

WAS
GEHT
MIT
MENSCH-
LICHKEIT

WAS GEHT MIT MENSCHLICHKEIT

METHODENKETTE ALTERSGRUPPE II (AB 12 JAHREN)

VOM ICH

ZUM DU

ZUM WIR

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	3
ÜBERSICHT ZIELE, INHALTE, METHODEN (ZIM)	4
WAS GEHT MIT ZITATEN?	18
MEINE STARKE SCHULTER	20
VOLLE PERSÖNLICHKEITEN	22
OBSTSALAT	23
ICH BIN EINMALICH	25
ICH-TÜTE ODER ICH-BILD	26
MENSCHLICHKEITSBINGO	28
STARKER RÜCKEN	30
SCHREIÜBUNG	32
LET THE SHIT OUT	34
ZAHLENSTRAHL	36
GANZKÖRPERKNOBELN	38
WHATSAPP-CHALLENGE	40
FÜNF FINGER-FEEDBACK	43
REGEN	44
STÖRRISCHER ESEL	46
IMPROVISATION	48
ÜBERLEBENSPIEL	49
IMPRESSUM	51

VORWORT

Liebe Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter, liebe JRKlerinnen und JRKler,

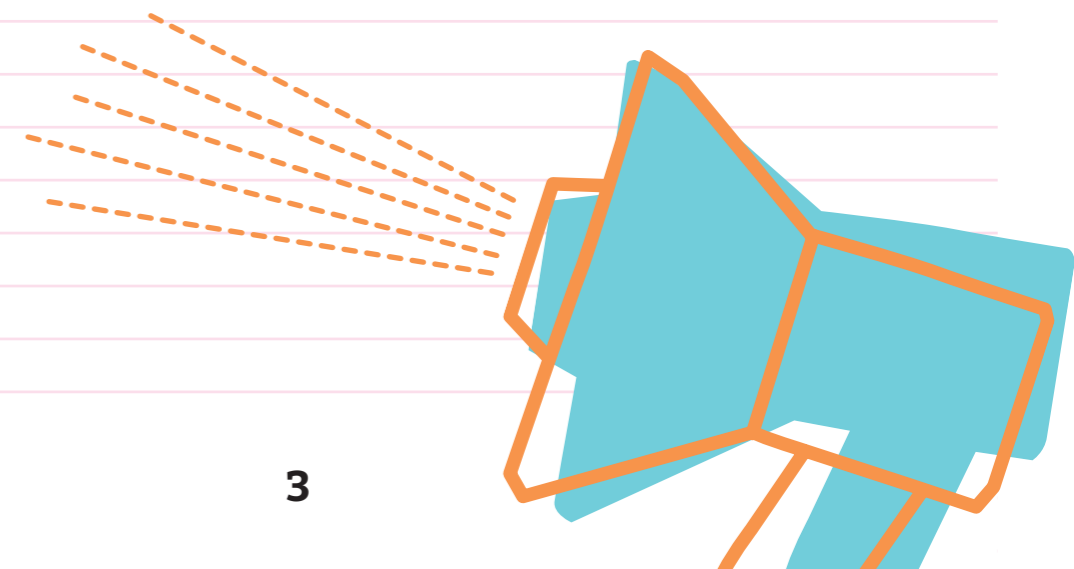
Wir haben euch zum Abschluss der Kampagne **Was geht mit Menschlichkeit?** eine Methodenkette zusammengestellt. Das sind Methoden und Aktionen in 12 Einheiten, die ihr einzeln oder auch nacheinander mit eurer Gruppe durchführen könnt. In ihrer Gesamtheit empfehlen wir ein Alter ab 12 Jahren, einzelne Methoden eignen sich aber auch schon für jüngere Altersgruppen.

Alle beschriebenen Übungen sind in der Praxis erprobt und wurden von vielen Jugendgruppen deutschlandweit zusammengetragen. Die Arbeitsgruppe Kampagne hat die Materialien in einer Methodenkette gebündelt, damit auch nach der Kampagne **Menschlichkeit** weiter an Wert gewinnt.

Die gesamte Methodenkette begleitet euch vom ICH zum DU zum WIR. Sie ist so aufgebaut, dass ihr zunächst bei euch selbst anfangt: Was bedeutet Menschlichkeit für mICH als Einzelperson und meine Werte? **ICH** Anschließend geht es um das Miteinander in eurer Gruppe: welchen Einfluss hast DU und dein Handeln auf andere? **DU** Im letzten Drittel stehen WIR als Rotkreuz- und Rothalbmondgesellschaft im Mittelpunkt. **WIR**

Seid auch ihr mit eurer Gruppe dabei, gemeinsam vom ICH zum DU zum WIR!
Eure AG Kampagne

Weitere spannende Methoden und Lerninhalte für eure Gruppenstunde findet ihr auf unserer Webseite www.wasgehtmitmenschlichkeit.de. Dranbleiben und stöbern lohnt sich!



1. Einheit

ZIEL

ZIEL

INHALTE, METHODE(N)

MATERIAL

Vorbereitung
 TN durch verschiedene Reize für das Thema sensibilisieren
 TN wissen, dass für die nächsten Stunden ein neues Thema ansteht

In einer vorhergehenden Gruppenstunde ladet ihr eure Gruppe zu einer kleinen Expedition ein: verteilt Expeditionstickets (z.B. Humanity Cards) oder selbst gebastelte Reisetickets. Verteilt die Zitate und den QR-Code mit dem Video <https://youtu.be/dBxkYmezjvM> im Raum.

- Methodenblatt **Was geht mit Zitaten?**
- Zitate einzeln ausgedruckt; ggf. weitere Bilder zu den Zitaten
- QR-Code mit Video aus der WIR-Broschüre (Kapitel 1, S. 15)



20 min

TN steigen in das Thema **Menschlichkeit** ein

TN lesen und schauen sich die verschiedenen Zitate und Bilder an.

10 min

TN sprechen gemeinsam über das neue Thema

Fragt die TN: Was denkt ihr, was verbindet oder fehlt? – Kurzer Austausch (wenn sie nicht selbst drauf kommen, dann helfen und **Menschlichkeit** sagen)

10 min

TN tauschen sich über ihre Gedanken und Eindrücke aus

Übung paarweise: Stellt euch zu euren Zitaten, Bildern, die euch am meisten angesprochen haben

5 min

TN beschäftigen sich über die Gruppenstunde hinaus mit dem Thema

Dreht ein Video oder macht ein Bild mit dem Titel **Was bedeutet Menschlichkeit für mich?** (Ideen und Anregungen findet ihr auf www.wasgehtmitmenschlichkeit.de)

TIPP:
 LADET EUCH DIE KAMPAGNEN-SCHRIFT-ARTEN UND DIE ICONS RUNTER UND GESTALTET DIE ZITAT-BLÄTTER DAMIT

2. Einheit

ZIEL

ZIEL

INHALTE, METHODE(N)

MATERIAL

5 min
 TN steigen wieder ins Thema ein

WUP (Warm-up) – z. B. **Meine starke Schulter**

- Methodenblatt **Meine starke Schulter**

15 min
 TN tauschen sich darüber aus, was Menschlichkeit für sie bedeutet

TN zeigen ihr Video und/oder ihr Bild. Sie tauschen sich darüber aus.

5 min

TN haben einen ersten Eindruck der Kampagne

Schaut euch mit euren TN das ICH-Video an.



- Beamer
- Laptop, <https://www.youtube.com/watch?v=Pnl8vpY33Nw>

15 min

TN beschreiben sich selbst und ihre eigene Menschlichkeit

Arbeitet in Kleingruppen, angelehnt an die Methode **Volle Persönlichkeiten**.

Tipp: Da in der Altersklasse die Veränderungen des Körpers eine große Rolle spielen, nutzt eher die Vordrucke auf A4, statt die eigenen Körperumrisse zu zeichnen). Zunächst schreibt jede/r TN selbst etwas in den Umriss, wie er/sie sich selbst sieht. Anschließend gebt die Umrisse in der Kleingruppe reihum weiter. Jede Person darf noch etwas hinzuschreiben. (Einigt euch vorher darauf, dass keine Beleidigungen notiert werden.) Keinen Namen auf den Umriss schreiben.

- Methodenblatt **Was geht mit mir**
- Vordrucke A4 Papier

5 min

TN geben Rückmeldung

TN geben eine kurze Rückmeldung zu der Frage: Was hat euch heute gut gefallen? Was habt ihr Neues voneinander gelernt?

TIPP:
 SCHAUT DOCH MAL IN DIE METHODE "WUNDERSCHACHTEL" REIN. VIELLEICHT IST GRUPPE IN EINER DER NÄCHSTEN STUNDEN?

3. Einheit

ZIEL	INHALTE, METHODE(N)	MATERIAL
5 min	TN steigen wieder ins Thema ein	• Methodenblatt Obstsalat
15 min	TN lernen mehr übereinander	• gezeichnete Körperumrisse
10 min	TN lernen die Unterschiede und Gemeinsamkeiten in der Gruppe	• Methodenblatt Ich bin einmal ICH
10 min	TN zeigen mehr von sich in der Gruppe	• Methodenblatt ICH-Tüte

5 min

TN geben Rückmeldung	TN geben eine kurze Rückmeldung zu der Frage: „Was hat euch heute gut gefallen? Was habt ihr Neues voneinander gelernt?“
----------------------	--

4. Einheit

ZIEL	INHALTE, METHODE(N)	MATERIAL
5 min	TN steigen wieder ins Thema ein	• Methodenblatt Menschlichkeitsbingo
30 min	TN erzählen über sich und erfahren Neues von anderen	• Essen, das die TN mitbringen • Methodenblatt ICH-Tüte
10 min	TN geben sich gegenseitig wertschätzende Rückmeldungen	• Methodenblatt Starker Rücken • A5 Blatt oder Kampagnenicon • Stift

5. Einheit

ZEIT	ZIEL	INHALTE, METHODE(N)	MATERIAL
5 min	TN steigen wieder ins Thema ein	WUP Schreibübung	• Methodenblatt Schreibübung
10 min	TN haben ein Bewusstsein für ihre Kommunikation im Alltag	In dieser Stunde leitet ihr vom ICH zum DU über, zum Beispiel so: „In der vergangenen Stunde haben wir uns ja gegenseitig wertschätzende Rückmeldungen gegeben. Wie oft bekommt ihr denn solche wertschätzenden Botschaften im Alltag? Wie spricht ihr sonst miteinander?“	• Methodenblatt Let the shit out
25 min	TN lernen wertschätzende Kommunikation	Methode Let the shit out angelehnt an Streitsätze – Friedenssätze (aus der DU-Broschüre, S. 20). Schreibt alle Sätze auf und teilt sie ein in Gewaltsätze oder Friedenssätze. Wenn nichts bei Friedenssätze steht, dann überlegt wie ihr die Streitsätze umformulieren könnt, damit es Friedenssätze werden.	• Papier und Stifte
5 min	TN geben sich gegenseitig wertschätzende Rückmeldungen	Schließt die Einheit mit wertschätzenden Rückmeldungen z.B. mit der Methode Zahlenstrahl .	• Methodenblatt Zahlenstrahl

6. Einheit

ZEIT	ZIEL	INHALTE, METHODE(N)	MATERIAL
5 min	TN steigen wieder ins Thema ein	WUP Ganz-Körper-Knobeln oder auch Schnick Schnack Schnuck extrem genannt	• Methodenblatt Ganzkörperknobeln
10 min	TN tauschen sich zu ihren Gefühlen aus	Reflektiert mit den TN die vergangene Stunde, zum Beispiel so: „Erinnert euch an die Streitsätze aus der vergangenen Stunde. Welche Emotion, welches Gefühl löst der Streitsatz bei euch aus? Nehmt euch einen Streitsatz und legt ihn zu dem jeweiligen Gefühl.“	• Streitsätze und Friedenssätze aus der vorherigen Einheit • ggf. Emotionskarten
10 min	TN erfahren mehr über gewaltfreie Kommunikation	Gebt den TN Input über gewaltfreie Kommunikation. Nutzt die Lernvideos aus dem digitalen Lernbereich. (Zu finden auf www.wasgehtmitmenslichkeit.de)	• DU-Broschüre, S. 17-20
20 min	TN entwickeln eigene Möglichkeiten, um bei anderen positive Gefühle auszulösen	Orientiert euch an der Methode WhatsApp Challenge	• Methodenblatt WhatsApp-Challenge • kleine Zettel in zwei Farben

7. Einheit

ZEIT

ZIEL

INHALTE, METHODE(N)

MATERIAL

5 min

TN steigen wieder ins Thema ein

WUP Fragt eure Gruppe, was sie spielen will

20 min

TN tauschen sich zu den Aktionen aus

Tauscht euch mit eurer Gruppe aus, wie die Aktionen aus der

WhatsApp-Challenge gelaufen sind:

- Was war schwierig/leicht umzusetzen?
- Welche Begegnungen hatten ihr?
- Was hat euch besonders überrascht?
- Wie haben andere reagiert?
- Welche Gefühle hat es bei dir ausgelöst?

- Streitsätze und Friedenssätze aus der vorherigen Einheit
- ggf. Emotionskarten

15 min

TN erhalten eine Wertschätzung ihres Engagements

Verteilt nun an alle TN je eine Humanity Card dafür, dass sie die kleinen Aktionen gemacht haben. Erkläre kurz den Sinn hinter der Humanity Card.

Tipps: Ihr seid auf den Geschmack gekommen, was kleine, schnelle Aktionen angeht? Dann probiert´s doch mal mit dem Menschlichkeitsveranstaltungs-kalender <https://wasgehtmitmenschlichkeit.de/ich/2018-kann-kommen-kalender-aus-thueringen> und/oder der Aktion „#humanity100“ <https://wasgehtmitmenschlichkeit.de/wir/humanity100-ein-sommer-100-aufgaben>

- Humanity Cards <https://wasgehtmitmenschlichkeit.de/ich/humanitycard>



5 min

TN geben sich gegenseitig wertschätzende Rückmeldungen

Nutzt die Feedback-Methode „5 Finger Feedback“.

- Methodenblatt **5 Finger Feedback**

8. Einheit

ZEIT

ZIEL

INHALTE, METHODE(N)

MATERIAL

5 min

TN steigen wieder ins Thema ein

WUP **Regen**

- Methodenblatt **Regen**

10 min

TN erleben die Chance und Herausforderung von Motivation

Macht die Übung **Störrischer Esel**

- Methodenblatt **Störrischer Esel**

25 min

TN treffen als Gruppe gemeinsam Vereinbarungen, wie sie miteinander umgehen und sprechen wollen

Welche Regeln gebt ihr euch als Gruppe, wie ihr miteinander umgehen wollt? Sammelt diese Regeln. Einigt euch dann auf 3 bis 5 Regeln und ergänzt sie gut lesbar (deutlich schreiben!) auf dem KommYOUication-Plakat. Hängt es in euren Gruppenraum. Auch die bereits ausgefüllten Felder könnt ihr für euch verwenden: Denn das sind Vereinbarungen, mit denen andere Gruppen gute Erfahrungen gemacht haben.


- KommYOUication-Plakat <https://wasgehtmitmenschlichkeit.de/downloads#toolbox>
- Stifte




5 min

TN geben Rückmeldungen

Macht das Feedback „Blitzlicht“: Jede/r sagt reihum in einem Wort, wie es ihm/ihr heute gefallen hat.

ZEIT	ZIEL	INHALTE, METHODE(N)	MATERIAL
9. Einheit			
5 min	TN steigen wieder ins Thema ein	WUP Improvisation	• Methodenblatt Improvisation
20 min	TN reflektieren über Konsequenzen und Umgang mit Regelverletzungen	In der vergangenen Stunde habt ihr ja gemeinsam vereinbart, wie ihr miteinander umgehen wollt. Aber was tut ihr, wenn sich jemand nicht an die Vereinbarung hält? Nutzt dafür die Methode Verletzung von Regeln	• WIR-Buch • Ausgefülltes KommYOUUnication-Plakat
15 min	TN lernen die Allgemeinen Menschenrechte und das HVR kennen	Welche Regeln gelten denn für alle Menschen? Die könnt ihr aufschreiben und genau wie das KommYOUUnication-Plakat in eurem Gruppenraum aufhängen. Zerschneidet das Plakat „7 Sätze, 2 Regeln“ vor der Gruppenstunde in etwa doppelt so viele Teile wie Teilnehmende in eurer Gruppe sind. Sie sollen dieses Puzzle zusammensetzen. „Alle Jungen und Mädchen, unsere Eltern und Großeltern, alle Menschen, die es auf der Welt gibt, hören auf andere Regeln. Aber es gibt 2 Regeln, mit denen alle Menschen der Welt immer einverstanden sein sollten. Die eine Regel sind die Menschenrechte. Sie gelten immer. Die andere Regel ist das Humanitäre Völkerrecht. Es gilt bei Kriegen. Wenn sich alle Menschen an diese 2 Regeln halten, können wir dafür sorgen, dass es auf der Welt immer Menschlichkeit gibt.“ Zum Abschluss gebt ihr einen Ausblick auf die nächste Stunde: „Über die Menschenrechte haben wir gerade gesprochen. Sie gelten immer. Das Humanitäre Völkerrecht gilt bei Kriegen. Das schauen wir uns beim nächsten Mal etwas genauer an.“	• Allgemeine Erklärung der Menschenrechte der Vereinten Nationen“, Seite 2 auf dem Poster „Das hält uns zusammen“ in der Methode „Regeln im Krieg“ des Österreichischen Roten Kreuzes https://www.humanity.at/wp_content/uploads/2019/09/0919_poster_das-hilft-uns-zusammen.pdf 
5 min	TN geben ein Feedback	Feedback („Blitzlicht“ – jede Person sagt EIN Wort, wie sie heute die Gruppenstunden fand)	

ZEIT	ZIEL	INHALTE, METHODE(N)	MATERIAL
10. Einheit			
10 min	TN lockern sich und kommen in Kontakt	WUP Überlebensspiel	• Methodenblatt Überlebensspiel
5 min	TN steigen in das Thema Humanitäres Völkerrecht ein	Sowohl das Deutsche Rote Kreuz als auch das Schweizerische Rote Kreuz haben ein Zeichentrickvideo zum „Humanitären Völkerrecht“ veröffentlicht. Das Video und der Inhalt sind gleich, die Sprecher sind andere. Schaut euch eines der Videos an.	• Laptop • Internetzugang • Lautsprecher • Beamer oder mit seinem/ihrer Smartphone und dem QR-Code aus der WIR-Broschüre, S. 7, ganz unten auf der Seite
25 min	TN erarbeiten sich selbstständig ein Verständnis zum Humanitären Völkerrecht	Macht das Klick-Adventure zum Humanitären Völkerrecht. Am besten klickt ihr euch als Gruppenleiter/in vorher schon einmal durch die Quizfragen. Dann wisst ihr schon etwas genauer, worum es geht. Auch das Video zum Humanitären Völkerrecht könnt ihr euch schon einmal ansehen.	• Smartphones • Klick Adventure QR-Code findet ihr in der WIR-Broschüre, S. 7 oder unter diesem Link https://schulen.redcross.ch/regeln-im-krieg 
5 min	TN geben sich gegenseitig wertschätzende Rückmeldungen	Feedback (fragt die TN, was für eine Rückmeldung sie von den anderen interessiert)	

11. Einheit

ZEIT

ZIEL

INHALTE, METHODE(N)

MATERIAL

5 min

TN lockern sich und kommen in Kontakt

WUP lasst die Gruppe entscheiden, welches WUP sie nochmal spielen wollen

15 min

TN steigen in das Thema Humanitäres Völkerrecht ein

Zeigt den TN Bilder von bekannten Filmszenen. Ihr seht immer den Moment, in dem sich eine Person trotz Gefahr für eine mutige Handlung entscheidet, um andere zu retten, für die eigene Meinung einzustehen, sich gegen Unrecht stark zu machen, etc. Wenn euch noch andere Filmmomente einfallen, ergänzt diese.

- Material „Mut und Humanität“ des Österreichischen Roten Kreuzes <https://www.humanity.at/methode/humanitaere-handlungen>



Stellt danach folgende Fragen:

- Warum haben sich die Personen für diese Handlung entschieden?
- Wie und warum ist es schwierig, den ersten Schritt zu machen?

- Bilder Filmszenen
- Blitzlicht „Humanität im Krieg“
- Blitzlicht „Humanität im Alltag“

Jetzt lest ihr Beispiele von Situationen vor, in denen sich jemand für andere Menschen eingesetzt hat – hier gibt es Geschichten aus dem Krieg und aus dem Alltag. Achtet darauf, welche TN in eurer Gruppe sind. Bei TN mit Zuwanderungs- und/oder Kriegsvorgeschichte solltet ihr besonders sensibel sein. Diskutiert jetzt in der Gruppe: Warum fällt es hier so schwer menschlich zu handeln? Wie hängen die Positionen zusammen?

TIPPS:

DAS HUMANITÄRE VÖLKERRECHT? IST DOCH VIEL ZU KOMPLIZIERT. NEIN, DAS HABT IHR JA MIT EINIGEN METHODEN SICHER SCHON BEMERKT. UND ES GIBT NOCH MEHR MÖGLICHKEITEN. DAS HUMANITÄRE VÖLKERRECHT BESSER KENNENZULERNEN: PLANT EINEN BESUCH IM HUMANITY HOUSE IN DEN HAAG IN EINEM NIEDERLANDEN. DORT KÖNNT IHR AUCH DEN INTERNATIONALEN GERICHTSHOF BESUCHEN. ODER MACHT EINEN AUSFLUG IN EINEM DER VIELEN ROT-KREUZ-MUSEEN IN DEUTSCHLAND. ERFORSCHT IN EURER UMGEBUNG „WERTVOLLE ORTE“ UND ERSTELLT EINE EIGENE KARTEN- UND/ODER MACHT EINE FÜHRUNG. WIE DAS FUNKTIONIERT, ERFAHRT IHR BEIM JPK THÜRINGEN KÖNNT IHR EUCH PROJEKT „WERTVOLLE ORTE“. EINE BROSCHÜRE KÖNNT IHR EUCH DORT BESTELLEN.

20 min

Die Jugendlichen sind sensibilisiert für die Dilemmata, in denen man steckt, um eine humanitäre Handlung zu tun und sie können Vergleiche aus dem Alltag mit kriegerischen Situationen verknüpfen

Die TN stellen sich in einer Reihe nebeneinander auf und verbinden sich die Augen. Wenn sie das nicht selbst können, helfe dabei. Danach lest ihr verschiedene Szenen vor, in denen es einem anderen Menschen nicht gut geht. Die Jugendlichen sollen nun für sich selbst entscheiden, ob sie persönlich in dieser Situation etwas tun würden. Wenn ja, gehen sie lautlos einen Schritt nach vorne – ansonsten bleiben sie stehen. Am Ende nehmen sie die Augenbinden ab, um zu sehen, wo die anderen im Raum stehen.

- Material „Mut und Humanität des Österreichischen Roten Kreuzes <https://www.humanity.at/methode/humanitaere-handlungen>



Impulsaussagen „Was würde ich tun?“

- Augenbinden

Reflektiert:

Wie ging es euch dabei? Ist es euch manchmal schwer gefallen zu entscheiden, ob ihr etwas tun sollt oder nicht? Was hat dich abgehalten oder bestärkt? Hätte es einen Unterschied gemacht, hättest du keine Augenbinden getragen?

Verweist zuletzt darauf, dass diese Entscheidungen und Erlebnisse in kriegerischen Auseinandersetzungen sehr häufig vorkommen und man in diesem Zusammenhang von Zeuginnen/Zeugen spricht. Jemand, die/der sich für eine andere Person einsetzt. Diese Personen sind im Rahmen des humanitären Völkerrechts besonders geschützt.

5 min

TN geben Rückmeldungen

Feedback – paarweise melden die Teilnehmenden zurück, welche Erkenntnis sie heute in der Gruppenstunde gehabt haben

AUF DER KAMPAGNENSEITE DES ÖSTERREICHISCHEN ROTEN KREUZES WWW.HUMANITY.AT FINDET IHR VIELE WEITERE UNTERRICHTSMATERIALIEN ZUM HUMANITÄREN VÖLKERRECHT FÜR ALLE ALTERSKLASSEN. LADET EUCH DAS MINI HVR VON UNSERER HOMEPAGE RUNTER, ODER GESTALTET SELBST EIN QUIZ, ZUM BEISPIEL MIT KAHOOT, UND TEILT ES ÖFFENTLICH MIT ANDEREN ROTKREUZGRUPPEN.

12. Einheit

ZEIT

ZIEL

INHALTE, METHODE(N)

MATERIAL

5 min

TN lockern sich und kommen in Kontakt

WUP fragt doch mal die Teilnehmenden, welches Spiel sie kennen bzw. zu Hause spielen oder mit Freunden?

30 min

TN reflektieren ihre Erkenntnisse zu Menschlichkeit

Erstellt einen Forschungsbericht zu eurer gemeinsamen Reise zum Thema „Menschlichkeit“. Ihr entscheidet, ob ihr eine Geschichte schreibt, ein Quiz macht (zum Beispiel mit Kahoot) oder eine Landkarte mit Stationen wie ein Tagebuch. Veröffentlicht euer Ergebnis in den Sozialen Medien, auf eurer Homepage – oder in der Zeitung: Verschickt einen Pressetext und einige spannende (!) Fotos oder ruft bei der Zeitung an – Denn jede Stimme zählt.

Zitate aus der ersten Stunde

10 min

TN beschreiben, was sie für sich mitnehmen

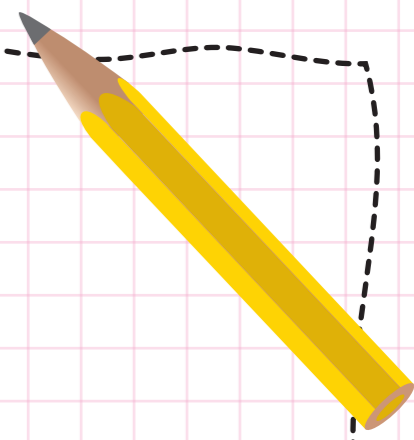
Erinnert euch mal an die Zitate der ersten Stunde. Welches Zitat spricht dich jetzt ganz besonders an? Ist es dasselbe wie damals oder ein anderes? Oder hast du selbst ein Zitat für dich gefunden?

10 min

TN beschreiben, was sie für sich mitnehmen

Nutzt die Feedback-Methode **Schatzkiste der Menschlichkeit**
 Reflexionsfragen: Was nehme ich aus den vergangenen Monaten mit? Wie hat sich meine Einstellung/Haltung geändert?
 Malt eine Schatzkiste auf ein Stück Papier. Nun können die Teilnehmenden auf Karten schreiben, was sie mitnehmen aus den vergangenen Monaten. Sie lesen es vor und legen es auf die gemalte Kiste.

DEINE NOTIZEN:



WAS GEHT MIT ZITATEN? ?

Spieltyp: Einzelarbeit, Kennenlernen

Material: ausgedruckte Zitate

Setting/Orte: drinnen oder draußen

Zeit: ca. 20 Minuten

TeilnehmerInnen: ab 2 Personen, ab 10 Jahre

ZIELE

Einstieg in das Thema „Menschlichkeit“

BESCHREIBUNG

Ihr als Gruppenleitung hängt die Zitate (s.u.) im Raum oder draußen aus.

Ladet die Gruppenmitglieder ein, sich jedes Zitat anzusehen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Nach einer vereinbarten Zeit kommt ihr zusammen und tauscht euch zu folgenden Fragen aus:

- Welches Zitat hat euch besonders angesprochen?
- Gibt es eine persönliche Geschichte, die ihr mit einem Zitat verbindet?

„Ich mache von meinem Grundrecht Gebrauch, menschlich behandelt zu werden!“

aus dem Film „Batmans Rückkehr“

„WIR NEIGEN DAZU, ERFOLG EHER NACH DER HÖHE UNSERER GEHÄLTER ODER NACH DER GRÖÖE UNSERER AUTOS ZU BESTIMMEN ALS NACH DEM GRAD UNSERER HILFSBEREITSCHAFT UND DEM MAÖ UNSERER MENSCHLICHKEIT.“

Martin Luther King, Bürgerrechtler

„JEDER MENSCH IST VERDAMMT, BIS IN IHM DIE MENSCHLICHKEIT ERWACHT.“

Mark Twain, Schriftsteller

„Es fällt viel schwerer, eine Woche lang ein guter Mensch zu sein als eine Viertelstunde lang ein Held.“

Jules Renard, französischer Dichter

„DEINE MENSCHLICHE UMGEBUNG IST ES, DIE DAS KLIMA BESTIMMT.“

William Blake, Dichter

„Ich weiß ja nicht, wie es euch geht, aber ich komm‘ doch nicht extra von den scheiß Smoky Mountains runter, überquer‘ 5000 Meilen Wasser, kämpf‘ mich durch halb Sizilien und spring aus so ‚nem scheiß Flugzeug, um den Nazis einzutrichern, was Menschlichkeit ist.“

aus dem Film „Inglourious Bastards“

„ÜBER EINE ENTFERNUNG VON TAUSEND MEILEN WIRKT NUR NOCH MENSCHLICHKEIT, NICHT ABER MACHT.“

unbekannt, aus China

„Mehr als alle Maschinen brauchen wir Menschlichkeit. Mehr als Klugheit brauchen wir Freundlichkeit und Güte. Ohne diese Fähigkeiten wird das Leben grausam und alles verloren sein.“

Charlie Chaplin im Film „Der große Diktator“

MEINE STARKE SCHULTER

Spieltyp: Bewegungsspiel

Material: viel Platz

Setting/Ort: Drinnen oder draußen

Zeit: 15 Minuten

TeilnehmerInnen: Anzahl beliebig, ab 7 Jahren

ZIELE

- Einstieg und Kennenlernen
- Gruppengefühl
- Bewusstwerden, dass in einer Gruppe Unterschiede und Gemeinsamkeiten existieren

BESCHREIBUNG

Ein Gruppenmitglied gibt der Gruppe persönliche Eigenschaften wie Aussehen (Augenfarbe, Haarfarbe, Größe...), Hobbies, Geschwisteranzahl, Lieblingsessen oder themenbezogene („Ich mag...“, „Ich fühle mich...“, „Ich bin der Meinung, dass ...“) wie folgt der Gruppe bekannt:

„AUF MEINER LINKEN SCHULTER HABE ICH BLAUE AUGEN UND AUF MEINER RECHTEN SCHULTER MAG ICH ES, FREUNDE ZU TREFFEN.“

Wenn jemand aus der Gruppe eine der Eigenschaften teilt, legt er oder sie die Hand auf die betreffende Schulter (oder den Kopf auf die Schulter oder den Fuß an den betreffenden Fuß...) der Person und macht entsprechend weiter:

„AUF MEINER RECHTEN SCHULTER HABE ICH BLAUE AUGEN UND AUF MEINER LINKEN SCHULTER ...“

Am Ende soll ein Kreis entstehen. Es ist aber auch möglich, die Spielregeln zu erweitern und sich überall „Anschlussstellen“ zu suchen.

Ihr könnt die Spielregeln erweitern: Statt der Schulter können es auch andere Körperteile sein, zum Beispiel der Fuß.

VARIANTEN

VOLLE PERSÖNLICHKEITEN

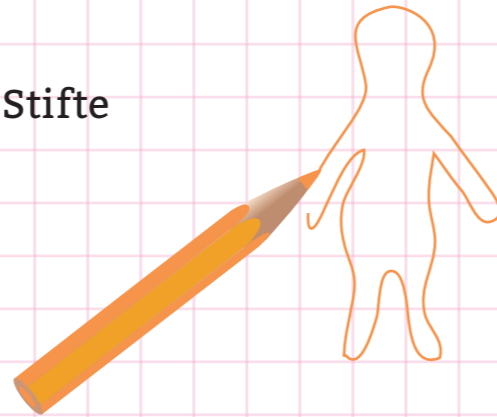
Spieltyp: Zeichenspiel

Material: Papier- oder Tapetenrollen, Stifte

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: ca. 30 Minuten

TeilnehmerInnen: 2 bis 15



ZIELE

Spiel zum Einfühlungsvermögen

BESCHREIBUNG

Jedes Gruppenmitglied zeichnet seinen Körperumriss auf das Papier. Diese Umrisse werden nun mit Leben gefüllt. Für jedes Gruppenmitglied werden besondere positive Verhaltensweisen, Fähigkeiten, Lieblingsbeschäftigungen o. ä. eingetragen. Jedes Gruppenmitglied darf bei jedem anderen etwas eintragen, Beleidigungen sind allerdings nicht erlaubt.

POSITIVE, NEGATIVE ERFahrungen

Bespricht anschließend die Persönlichkeitsbilder gemeinsam. Erkennen die Gruppenmitglieder sich wieder? Sehen sie sich genauso oder ganz anders? Haben sie etwas Neues über sich erfahren?

Quelle: „Die 50 besten Spiele fürs Selbstbewusstsein“ von Rosemarie Portmann
Don Bosco MiniSpielothek

OBSTSALAT

Spieltyp: Kennenlernen, Spaß, Aktivierung

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 15 Minuten

TeilnehmerInnen: Kinder und Jugendliche

Kennenlernen

ZIELE

Alle Teilnehmer/innen stehen im Kreis und einer sagt etwas was er mag oder nicht mag „Ich liebe Spaghetti“ und alle denen es auch so geht, laufen los und suchen sich einen neuen Platz im Kreis. Der/die Nächste dem etwas einfällt sagt etwas, bspw. „Ich bin beknennender Warmduscher“ usw.

Hinweis: Der Erste sollte mit etwas witzigem Anfangen, umso lustiger wird das Spiel.

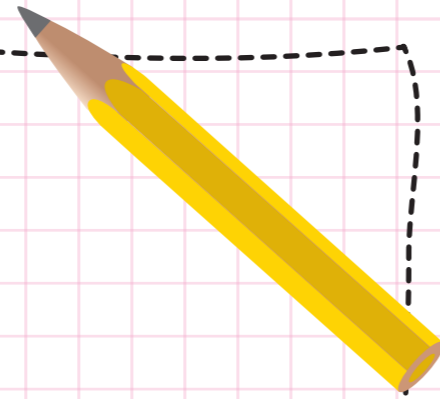
BESCHREIBUNG

Obstsalat kann im Stehen oder im sitzen (jeweils Kreis) gespielt werden. Wahlweise kann auch eine Person in der Mitte stehen und ein Platz zu wenig sein, so dass immer derjenige, der in der Mitte steht, übrigbleibt.

VARIANTEN

Quelle: AKTION ZIVILCOURAGE e. V. <https://www.aktion-zivilcourage.de/>

DEINE NOTIZEN:



ICH BIN EINMALIG

Spieltyp: Bewegungsspiel

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: ca. 30 Minuten

TeilnehmerInnen: 2 bis 15

Spiel, um sich selbst kennen zu lernen

ZIELE

Alle Gruppenmitglieder sitzen in einem Kreis. Ihr als Spiel-
leitung nennt verschiedene Merkmale. Das können sichtbare
sein wie Zöpfe, rote Haare, Brille oder unsichtbare wie mag
Bücher, kann gut stricken ... Auf wen das zutrifft, steht auf,
geht in die Kreismitte, dreht sich einmal um sich selbst und
setzt sich wieder an seinen/ihren Platz.

BESCHREIBUNG

Die Merkmale müssen immer positiv sein. Ihr solltet die Kinder gut kennen, even-
tuell kombiniert ihr zwei Merkmale wie „hat eine Brille und mag Bücher“, damit
sie wirklich nur auf ein Gruppenmitglied zutreffen.

Jedes Gruppenmitglied muss einmal gemeint sein, damit es erfährt: „Ich bin einmalig“.

Wenn die Person als einzige im Kreis steht,
gibt es einen extra Applaus von allen.

VARIANTEN

Quelle: „Die 50 besten Spiele fürs Selbstbewusstsein“ von Rosemarie Portmann
Don Bosco MiniSpielothek

ICH-TÜTE ODER ICH-BILD

Spieltyp: Einzelarbeit, Präsentation, Austausch, Basteln

Material: Papiertüten (Flipchartpapier nur für Variation), Dekorationsmaterial (Garn, Knöpfe, Seidenpapier, Naturmaterialien, etc.) Stifte, Klebstoff, Schere

Setting/Ort: egal

Zeit: 30 Minuten bis mehrere Tage

TeilnehmerInnen: Alter 7 bis 13 Jahre

ZIELE

Mit Hilfe von Kunst und Symbolen drücken die Kinder und Jugendlichen ihre Selbstachtung aus, mit Hilfe von Gegenständen, was sie einzigartig macht

BESCHREIBUNG

Besprecht zunächst, dass jedes Kind und jeder Mensch verschiedene Eigenschaften hat, die jede/n von uns einzigartig machen. Ermutigt die Gruppe sich zu folgenden Fragen auszutauschen:

Was ist deine Lieblingsfarbe?

Was ist deine Lieblingsspeise?

Was ist deine schönste Erinnerung?

Was ist das schönste Geschenk, dass du je bekommen hast?

Lenkt dabei das Gespräch auf Ähnlichkeiten und Unterschiede. Nun verteilt die Papiertüten, die die Kinder ganz nach Belieben außen dekorieren können. Bereitet auch selbst als Gruppenleitung eine Tüte vor.

Entscheidet nun gemeinsam in der Gruppe einen Zeitraum, in dem alle ihre Tüten zu Hause füllen können – z. B. mit Familienfotos, Bildern von Spielzeugen, Lieblingsbuch, Krimskrams, Selbstgemaltem, etc.). Gebt eine Anzahl von Gegenständen vor, damit hinterher nicht eine/r viel mehr oder weniger hat als andere.



In der nächsten Stunde stellen alle ihre Tüten nacheinander vor. Schaut hier besonders darauf, was jedes Gruppenmitglied einzigartig macht. Sprecht in der Gruppe über Ähnlichkeiten und Unterschiede – wir sind alle ähnlich und doch nicht gleich. Beendet die Methode mit der Frage, ob jemand etwas über den Inhalt der Tüte sagen kann ohne hineinzuschauen? (Auch über Personen können wir nichts erzählen, es sei denn, wir lernen sie kennen.)

Anstelle der Tüte können die Kinder auch ihren Umriss auf ein Bogen Papier zeichnen und reinschreiben, was sie ausmacht.

VARIANTEN

MENSCHLICHKEITSBINGO

Material: Selbst erstellte Bingo-Vorlagen, Stifte

Setting/Ort: Indoor

Zeit: ca. 20 Minuten

TeilnehmerInnen: bis 15 Personen, ab 8 Jahren

ZIELE

Die Methode kann sowohl zum Einstieg als auch zum Abschluss der Lernsequenz verwendet werden

BESCHREIBUNG

Alle Teilnehmenden erhalten die Vorlage Menschlichkeits-Bingo. Auf ein Zeichen hin begeben sich die Teilnehmenden auf die Suche nach anderen Gruppenmitgliedern, die die Fragen auf der Bingo-Vorlage beantworten können.

Ziel ist es, dass am Ende zwei Reihen (horizontal/vertikal/diagonal) auf der Vorlage ausgefüllt sind. Die Antworten sollen von unterschiedlichen Teilnehmenden kommen. In die jeweiligen Felder tragen sie die Antwort und den Namen des/der Teilnehmenden ein, der/die die Antwort gegeben hat. Wer die Aufgabe erfüllt hat, ruft laut Bingo. Anschließend begeben sich alle Teilnehmenden wieder in den Stuhlkreis zur Auswertung.

Wer hat heute einem Fremden eine Freude gemacht?	Wer hat es schon einmal geschafft, einen Konflikt in seiner JRK-Gruppe erfolgreich zu beenden?	Wer war schon einmal außerhalb Europas?
Wer weiß, wen die vier Genfer Abkommen schützen?	Wer ist schon seit mehr als zehn Jahren beim JRK?	Wer kennt fünf Menschenrechte?
Wer hat sich schon einmal entschuldigt, weil er jemanden mit Worten verletzt hat?	Wer kennt mindestens drei Kinderrechte?	Wer kann in fünf Sprachen fragen, wie es dir geht?



STARKER RÜCKEN

Spieltyp: Bewegungs- bzw. Schreibspiel

Material: Klebestreifen, Karteikarten (DIN A5), Stifte

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: ca. 20 Minuten

TeilnehmerInnen: 2 bis 15

ZIELE

Spiel zur Selbsterkenntnis

BESCHREIBUNG

Den Gruppenmitgliedern werden mit Klebestreifen Karteikarten auf den Rücken geheftet, auf denen untereinander die drei Satzanfänge stehen:

ICH BIN ...
ICH KANN ...
ICH HABE ...

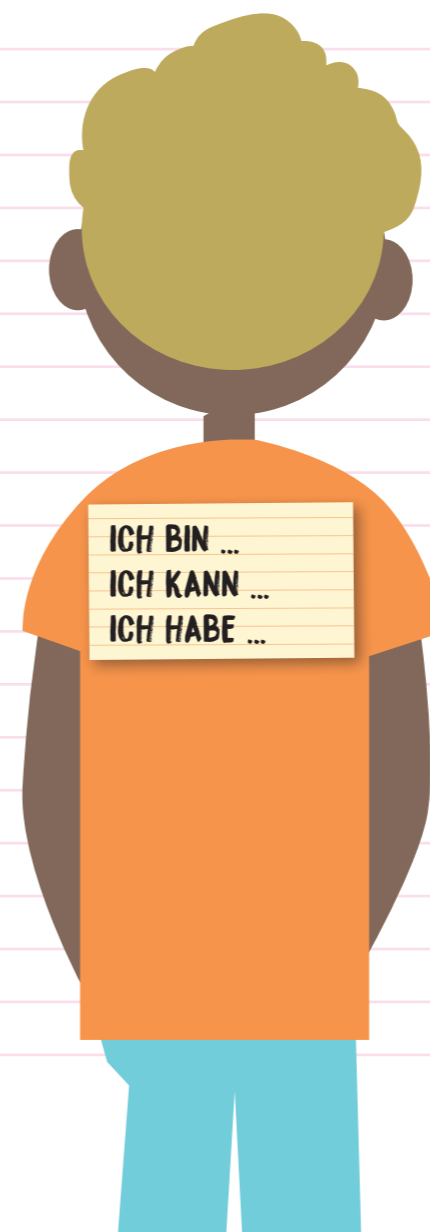
ICH BIN ...
ICH KANN ...
ICH HABE ...

Nun nehmen alle einen Stift und gehen im Raum umher. Dabei ergänzen sie gegenseitig die Satzanfänge mit „starken“ Bemerkungen, die auch tatsächlich zu dem jeweiligen Kind/Jugendlichen passen. Sind alle Satzanfänge ergänzt, ist das Spiel vorbei. Alle nehmen nun ihr Rückenschild ab und lesen, welche Stärken die anderen ihnen zuschreiben.

Die SchreiberInnen bleiben dabei anonym. So fällt es einigen sicherlich leichter, anderen etwas Positives mitzuteilen, was sie nicht auszusprechen wagen.

Wie haben die Gruppenmitglieder sich während des Spiels gefühlt? Wie fühlen sie sich nun, nachdem sie ihre Karte gelesen haben? Sind sie von den Beschreibungen überrascht oder schätzen sie sich auch selbst so ein?

POSITIVE, NEGATIVE ERFAHRUNGEN



SCHREIÜBUNG

Spieltyp: Warming Up

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 5 bis 10 Minuten

TeilnehmerInnen: ab 10 Personen

ZIELE

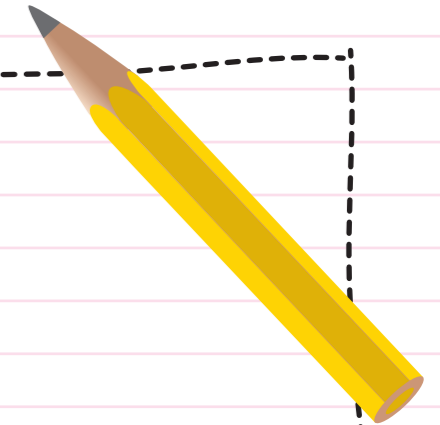
Auflockerung

BESCHREIBUNG

Bildet zwei Gruppen, die sich in mindestens 5 Meter Abstand gegenüberstehen. Jede Gruppe wählt eine Person mit einer lauten Stimme aus. Diese Person, die/der „RuferIn“, muss sich hinter die gegnerische Gruppe stellen. Du als SpielleiterIn flüsterst beiden „RuferInnen“ ein dasselbe Wort ins Ohr, das diese dann ihrer Gruppe zurufen müssen.

Auf ein Zeichen beginnen alle SpielerInnen zu schreien und Krach zu machen. Jede Gruppe versucht durch lautes Geschrei zu verhindern, dass die rufende Person hinter ihnen ihr Wort der anderen Gruppe zubrüllen kann. Gleichzeitig versucht jede Gruppe, ihr eigenes Wort zu hören. Gewonnen hat die Gruppe, die ihr Wort zuerst erkennt.

DEINE NOTIZEN:



LET THE SHIT OUT

Spieltyp: Gruppendiskussion

Material: Pinnwand, Moderationskarten und Permanentmarker

Ort: Indoor

TeilnehmerInnen: ab 5 Personen

ZIELE

Stärkung des positiven Denkens

BESCHREIBUNG

Die Gruppenmitglieder schreiben Sätze auf, die sie im Alltag untereinander verwenden oder sich an den Kopf werfen: **They let the shit out.**

Nun sortieren sie die Sätze in 2 Gruppen: „Positives“ und „Negatives“.

Danach sollen sie sich folgende Fragen stellen:

- Wie seht ihr das Verhältnis „Positives“/„Negatives“? (D.h.: wie viele Einträge gibt es bei „Positives“, wie viele bei „Negatives“?)
- Wie oft verwendet ihr solche Sätze?
- Wie fühlt ihr euch, wenn zu euch jemand was Positives sagt?
- Wie fühlt ihr euch, wenn zu euch jemand was Negatives sagt?
- Wie könnt ihr das Negative vermeiden?
- Wie wichtig ist es für euch, dass euch jemand was Positives sagt?
- Wie könnt ihr positiver zu anderen sein?

Danach sollen die Gruppenmitglieder folgende oder ähnliche Sätze sichtbar auf den Boden legen:

„DU GEHST MIR AUF DIE NERVEN.“

„**ENTSCHULDIGE BITTE!**“

„GIB MIR SOFORT MEIN BUCH ZURÜCK!“

„ES TUT MIR LEID.“

„**REDEN WIR DARÜBER.**“

„DU BIST EINE GEMEINE ZIEGE.“

„LASS MICH DAS ERKLÄREN.“

„DU BIST SOOOO DOOF.“

Jetzt sollen die Gruppenmitglieder auch diese Sätze in „Positives“ und „Negatives“ aufteilen. Dann sollen sie die eigenen, negativen Sätze in positive umformulieren. Wenn das nicht geht, sollen sie sich die Frage stellen, was sie anstelle des negativen Satzes sagen können. Etwas, das zwar ihre Gefühle ausdrückt, aber nicht beleidigend ist für ihr Gegenüber.

Bezieht euch bei der Einleitung zunächst auf die Übung in der vergangenen Stunde („Starker Rücken“), in der sich die Gruppenmitglieder wertschätzende Rückmeldungen gegeben haben. „Wie oft passiert euch das im Alltag? Wie sieht eure Sprache im Alltag aus?“

MODERATION

ZAHLENSTRAHL

Spieltyp: Reflexionsmethode

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 5 bis 10 Minuten

TeilnehmerInnen: unbegrenzt, ab 8 Jahre

ZIELE

Teilnehmende geben eine Rückmeldung zur Gruppenstunde

BESCHREIBUNG

Bereitet einen Zahlenstrahl auf der Erde vor: Malt ihn in den Sand, mit Kreide auf den Fußboden, mit Klebeband auf den Teppich usw. Der Zahlenstrahl reicht von eins bis zehn und ist so lang wie möglich, wenn ´s geht durch den ganzen Raum.

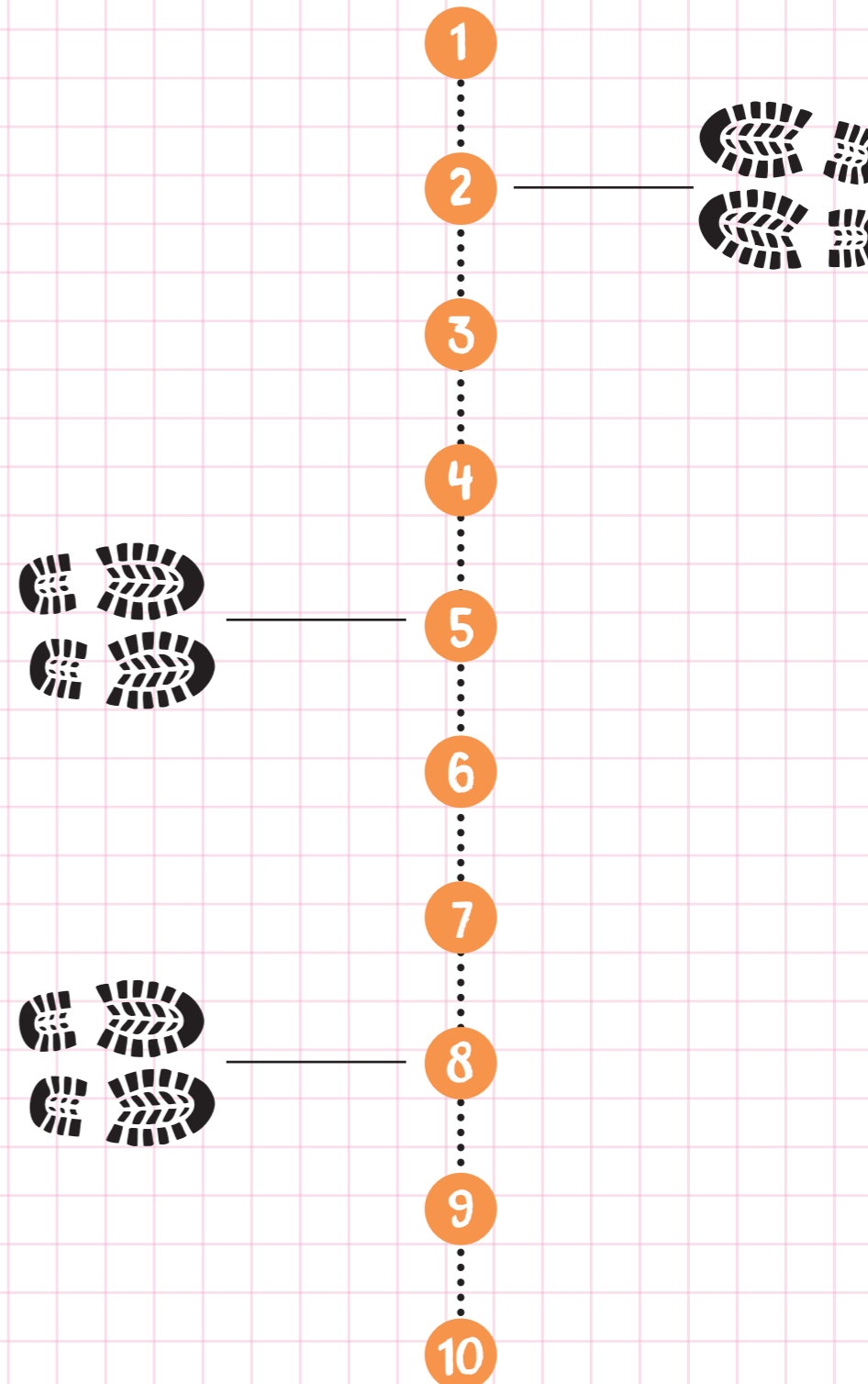
Gebt euren Gruppenmitgliedern Stichworte zur Reflexion. Das können Fragen sein wie:

- Wie hat dir die Gruppe gefallen?**
- Wie hat dir die Leitung gefallen?**
- Wie hat dir der Aufbau des Seminars gefallen?**
- Wie haben dir die Methoden gefallen?**

Alle überlegen, wie sie dieses Stichwort bewerten. Eins bedeutet „nicht gut“ und zehn bedeutet „super“ Alle stellen sich auf die entsprechende Stelle des Zahlenstrahls.

Statt Fragen gehen auch Aussagen, also statt „Wie haben dir die Methoden gefallen?“ „Die Methoden fand ich klasse.“ Eine 1 auf dem Zahlenstrahl bedeutet dann „trifft gar nicht zu“, eine 10 „Stimme voll zu“.

VARIANTEN



Quelle: Methodensammlung Badisches Jugendrotkreuz

GANZKÖRPERKNOBELN

Spieltyp: Warming Up

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 5-10 Minuten

TeilnehmerInnen: mind. 6 in zwei Gruppen

ZIELE

Auflockerung

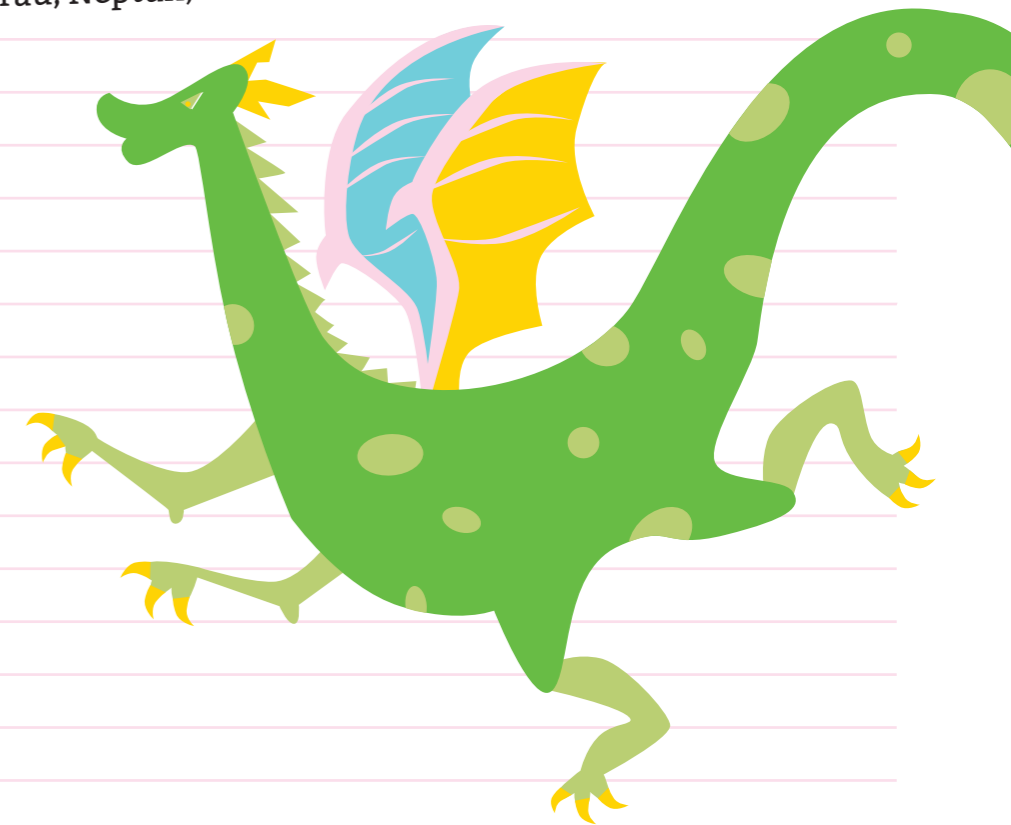
BESCHREIBUNG

Nach der Einführung erklärt ihr die drei Rollen und auch, wie die TeilnehmerInnen sie gleich darstellen. Dann teilt ihr als Leitung die TeilnehmerInnen in zwei Gruppen auf. Beide Gruppen beraten sich geheim, welche Rolle sie als nächstes darstellen. Dann stehen sich beide Gruppen gegenüber und stellen auf euer Kommando ihre Rolle dar. Sieger ist, wer zuerst zum Beispiel dreimal gewonnen hat.

Erläutert das Spielprinzip: „Wir spielen Stein-Schere-Papier (auch bekannt als Schnick Schnack Schnuck), aber mit dem ganzen Körper. Das heißt, ihr stellt gleich etwas mit Bewegungen und Geräuschen dar. Es gibt 3 verschiedene Rollen, wobei jede Rolle gegen eine andere gewinnt und gegen eine andere verliert.“

Ihr als GruppenleiterIn entscheidet vorher über das „Personal“, zum Beispiel Drache, Prinz, Prinzessin: Der Drache frisst die Prinzessin, der Prinz tötet den Drachen, die Prinzessin verführt den Prinzen
Seeungeheuer, Meerjungfrau, Neptun, Wolf, Jäger, Oma

MODERATION



Die Gruppe, die die Schnick-Schnack-Schnuck-Runde gewinnt, versucht die Mitglieder aus der anderen Gruppe zu fangen und in ihre Mannschaft zu holen. Dazu solltet ihr als Leitung einen Bereich festlegen, in dem die TeilnehmerInnen „sicher“ sind.

VARIANTEN

WHATSAPP CHALLENGE

Spieltyp: Aktionsspiel

Material: Zur Gruppenstunde: Pinnwand, Moderationskarten und Permanentmarker. Für die Challenge: ein soziales Netzwerk oder Messenger, den alle verwenden, alternativ SMS. Neue Gruppe „Challenge“ anlegen

Setting/Ort: Gruppenraum; bei der Challenge jede/r wo er/sie gerade ist

Zeit: Vorbereitungszeit als Gruppe in der Gruppenstunde ca. 45 Minuten

TeilnehmerInnen: beliebig

ZIELE

Zusammen Menschlichkeit finden und erleben

BESCHREIBUNG

Die Gruppenmitglieder schicken sich über WhatsApp oder einen anderen Social-Media-Dienst jeden Tag eine Aufgabe, die sie erfüllen sollen. Die Aufgaben entwickeln die Gruppenmitglieder in der Gruppe selbst oder der/die Gruppenleiter/in macht Vorschläge aus unterschiedlichen Quellen der Kampagne „Was geht mit Menschlichkeit?“.

Zunächst macht die Gruppe ein Brainstorming zur Frage: Was kann ich tun, um Menschlichkeit zu leben. Dazu könnt ihr die Fragen stellen: Was bedeutet Menschlichkeit für mich? Für dich? Für uns alle?

Ergebnisse könnten zum Beispiel sein:

1. „Meine Eltern sagen, dass ich viel zu häufig mit dem Handy herumspiele.“
2. „Ich soll mitgehen zum Schwimmen.“
3. „Meine Mama will mich drücken, aber das will ich eigentlich gar nicht.“

Jetzt sammelt eure Antworten und besprecht sie. Wenn Antworten mehrfach auftauchen oder ähnlich sind, bündelt sie.

Jetzt baut ihr aus diesen Antworten Aufgaben, die jede/r im Laufe eines Tages erledigen kann. Aus den Antworten oben könnten dann die Aufgaben werden

1. „Schalte dein Handy für drei Stunden aus.“
2. „Mache etwas, das du dich bis jetzt noch nie getraut hast.“
3. „Umarme einen Menschen, der nicht damit rechnet.“

Wenn die letzte Aufgabe erledigt ist, sprecht in der nächsten Gruppenstunde darüber: Welche Aufgabe ist euch besonders schwer gefallen? Was war einfach? Habt ihr euch selbst überrascht? Warum?

Ihr benötigt mindestens so viele Aufgaben wie ihr Gruppenmitglieder seid. (Gruppenleiter/in nicht vergessen!)

IHR BRAUCHT NOCH IDEEN FÜR MEHR AUFGABEN?

Dann schaut auf die Kampagnen-Homepage WWW.WASGEHTMITMENSCHLICHKEIT.DE und findet im Methodenkoffer

- die Gute-Tat-Kärtchen
- „#humanity100 – ein Sommer, 100 Aufgaben“
- den umgekehrten Adventskalender



LEGT EIN STARTDATUM FÜR DIE CHALLENGE FEST.

Jetzt schreibt ihr jede Aufgabe auf einen Zettel in einer Farbe und jedes Datum auf einen Zettel in einer anderen Farbe. Faltet alle Zettel. Packt alle Zettel auf einen Haufen oder in einen Hut. Dann zieht jede/r einen Aufgaben- und einen Datumzettel. Niemand verrät, welche Aufgabe und welches Datum er/sie bekommen hat.

FÜNF FINGER FEEDBACK

Spieltyp: Reflexionsmethode

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 5 bis 10 Minuten

TeilnehmerInnen: egal

DIE CHALLENGE BEGINNT!

Am Tag, den jede/r gezogen hat, postet er/sie die Aufgabe, die er/sie gezogen hat, in die Gruppe „Challenge“. Posten bis 12 Uhr mittags, aber besser morgens nach dem Aufstehen. Wenn kein Post kommt bis zum Mittag, solltet ihr als Gruppenleiter/in dran erinnern.

Wer die Tagesaufgabe erfüllt hat, postet das in die Gruppe. Lasst euch überraschen wie schnell und wie oft eure Gruppenmitglieder diese Aufgaben erledigen.

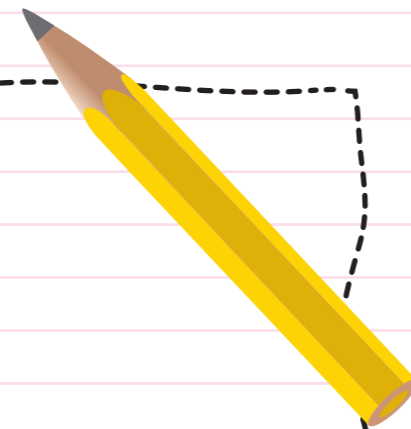
MODERATION

Gruppenleiter/in

VARIANTEN

Diese Challenge funktioniert auch bei Zeltlagern oder Ferienfreizeiten als Tagesaufgabe an einer Pinnwand.

DEINE NOTIZEN:



Teilnehmende geben eine Rückmeldung zur Gruppenstunde

ZIELE

Die Gruppenmitglieder sollen eine Rückmeldung zum Seminar geben. Dabei nehmen sie die 5 Finger ihrer Hand zur Hilfe:

BESCHREIBUNG



REGEN



Spieltyp: Warming Up

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 5 bis 10 Minuten

TeilnehmerInnen: unbegrenzt

ZIELE

Auflockerung

BESCHREIBUNG

Teilt eure Gruppenmitglieder in Paare auf. Ein/e Partner/in beugt sich stehend vornüber und lässt die Arme baumeln. Der/Die andere stellt sich an seine/ihre Seite und massiert mit seinen Händen den Rücken des Partners/der Partnerin.

Dann gibst du als GruppenleiterIn folgende Kommandos:

„REGEN“, das heißt:

Leicht mit den Fingerspitzen auf den Rücken klopfen.

„WOLKENBRUCH“, das heißt:

Mit den Fingern der flachen Hand auf den Rücken klopfen.

„HAGEL“, das heißt:

Mit der Handkante leicht auf den Rücken klopfen.

„SCHNEE“, das heißt:

Mit der flachen Hand über den Rücken streicheln.

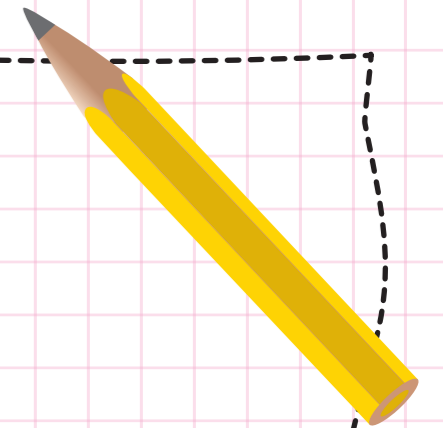
Nach ca. 5 Minuten wechseln die Partner/innen. Du als GruppenleiterIn kannst die Reihenfolge der Kommandos entweder einmal durchgehen oder beliebig „das Wetter wechseln“.

Wer massiert, darf nicht auf die Wirbelsäule klopfen, sondern nur rechts und links davon auf den Rücken.

Nicht geeignet, wenn die Teilnehmenden Berührungssängste untereinander haben bzw. sie sich unwohl mit den Berührungen fühlen.

MODERATION

DEINE NOTIZEN:



STÖRRISCHER ESEL

Spieltyp: Kommunikationsspiel/gruppendynamisches Spiel

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: ca. 10 bis 20 Minuten, je nach Menge der TN und Kreativität der Eselhirten

TeilnehmerInnen: ab 10 Personen

ZIELE

Wie kann ich welchen Esel motivieren?

BESCHREIBUNG

- 8+ Gruppenmitglieder werden zu störrischen Eseln und 2+ Gruppenmitglieder schlüpfen in die Rolle der Eselhirten.

Die Eselhirten verlassen den Raum. Jeder Esel denkt sich aus, mit welcher Methode man ihn dazu bringen kann, doch zu gehorchen.

Ideen:

- höflich bitten
- strenge Ansage
- am Arm streicheln

Die Eselhirten haben nun den Auftrag ihre störrischen Esel von einer Seite des Raumes zur anderen Seite zu bringen. Sie müssen nun bei jedem Esel ausprobieren, mit welcher Motivation jeder einzelne sich bewegen lässt. Die störrischen Esel weigern sich natürlich – es sei denn, ein Hirte findet die passende Ansprache oder Berührung.

Ihr könnt verschiedene Ideen zur Motivation auch auf Karten schreiben und diese an die Esel austeilen.

VARIANTEN

Die Eselhirten können die Motivation verlieren, da sie keinen Esel zum Gehen bewegen können.

POSITIVE, NEGATIVE ERFAHRUNGEN

- Womit kann mich jemand gut motivieren?
- Lasse ich mich leicht motivieren?
- Wie viel Feingefühl/Geschick besitze ich selbst, um andere zu motivieren?
- Fällt es mir leicht andere zu motivieren?

REFLEXION

IMPROVISATION

Spieltyp: Warming Up

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 5 bis 10 Minuten

TeilnehmerInnen: egal

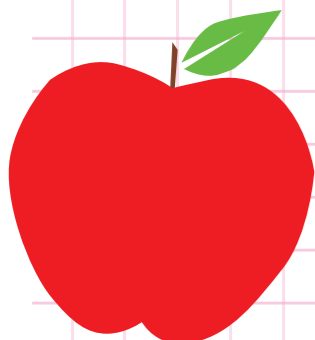
ZIELE

Auflockerung, Spaß, Übung in Spontaneität und Kreativität, gewohnte Denkmuster verlassen

BESCHREIBUNG

Gruppenmitglieder bilden einen Kreis. Ein Gruppenmitglied geht als erstes in die Mitte und beginnt z.B.: „Ich bin ein Baum“ und stellt einen Baum dar. Der/Die nächste tritt in den Kreis und sagt: „Ich bin ein Apfel“ und stellt einen Apfel dar. Der/Die dritte: „Ich bin eine Made.“ Mit drei Personen ist das Bild fertig. Die erste sagt zum Beispiel: „Ich nehme den Apfel mit“, so dass die dritte Person (= die Made) bleibt und wieder beginnt: „Ich bin die Made.“ und ein neues Bild entsteht.

Macht sehr viel Spaß. Man kann sich auf den Boden werfen, um die Pfütze oder die Blutlache zu sein. Man kann der Ring am Finger oder der angeknabberte Pfefferkuchen sein oder die Hexe oder der Mörder, der Liebende oder das Messer, einfach alles! Es kommt auf schnelle Ideen und das Denken in verschiedene Richtungen an.



ÜBERLEBENSPIEL

Spieltyp: Warming Up

Material: keins

Setting/Ort: drinnen oder draußen

Zeit: 15 Minuten

TeilnehmerInnen: 3-30 Personen, ab 12 Jahre

ZIELE

Gruppenzusammenarbeit, zuhören, Entscheidungen treffen, Konsequenzen der eigenen Entscheidungen erfahren

BESCHREIBUNG

Bei diesem Spiel geht es darum, dass die Teilnehmenden während des Spiels darüber nachdenken, was sie hier eigentlich tun. Denn sie können das Spiel auch gewinnen, ohne dass auch nur eine Person zu Schaden kommt. Das dürft ihr als Gruppenleitung ihnen aber vorher auf keinen Fall verraten, sonst ist der Effekt des Spiels dahin.

1. ModeratorIn bittet alle Teilnehmenden in einen vorher festgelegten Raum (z.B. abgeklebtes Gebiet auf dem Boden in einem Raum)
2. ModeratorIn bittet alle Teilnehmenden ihre rechte Hand nach oben zu strecken und ihren Zeigefinger auszustrecken: „Das ist jetzt euer Schwert.“
3. Jetzt sollen die Teilnehmenden ihre linke Hand hinter ihren Rücken legen, mit der Handfläche nach außen. „Das ist nun euer Herz.“
4. Aufgabe in Runde 1: „Das Ziel des Spiels ist es für euch, im Spiel des Lebens zu bleiben.“ (Für euren Hinterkopf: Verwendet genau diese Formulierung. Was jetzt wahrscheinlich passiert ist folgendes: Die TeilnehmerInnen werden

versuchen, sich gegenseitig zu töten. Sie werden nur an sich selbst denken. Das behaltet ihr aber bis zum Ende des Spiels noch für euch.)

5. Wenn nur noch eine Person übrig ist, startet Runde 2: „Das Ziel des Spiels ist es für euch, im Spiel des Lebens zu bleiben.“

(Für euren Hinterkopf: Verwendet auch jetzt wieder genau diese Formulierung. Auch hier kann es noch passieren, dass die Teilnehmenden wieder einfach aufeinander losgehen. Häufig passiert aber schon hier etwas bei einigen Teilnehmenden.)

6. Wenn nur noch eine Person übrig ist, startet Runde 3: „Das Ziel des Spiels ist es, dass jeder und jede im Spiel des Lebens bleibt.“

(Für euren Hinterkopf: Wenn auch diese neue Formulierung nicht hilft, lass die Teilnehmenden diese Runde zu Ende spielen.)

7. Wenn nur noch eine Person übrig ist, die Teilnehmenden also noch nicht die Lösung oder Handlungsmöglichkeit herausgefunden haben, wie alle am Leben bleiben können, startet die letzte Runde. Sagt den Teilnehmenden: „Das Ziel ist für jeden und jede im Spiel zu bleiben und zu überleben.“

MODERATION

Bei diesem Spiel gibt es diese Regeln: Wer das Spielfeld verlässt und sich außerhalb des gekennzeichneten Spielfeldes begibt, ist raus aus dem Spiel. Wenn das „Herz“ von einem „Schwert“ erstochen wurde, ist man raus.

Für die Reflexion könnt ihr folgende Fragen stellen:

- Was ist passiert?
- Wie habt ihr überlebt?
- An diejenigen, die es geschafft haben zu überleben, was war eure Strategie? Warum hattest du das Gefühl, du müsstest andere „umbringen“?
- Wie unterstützen dich andere in deinem Leben?
- Wie kannst du andere unterstützen? (Freunde, KlassenkameradInnen, etc.)

Quelle: Jump Foundation; <http://experience.jumpfoundation.org/game-of-life/>

IMPRESSUM

Herausgeber:

Deutsches Rotes Kreuz Generalsekretariat
Bundesgeschäftsstelle Jugendrotkreuz
Carstennstraße 58
12205 Berlin

Telefon: 030 85404-390

Telefax: 030 85404-484

E-Mail: jrk@drk.de

Internet: www.jugendrotkreuz.de

Verantwortlich (V.i.S.d.P.):

Daniela Nagelschmidt

Redaktion:

Mandy Merker, Sebastian Driemer,
Sandra Döring

Redaktionelle Mitarbeit:

Christian Freihart

Layout und Illustration:

Rebecca Hildenhagen,
www.rifkah.com

NIMM KONTAKT AUF!


YOUTUBE.COM/USER/
JUGENDROTKREUZONLINE

FACEBOOK.COM/
JUGENDROTKREUZ




@DEUTSCHES_
JUGENDROTKREUZ

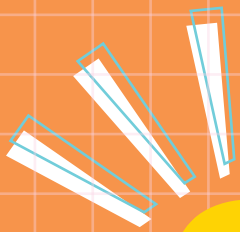
@DEUTSCHES_
JRK



Gefördert durch die

GlücksSpirale

© Deutsches Rotes Kreuz e. V., Berlin 2019



www.wasgehtmitmenschlichkeit.de

Deutsches Rotes Kreuz +



Jugendrotkreuz