehmen.

*Produktivität*

## **Kurze Kleingruppendiskussionen**

Kleingruppendiskussionen eignen sich gut bei der Einführung eines Themas - „Warmlaufphase“. Die Klasse bekommt eine Einführung zu einem Thema und anschließend werden die Schüler in kleine Gruppen aufgeteilt und ihnen eine klar definierte Aufgabe zugeteilt. Nach etwa 20 Minuten kommt die Klasse im Kreis zusammen und es findet eine lehrengeführte Diskussion statt, in der die einzelnen Gruppenergebnisse diskutiert werden und man eventuell zu neuen Ergebnissen kommt.

*Produktivität*

## **Simulationsspiele**

Simulationsspiele können Schülern Erfahrungen aus zweiter Hand geben, um ihre Diskussionen über ein Thema zu vertiefen.

Simulationsspiele verlangen einen hohen Grad an Interaktion zwischen den Schülern, und sie lassen sich am besten in einer gut entwickelten Gruppe durchführen.

*Produktivität*

## **Rollenspiele**

Statt nur über ein Thema zu reden, können Schüler dieses vorspielen, und gewinnen so Einsichten durch den Versuch, die betreffenden Personen tatsächlich „zu sein“. Rollenspiele geben den Schülern die Freiheit und Möglichkeit, die Situationen nach ihren Vorstellungen zu strukturieren.

Rollenspiele sind auch eine hilfreiche Methode, um im Unterricht gelernte soziale Fähigkeiten und Kommunikationstechniken zu proben.

## **Adaptionen von Übungen zur Gruppenentwicklung**

Folgende Übungen für Diskussionen während des Produktivitätsstadium können übernommen werden:

- Der Doppelkreis
- Erzwungene Wahl
- Rätselspiele
- Erzwungene Beiträge

# Die Auflösung

## *Auflösung*

### **Weißt du noch, als ...?**

Lassen sie eine Klassendiskussion über die Gruppenentwicklung vom ersten bis zum letzten Tag führen. Zeichnen sie zur Darstellung des Gruppenlebens eine Zeitreihe an die Tafel, bei der die verschiedenen Perioden (Entwicklungsstadien) und wichtige Ereignisse, an die sich die Gruppe erinnern kann, festgehalten werden.

### *Auflösung*

## **Das beste Ereignis des Schuljahres**

Lassen sie jeden Schüler erzählen, was für ihn das beste Ereignis in der Klasse während des Schuljahres war.

### *Auflösung*

## **Nikolaus**

Jeder Schüler soll sich der Reihe nach vorstellen, dass er irgendeinem anderen Gruppenmitglied ein Geschenk überreicht. Der LL sollte die Schüler auffordern, an Dinge zu denken, die sie übereinander während der vergangenen Zeit herausgefunden haben und zwar mit dem Ziel, dass der SS ein besonders geeignetes Geschenk für die betreffende Person aussuchen soll.

## *Auflösung*

### **Erinnerungskiste**

Lassen sie die Gruppe eine Art Erinnerungskiste zusammenstellen, eine Sammlung von *Gegenständen*, die ihre speziellen Eigenschaften als Gruppe wiedergibt. Sagen sie ihnen, dass eine Person, die sich die Sammlung in zehn Jahren anschauen wird, in der Lage sein muss, festzustellen, wie die Gruppe war und was die Besonderheit dieser Gruppe ausmachte. Mögliche *Gegenstände* sind Photos, Arbeitsergebnisse, Gedichte über die Gruppe, Collage aus Bildern und Wörtern, die aus Zeitschriften ausgeschnitten worden sind oder irgendetwas, das die speziellen Interessen oder Aktivitäten der Gruppe symbolisiert.

## *Auflösung*

### **Positive Botschaften**

Geben sie jedem Schüler so viele kleine Papierzettel, wie es Schüler in der Klasse gibt. Lassen sie die Schüler auf jedem Zettel eine kurze Botschaft an jedes andere Gruppenmitglied schreiben, etwas worüber sie sich freuen können. Schlagen sie vor, dass sie die positiven Eigenschaften beschreiben, die sie an jeder Person im Laufe des Jahres bemerkt haben. Fordern sie sie auf, dass sie dabei so genau wie möglich sein und versuchen sollen, besondere Ereignisse zu erwähnen. Überlassen sie es den Schülern, ob sie ihre Namen darunter schreiben oder nicht. Nachdem sie fertig sind, sollen sie den Zettel zusammenfalten und den Namen der betreffenden Person außen draufschreiben. Mehrere SS können dann ausgewählt werden, die die Botschaften zu den betreffenden Personen bringen.

# Einführung von Normen

*Selbstverantwortlichkeit  
Eingehen auf die anderen  
Zusammenarbeit*

*Einführung von Normen - Selbstverantwortlichkeit der Gruppe*

## **Erzwungene Beiträge**

**Vorbereitung:** Die Gruppe soll einen Sitzkreis bilden.

**Übung:** Der Gruppe wird vom LL ein einfaches Diskussionsthema gestellt, bei dem jeder einen Beitrag leisten kann.

**Bedingung:** Jedes Gruppenmitglied muss zumindest einmal etwas zu dem Geforderten beitragen und diese Beiträge sollen in zufälliger Reihenfolge gegeben werden. Zur Kontrolle soll eine Namensliste angefertigt werden, und die Beiträge aller vermerkt werden.

Nach der Diskussion, die ca. 10 Minuten dauern sollte, kann man folgende Fragen stellen:

- Wer hat die Reihenfolge bestimmt?
- Was habt ihr gemacht, wenn mehrere Personen gleichzeitig reden wollten?
- Was habt ihr unternommen, um ruhigere Gruppenmitglieder zur Teilnahme zu ermutigen?



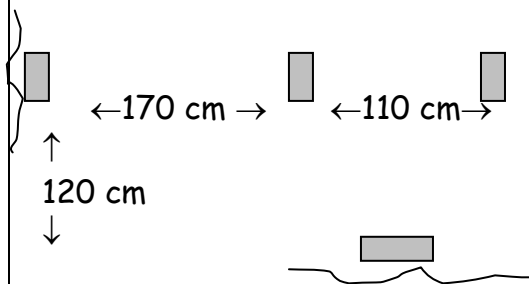
*Einführung von Normen - Selbstverantwortlichkeit der Gruppe -  
Rollen innerhalb der Gruppe*

## Rätselspiel - Acid-River

**Vorbereitung:** 3 Holzbrettern und 4 Holzklötzen.

**Übung:** Mit diesen Hölzern soll man einen gefährlichen „Fluss“ überqueren ohne ins Wasser zu stürzen.

Siehe dazu folgende Aufzeichnung:



*Maße:*

Bretter: 130/19/3 cm

Klötze: 12/12/20 cm

*Hier kann man gut beobachten, welche SS welche Rolle übernehmen.*

*Einführung von Normen - Selbstverantwortlichkeit der Gruppe*

## Einen Sprecher ermutigen

**Vorbereitung:** Erstellen einer Liste, wie man eine andere Person zum Sprechen ermutigen kann. Die Liste sollte folgende Punkte haben:

- Den Sprechenden direkt ansehen
- Nicken, um zu zeigen, dass man zuhört
- Pausen „ertragen können“ anstatt sofort selbst zu antworten
- Fragen stellen, die den Sprecher dazu veranlassen, verschiedene Dinge detaillierter zu erklären.

Anschließend wird die Klasse in Zweiergruppen aufgeteilt. Einer ist der Sprecher und einer der Ermutigende. Nach ca. fünf Minuten Gesprächszeit wird gestoppt und die SS sollen darüber diskutieren, wie es ihnen in ihrer Rolle gegangen ist.

## *Einführung von Normen - Selbstverantwortlichkeit der Gruppe*

### **Rhythmus-Wechsel**

**Vorbereitung:** im Kreis aufstellen oder setzen

**Übung:** Ein SS soll nun damit beginnen, einen einfachen Rhythmus zu klatschen, und die anderen folgen ihm, indem sie denselben Rhythmus mitklatschen. Sagen sie der Klasse dann, sie möchten, dass jemand aus der Gruppe den Rhythmus verändert, jedoch ohne etwas zu sagen. Derjenige soll einfach einen neuen Rhythmus beginnen und der Rest der Klasse folgt diesem neuen Rhythmus. Nach einigen Wechseln sollte die Übung beendet werden und folgende Fragen beantwortet werden:

- Wie hat die Gruppe gemerkt, dass jemand die Gruppe zu einem neuen Rhythmus führen wollte?
- Was hat dich dazu gebracht oder daran gehindert einen neuen Rhythmus einzuführen?
- Warum ist es schwierig bei einer Übung wie dieser die Führung zu übernehmen?

## *Einführung von Normen - Eingehen auf die anderen*

### **Die Menschenmaschine**

**Vorbereitung:** Bilden eines großen Kreises

**Übung:** Die SS sollen nun mit ihrem eigenen Körper gemeinsam eine große Maschine bilden. Eine Person beginnt mit einer repetitiven Bewegung z.B. indem sie den Arm rhythmisch auf und ab bewegt und diese Bewegung mit einem besonderen Geräusch verbindet. Die SS sollten einer nach dem anderen sich dem anschließen, indem sie sich in irgendeiner Art und Weise Geräusche der schon bestehenden „Maschine“ hinzufügen. Das Ziel ist erreicht, wenn die ganze Gruppe miteinander verbunden ist und sich in zusammenhängender Art und Weise bewegt und dabei viele Geräusche macht. Beenden sie das Spiel und befragen sie die Gruppenmitglieder, welche Ähnlichkeiten sie zwischen der „Menschenmaschine“ und einer effektiven Lerngruppe festgestellt haben.

## *Einführung von Normen - Eingehen auf die anderen*

### **In der Gruppe eine Geschichte erfinden lassen**

**Vorbereitung:** Die Gruppe bildet einen Kreis

**Übung:** Entweder Sie oder ein Schüler beginnt freiwillig mit einer zu erfindenden Geschichte, indem nur ein Satz gesagt wird. Dies geht im Uhrzeigersinn weiter; Jeder SS fügt der Geschichte einen neuen Satz hinzu. Die SS sollten versuchen, eine zusammengehörige Geschichte zu erzählen und sie sich so anhören lassen, als ob sie von einer Person erzählt würde.

Wenn das Spiel zu Ende ist, erklären sie, dass dieses Spiel deshalb gemacht wurde, um sie üben zu lassen, neue Gedanken mit vorher genannten zu verknüpfen. Fragen sie nach Schwierigkeiten, die sie beim Verknüpfen von vorherigen Gedanken mit ihren eigenen hatten.

Erwähnen sie, wie wichtig es ist, dem vorherigen Sprecher sorgfältig zuzuhören, um den Aufbau der Geschichte mitbekommen zu haben.

## *Einführung von Normen - Eingehen auf die anderen*

### **Einer Person aktiv zuhören**

**Vorbereitung:** Teilen sie die Klasse in Dreiergruppen auf. Bestimmen sie in jeder Kleingruppe einen Sprecher, einen Zuhörer und einen Beobachter.

**Übung:** Die Aufgabe des Sprechers ist es, über seine Gefühle, Gedanken und über Fakten zum ausgewählten Thema zu reden. Der Zuhörer soll die Techniken des aktiven Zuhörens üben. Der Beobachter muss darauf achten, dass der Zuhörer die Prinzipien des aktiven Zuhörens nicht verletzt. Stellen sie klar, dass der Beobachter an der Diskussion nicht teilnehmen darf, ausgenommen, um den Zuhörer darauf hinzuweisen, dass der die Regeln nicht beachtet.

Nach 5 - 10 Minuten beenden sie die Übung lassen in der Dreiergruppe folgende Fragen diskutieren:

Hat der Sprecher wirklich über ihre Ideen und Gefühle hinsichtlich des Themas nachgedacht?

- Hat der Zuhörer dem Sprecher geholfen oder hat er ihn unterbrochen, ermutigt oder gestritten?
- Was hätte der Zuhörer besser machen können?
- Hat der Beobachter darauf geachtet, dass die Regeln eingehalten werden?

## *Einführung von Normen - Zusammenarbeit*

### **Decken-Schleuder**

**Vorbereitung:** Für dieses Spiel braucht man ein großes Leintuch, in das ein Loch geschnitten wurde, das groß genug ist, um einen Luftballon durchfallen zu lassen. Luftballons in verschiedenen Größen.

**Übung:** Auf das Laken werden Luftballons verschiedener Größen gelegt. Die Spieler spannen das Leintuch zwischen sich aus und schleudern die Luftballons in die Höhe, indem sie an dem Lagen ziehen. Sie versuchen das Leintuch so zu bewegen, dass alle Luftballons durch das Loch fallen. Wenn sie damit fertig sind, können die Spieler dieses Spiel wiederholen und dabei selbst die Zeit abstoppen, um festzustellen, ob sich ihre Fähigkeiten zusammenzuarbeiten verbessert hat.

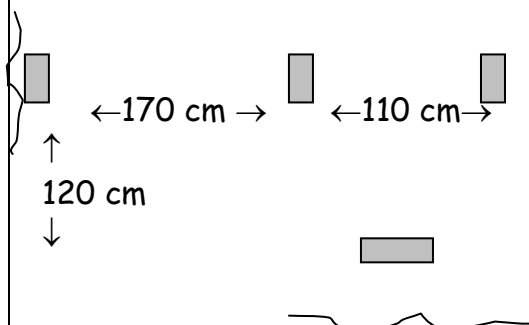
## *Einführung von Normen - Zusammenarbeit*

### **Rätselspiel - Acid-River**

**Vorbereitung:** 3 Holzbrettern und 4 Holzklötzen.

**Übung:** Mit diesen Hölzern soll man einen gefährlichen „Fluss“ überqueren ohne ins Wasser zu stürzen.

Siehe dazu folgende Aufzeichnung:



*Maße:*

Bretter: 130/19/3 cm

Klötze: 12/12/20 cm

*Hier kann man gut beobachten, welche SS welche Rolle übernehmen.*

## *Einführung von Normen - Zusammenarbeit*

### **Wurf zur Mitte**

**Vorbereitung:** Die Spieler bilden einen Kreis. Man benötigt einen Ball.

**Übung:** Ein Spieler steht in der Mitte des Kreises. Der Spieler in der Mitte wirft einen Ball zu irgendeinem Spieler im Kreis und läuft sofort los, um in dem Kreis den Platz irgendeines anderen Spielers einzunehmen. Der abgelöste Spieler läuft zur Mitte, um den Ball zu fangen, der von dem Spieler geworfen wird, der ihn von dem Spieler in der Mitte erhalten hat. So geht das Spiel weiter.

## *Einführung von Normen - Zusammenarbeit*

### **Schießen im Kreis**

**Vorbereitung:** Die Spieler bilden einen Kreis. Man benötigt einen Fußball.

**Übung:** Ein Spieler schießt einen Fußball zu irgendeinem Spieler auf der gegenüberliegenden Seite des Kreises und ruft „Eins“. Derjenige Spieler, der den Ball erhalten hat, schießt den Ball zu einem anderen Teil des Kreises und ruft „Zwei“; und so geht das Spiel weiter, wobei jeder Spieler die nächst höhere Zahl ansagt. Wenn der Ball aus dem Kreis herausfliegt oder wenn irgendein Spieler aus dem Kreis austritt oder wenn irgendein Spieler den Ball anfasst anstatt ihn zu treten, wird die Fortsetzung des Spieles verscherzt und die Gruppe muss von vorne mit „Eins“ beginnen. Das Ziel besteht darin, herauszufinden, welche Zahl die Gruppe erreichen kann.