

DER HASE AM FUNKGERÄT

Stefan Fuchs

Die Kunst,
außergewöhnlich zu
unterrichten –
ein Praxisbuch

HELBLING

Innsbruck • Esslingen • Bern-Belp

Redaktion Sarah-Lisa Winter

Satz marinas Medien- und Werbeagentur GmbH

Illustration Ann-Kathrin Hochmuth | @annkathrinhochmuth

Layout marinas Medien- und Werbeagentur GmbH

Umschlag marinas Medien- und Werbeagentur GmbH

Druck Athesia Druck, Innsbruck

ISBN 978-3-7113-0448-3

1. Aufl. A1¹ 2024

© 2024 HELBLING, Rum/Innsbruck

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk einschließlich aller Inhalte ist ganz und in Auszügen urheberrechtlich geschützt. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder anderes Verfahren) ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Verlages nachgedruckt oder reproduziert werden und/oder unter Verwendung elektronischer Systeme jeglicher Art gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt und/oder verbreitet bzw. der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden. Alle Übersetzungsrechte sowie die Nutzung für Text- und Datamining vorbehalten.

Inhaltsverzeichnis

Prolog	4
Einleitung	5
Zur Verwendung des Buches	7
Kapitel 1 – Alles immer nur richtig, ist manchmal auch falsch.	9
Übungen zu Kapitel 1	16
Kapitel 2 – ... und Vorhang!	37
Übungen zu Kapitel 2	47
Kapitel 3 – Hinter den Worten	51
Übungen zu Kapitel 3	59
Kapitel 4 – In der Ruhe liegt die Kraft	71
Übungen zu Kapitel 4	78
Kapitel 5 – Der Reiz des Verbotenen	85
Übungen zu Kapitel 5	93
Kapitel 6 – Was man sagt, ist wichtig. Wie man es sagt, ist entscheidend.	103
Aufbau eines Vortrag-Workshops mit Erläuterungen	108
Übungen zu Kapitel 6	116
Kapitel 7 – Von Mensch zu Mensch	133
Übungen zu Kapitel 7	142
Kapitel 8 – Szenenwechsel	171
Techniken und Methoden für einen abwechslungsreichen Unterricht	177
Kapitel 9 – Tipps zum Anleiten von Übungen	200
Glossar 1 – Übungen zur schnellen Auflockerung zwischendurch	206
Glossar 2 – Gesamtüberblick der Übungen	208
Epilog	214
Literaturverzeichnis	215
Der Autor	216

Prolog

Der Weltraum, unendliche Weiten.

Wir schreiben das Jahr 2003.¹

Ich befinde mich auf dem Planeten Erde, im Herzen Europas, in einem großen Zimmer. Vor mir sitzen 25 Jugendliche. Ich versuche ihnen die Abläufe von chemischen Reaktionen näherzubringen. Die Worte, die ich in Massen wohl meinen Mund, die akustischen Wellen werden durch den Raum getragen. Doch scheinen sie mein abwesend wirkendes Publikum nicht zu erreichen. Es ist, als würde ich undefinierbare Laute hervorbringen, die bloß als bedeutungsloses Rauschen wahrgenommen werden. Ich fühle mich überflüssig, beinahe unangebracht und fehl am Platz. Ich, Stefan Fuchs – und doch nicht ich – ein andersartiges Wesen – ein Hase an einem Funkgerät, der verzweifelt versucht, den Störgeräuschen zu trotzen und mit seiner Umgebung Kontakt aufzunehmen. Doch ich scheitere kläglich. In diesem Moment erkenne ich, dass sich etwas ändern muss. Die Frage ist nur, was?

Das vorliegende Buch ist eine Zusammenfassung der Erkenntnisse, die ich während meiner 21-jährigen Reise auf der Suche nach Antworten auf diese und ähnliche Fragen sammelte. Mögen die Erkenntnisse auch für Sie eine Hilfe und Inspiration sein.

¹ Vgl. Roddenberry: Star Trek. The Original Series. 1966–1969, zu Beginn der einzelnen Folgen.

Einleitung

Unzählige Menschen haben sich für den Lehrberuf oder eine Lehrtätigkeit entschieden. Sie sind in wiederum unzähligen verschiedenen Bereichen tätig.

Viele unterrichten sehr gut.

Andere weniger gut.

Einige von ihnen jedoch unterrichten außergewöhnlich.

Ich weiß nicht, zu welcher Gruppe ich gehöre, ob ich „gut unterrichte“. Wie entscheidet man überhaupt darüber, wie „guter Unterricht“ aussieht? Wie misst man ihn? Geht es darum, dass die Lernenden den Unterricht erfolgreich beenden? Oder sollen sie lediglich die Grundlagen des jeweiligen Faches gut verstehen? Sollen sie zur konkreten Anwendung ihres Wissens im Alltag und zu eigenständigem Denken geschult werden? War der Unterricht dann „gut“, wenn so viele von ihnen entschließen, in diesem Fach ihre Abschlussprüfungen abzulegen? Oder kann man „guten Unterricht“ an den Leistungen der Lernenden festmachen? Ist es meine Aufgabe als Lehrer dafür zu sorgen, dass Einzelne immer wieder gute Leistungen erbringen und später vielleicht sogar auf dem Gebiet reifen? Was ist vielmehr ausschlaggebend, ob die Schülerinnen und Schüler während des Unterrichtes Freude empfinden und sich viele Jahre später gern und positiv daran erinnern?

Der Fragen noch nicht genug: Denn wen fragt man überhaupt? Wer entscheidet darüber, ob Unterricht gut war? Die Lernenden? Die Eltern? Oder die Schulleitung? Vielleicht die Universitäten? Oder gar die Politik?

Falls Sie sich Antworten auf all diese Fragen erhoffen, wird Sie dieses Buch enttäuschen. Weder ist es meine Intention zu entscheiden, nach welchen Kriterien sich „guter Unterricht“ klassifizieren lässt, noch ist es meine Aufgabe, das überhaupt zu beurteilen. Mein Ziel ist es vielmehr, Wege und Möglichkeiten aufzuzeigen, wie man **außergewöhnlich** unterrichten kann. Der wesentliche Aspekt dieses Ansatzes ist, dass die Schülerinnen und Schüler an meinem Unterricht herausheben und schätzen, weshalb sie sich sogar für ihn begeistern können.

Doch wieder stellt sich die Frage der Definition: Was meine ich mit außergewöhnlichem Unterricht? Wie sieht ein solcher aus?

Im Laufe der letzten 21 Jahre habe ich mich regelmäßig mit der Frage, was nötig ist, um Lernende nicht nur zu erreichen, sondern sie wirklich zu erreichen, sie zur aktiven Teilnahme anzuregen und sie zu faszinieren. Ich wollte wissen, was ich tun konnte, um meinen Unterricht spannender und abwechslungsreicher zu gestalten. Es waren vor allem die intensive Beschäftigung mit Improvisationstheater, die Berücksichtigung einer Vielfalt rezenter Sichtweisen und Haltungen und die Anwendung und Integration dieser in Übungen und Methoden für meinen eigenen Unterricht, die mir in den vergangenen Jahren umfangreicher Antworten halfen.

Meines Erachtens ist guter Unterricht erst durch ein Zusammenspiel verschiedener Faktoren außergewöhnlich: Ein positiver Umgang mit Fehlern, ein entspanntes Ausstrahlen, die Bereitschaft, Emotionen während des Unterrichtens zu zeigen und vor allem ein geschickter Einsatz von Techniken und Methoden, um die Stunden abwechslungsreich und spannend zu gestalten, sind einige davon. Zusammengefasst verstehe ich unter außergewöhnlichem Unterricht nicht nur die Integration einiger Spiele oder Übungen in den Unterricht, sondern vielmehr auch eine Erweiterung bzw. teilweise sogar Neudefinition des Bildes, das viele mit Lehrenden in Verbindung bringen.

Im Zuge der Auseinandersetzung mit den genannten Punkten und ihrer Integration in meinen Unterricht veränderten sich im Laufe der Jahre nicht nur meine grundlegenden Haltungen, sondern mein gesamter Unterrichtsstil stark. Dies führte nicht nur dazu, dass die Schülerinnen und Schüler meinen Unterricht immer mehr schätzten, es hatte sogar zur Folge, dass ich meinen Beruf, meine Tätigkeit als Lehrerin, immer mehr genießen konnte.

Seit vielen Jahren leite ich zahlreiche Kurse im Bereich der Aus- und Weiterbildung von Lehrerinnen und Lehrern. Darin vermittele ich den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vor allem praktische Übungen zum Erlernen bestimmter Techniken, die sie direkt im eigenen Unterricht einsetzen können. Außerdem gebe ich ihnen auch Tipps für die Durchführung der vorgestellten Übungen an die Hand und formuliere entsprechende Ziele.

Das vorliegende Buch fasst die Inhalte dieser Kurse zusammen. Die beschriebenen Methoden, Übungen und Spiele sowie die damit verbundenen Gedanken und Reflexionen sollen Ihnen originelle Möglichkeiten aufzeigen und neue Handlungsspielräume eröffnen. Ich selbst habe bei der Anwendung überaus positive Erfahrungen gemacht, sodass sie inzwischen einen wichtigen Bestandteil meines Unterrichtes gehören.

Der Hase am Funkgerät, Namensgeber dieses Buches, ist weder der flinke Protagonist einer Fabel noch ein neugieriger Charakter aus Alice im Wunderland, sondern der Titel einer Übung aus dem Improvisationstheater, die Sie bereits in Kapitel 1 genauer kennenlernen werden. Mit mir begann meine Suche nach neuen Methoden und Techniken und der Hase am Funkgerät für mich zu einem Maskottchen für außergewöhnlichen Unterricht. Lassen Sie sich auch auf Ihrer Reise von ihm begleiten. Ich kann nicht versprechen, dass Ihr Unterricht mit diesem Buch „besser“ wird, mit ihm aber wird er jedoch außergewöhnlicher.

Zur Verwendung des Buches

Das vorliegende Buch soll Ihnen eine gute Mischung bieten. Einerseits möchte ich darin nicht nur meine Gedanken zur Tätigkeit des Unterrichtens, sondern auch meine persönlichen Anekdoten, die ich über die letzten zwei Jahrzehnte sammeln konnte, mit Ihnen teilen. Andererseits finden Sie in dem Buch auch eine große Anzahl praktischer Übungen, die Sie selbst in Ihrem Unterricht anwenden können. Dies ist, wie ich in den verschiedensten Kursen zu Improvisation, Clown- und Körpertheater erfahren habe, ein großer Vorteil der Übungen habe ich etwas adaptiert. Sie finden daher eventuell ähnliche Übungen mit unterschiedlichen Namen in anderer Literatur. Zahlreiche Übungen habe ich auch gänzlich selbst entworfen.

An dieser Stelle möchte ich mich bei all den Workshop-Teilnehmenden und -Leitern bedanken, die ihre Erfahrung und ihr Wissen weitergeben haben.

Die acht Kapitel des Buches gliedern sich demnach jeweils in zwei Teile. Der erste Teil soll eine theoretische Einleitung in das Kapitelthema bieten und auch meine persönlichen Erfahrungen, die damit in Zusammenhang stehen, wiedergeben. Er endet immer mit einer kurzen Zusammenfassung der wichtigsten Inhalte. „Kurz gefunkt ...“

Der zweite Teil eines jeden Kapitels, „Übungen im Kapitel“, besteht aus den Beschreibungen und Anleitungen der Übungen oder auch Spiele, die vor allem einzelne Aspekte, die im jeweiligen Kapitel thematisch fokussiert werden, trainieren. Auch Übungen, die im ersten Teil des Kapitels inhaltlich bereits vorgestellt wurden, finden sich in diesem zweiten Teil in ausführlicheren Ausführungen.

Falls Sie in erster Linie daran interessiert sind, wie Sie Übungen in einer Gruppe erfolgreich und kompetent anleiten können, sind die letzten Abschnitte „Tipps zum Anleiten von Übungen“ fündig.

Immer wieder werden bestimmte Übungen bereits im ersten Teil der Kapitel in Form einer Kurzbeschreibung erwähnt und vorgestellt. Ein Seitenverweis in der Randspalte neben diesen Kurzfassungen verdeutlicht, wo Sie die genaue Übungsanleitung im zweiten Teil des Kapitels finden. Einige Übungen kommen nicht nur einmal vor, da sie Aspekte mehrerer Kapitel thematisieren. Aus Gründen der Platz- und Papierersparnis habe ich mich entschieden, die ausführliche Beschreibung jedes Mal zu wiederholen, auch hier gelangt Sie über Seitenverweise zur detaillierten Anleitung.

Um die Übungsbeschreibungen so übersichtlich wie möglich zu gestalten, verwende ich für die beteiligten Personen Abkürzungen. Der Buchstabe L meint immer die Leiterin oder den Leiter einer Übung bzw. die Lehrerin oder den Lehrer. Die Buchstaben A, B, C und D stehen für die einzelnen Rollen, die die Lernenden in den Übungen einnehmen, T stehen für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Übung. Des Weiteren verwende ich für die Übungsbeschreibungen, um die anleitenden Texte überschaubar zu halten, die männliche Form im Wechsel. Ist in einer Übung von „die A“ die Rede, so ist in der darauffolgenden Übung demnach „der A“. Gemeint sind damit natürlich immer alle teilnehmenden Personen.



Kurz gefunkt ...



Übung

ZIELE:



Übung

Kurzbeschreibung:



Zu vielen Übungen stehen Ihnen zusätzlich kurze Videos zur Verfügung, die den Ablauf veranschaulichen. Sie erkennen die entsprechenden Übungen an dem Videosymbol in der Randspalte. Die Videos können Sie in der **HELBLING Media App** ansehen. In Kapitel 8 verweise ich an mehreren Stellen auf Zusatzmaterial in Form von PDF-Downloads. Auch diese finden Sie in der **HELBLING Media App**. Für das Ansehen der Videos können Sie die mobile Version der App auf Ihrem Smartphone nutzen. Über die Desktop-Variante der App haben Sie Zugriff auf sowohl die Videos als auch das Download-Material im PDF-Format.

Zwei Glossare am Ende des Buches bieten Ihnen zudem einen zusammenfassenden Überblick. In Glossar 1 sind Übungen, die sich besonders gut für eine schnelle Auflockerung zwischendurch eignen, angeführt. In Glossar 2 sind alle Übungen aus allen Kapiteln vollständig gelistet.

Es mögen Ihnen vielleicht gewisse Übungen etwas eigenartig erscheinen, wieder andere liegen eventuell außerhalb Ihrer Komfortzone – das ist völlig normal. Wählen Sie einfach die Übungen aus, die Sie ansprechen, adaptieren oder verwerfen Sie die anderen.

Musterseite
helbling.com

Alles immer nur richtig, ist manchmal auch falsch

Wie man die Angst vor Fehlern und dem Scheitern verringert
und so ein besseres Lernklima schafft.



”

*Den größten Fehler, den man im Leben machen kann, ist,
immer Angst zu haben, einen Fehler zu machen.“*

Dietrich Bonhoeffer

Würde man mich fragen, was ich als eine der wesentlichsten Weiterentwicklungen meines Unterrichts in den letzten 20 Jahren sehe, wäre meine Antwort, dass meine Schülerinnen und Schüler heute deutlich mehr Fehler machen als früher – und manchmal auch ich.

Ich weiß, das klingt paradox. Ich halte es aber für eine der großen Qualitäten meines Unterrichtsstils, dass sich die Jugendlichen viel öfter als früher trauen, etwas zu sagen und zu probieren sowie Vermutungen auszusprechen, ohne die Angst, etwas falsch zu machen. Dabei machen sie zwar immer wieder Fehler, doch gerade dadurch lernen sie etwas, was auch ich mache und erlaube mir manchmal Fehler – und lerne dabei oft etwas.

Doch das war nicht immer so. Früher hätte mein ständiger Perfektionismus verhindert, mir den kleinsten Fehler zu erlauben. Schon als Schüler war ich sehr auf Erfolg zu haben. Ich versuchte, Aufgaben stets perfekt zu erledigen, und wurde dafür regelmäßig gelobt, womit mein Tun zusätzlich bestärkt wurde. Schlechte Noten bedeuteten für mich eine Katastrophe. Auch in Bereichen außerhalb der Schule war mein Ehrgeiz bemerkenswert. Wenn ich etwas nicht (gut) konnte, übte ich es verbissen so lange, bis ich gut genug darin war. „Gut genug“ war dabei meistens gleichbedeutend mit „besser, als man es von mir erwartete“. Oder ich ließ eine Tätigkeit einfach gänzlich bleiben – unabhängig davon, ob mir eine Sache vielleicht Spaß machen hätte können.

Mein Hang zum Perfektionismus machte sich auch zu Beginn meines Berufslebens als Lehrer stark bemerkbar. Ich wollte so wenige Fehler wie möglich machen und legte auch bei meinen Schülerinnen und Schülern großen Wert darauf. Ich bin sicher, viele Lehrende kennen diese Situation. Das ist auch wenig überraschend, denn schließlich ist es ja unser Job, möglichst souverän und vorbildlich zu agieren und Fehler zu korrigieren, ohne selbst welche zu machen. Außerdem erhoffen wir, dass die Lernenden möglichst viel richtig machen, damit sie erfolgreich ihre Prüfungen bestehen. Und das tut mir weh, weil ich diesen Wunsch verspüre, plädiere ich ganz klar für einen Unterricht, in dem Fehler nicht nur akzeptiert, sondern sogar wertgeschätzt werden.

Während meiner ersten Teilnahmen an einem Improvisationskurs begann sich meine damalige Sichtweise zu ändern. Dort sah die Trainerin an, eine auf den ersten Blick unmöglich erscheinende Übung durchzuführen, ohne dabei nachzudenken oder zu versuchen, alles richtig zu machen. Ich habe mich nur spontan ausprobieren und dabei „mit Freude scheitern“. Ich war verwirrt. Mit Freude scheitern? Was für eine seltsame Aussage! Die anderen Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer teilten meine Überforderung. Doch die Trainerin beharrte weiter darauf, dass es keinesfalls darum gehen sollte, die Übung gut zu können, sondern lediglich darum, die Herausforderung mutig zu stellen und an ihr zu scheitern. Zu meiner Überraschung machte mir das bloße Tun und Ausprobieren mehr und mehr Spaß. Wir amüsierten uns teilweise kläglich, aber dafür sehr lustigen Versuche, die Aufgabe zu bewältigen. Und je entspannter wir an die Sache herangingen, desto besser wurden wir mit der Zeit.

Einmal zugab, erwerte mich. Er war sehr viel stressfreier und lustvoller als meine übliche analytische Herangehensweise und zudem führte er auch noch zum (vordergründigen) Ziel. Ich machte daher das Improvisieren zu meiner liebsten neuen Freizeitbeschäftigung und im Laufe der Jahre wurde ich im „Fehler machen und lustvoll scheitern“ immer besser.

Trotzdem bin ich auch heute noch perfektionistisch und das ist in Ordnung so. Schließlich gibt es oft Vorteile, ja ist manchmal sogar wichtig. Aber mittlerweile weiß ich, dass es immer wieder Situationen geben wird, in denen ich spontan etwas ausprobieren muss, ohne die Angst, es könne schiefgehen. Diese Einsicht hat mir nicht zuletzt beim Unterrichten sehr geholfen, das mir seitdem noch mehr Freude bereitet. Also versuche ich, auch meine Schülerinnen und Schüler darauf vorzubereiten und daran zu gewöhnen, dass sie nicht immer alles

richtigmachen werden. Vielmehr ermutige ich sie sogar dazu, Fehler zuzulassen – und sich nicht über sie zu ärgern, wenn sie unabsichtlich passieren. Dafür verwende ich oft Improvisations-Übungen, an denen sie zwangsläufig – aber dafür begleitet von Lachen – scheitern. Die beiden folgenden Übungen eignen sich wunderbar dazu, Schülerinnen und Schüler an das lustvolle Scheitern heranzuführen:



1-2-3-Zählproblem

Kurzbeschreibung:

Bei dieser Partnerübung zählen A und B abwechselnd laut bis drei. A beginnt mit „Eins“, darauf folgt B mit „Zwei“, A wieder mit „Drei“, gefolgt von B mit „Eins“ usw. Schritt für Schritt werden anschließend, statt die Zahlen zu nennen, Bewegungen ausgeführt, z. B. wird auf zwei geklatscht und auf drei gehüpft. Diese Mischung aus Sprache und Bewegung sowie die schnelle Ausführung der Übung führen zwangsläufig zu einer Überforderung, die lustvolles Scheitern garantiert.

Genaue
Übungsbe-
schreibung
→ S. 16



An dieser Übung hatten bisher immer alle Spielerinnen und Spieler richtig Spaß. Gerne verwende ich Übungen dieser Art direkt bevor ich ein schwieriges Thema erkläre. Durch sie bereite ich meine Schülerinnen und Schüler darauf vor, dass sie meine folgenden fachlichen Ausführungen vermutlich nicht auf Anhieb verstehen werden, und ermutige sie, trotzdem nicht gleich aufzugeben und zwischendurch Fragen zu stellen.

Eine weitere Übung, die ebenfalls den Scheitern garantiert, nenne ich „Wer wagt, gewinnt?“. Sie kann eingesetzt werden, um ungewöhnliche Weise bereits erlernten Stoff zu wiederholen:



Wer wagt, gewinnt?!

Kurzbeschreibung:

L stellt eine Frage und fordert die T, die glauben, die richtige Antwort zu wissen, dazu auf, sich zu melden. L wählt nun eine T aus, die sich getraut hat, ihre Hand zu heben. Ist ihre Antwort richtig, bekommt diese T, die sich gemeldet haben, einen Punkt. Ist sie jedoch falsch, verliert die T, die sich gemeldet hat, zwei Punkte, während alle anderen, die sich gemeldet haben, ihren Punkt erhalten. Danach wird keine weitere T gefragt, sondern L löst die Frage für alle T, die sich also gemeldet hat, ohne die richtige Antwort zu wissen, hatte Glück.

Mit dieser Übung kann erlerntes Wissen in entspannter und dynamischer Form abgefragt werden, wobei eine hohe Beteiligung seitens der T kommt. Weiters wird auch die Fehlertoleranz trainiert.

Genaue
Übungsbe-
schreibung
→ S. 17

Mit Übungen wie den beiden eben vorgestellten versuche ich Fehlerangst und ungesundem Perfektionismus meiner Schülerinnen und Schüler entgegenzuwirken. Auch während des regulären Unterrichts appelliere ich regelmäßig an sie: „Probiert Dinge aus und stell Vermutungen an! Habt keine Angst davor, dass etwas nicht stimmt! Richtig sein sollte es erst beim Test.“

Mit der Einsicht, dass nicht (immer) alles richtig sein muss, können sie sich erfahrungsgemäß häufiger und aktiver am (Unterrichts)Geschehen. Die durch erlernte erhöhte Fehlertoleranz erscheint mir besonders wichtig, denn oft gehen Jugendliche aufeinander, vor allem aber mit sich selbst, besonders hart ins Gericht. Diese selbstkritische Haltung resultiert aus der meist vermittelten „Richtig ist gut und falsch ist schlecht“-Einstellung. Gerade Kinder tendieren oft dazu, Fehler möglichst zu vermeiden und zu korrigieren. Der Grund für dieses Verhalten ist aber nicht das ständige Ausbessern von Fehlern. Im Gegenteil, so schildert der Psychologe und Buchautor Fabian Grolimund in seinem Artikel „Aus Fehlern lernen – wirklich?“ (Grolimund, 2021), dass sein Sohn durch sein positives Feedback „Du hast ja Pferd großgeschrieben. Das stimmt! Wie hast du denn das gemacht?“ begeistert die dazu gelernte Regel zitierte und im Zuge dessen auch den äquivalenten Fehler im Wort „wolke“ ausbesserte. In diesem Fall wurde das Kind gar nicht aktiv auf einen Fehler hingewiesen, es hat ihn im Gegenteil mittels Deduktion selbst erkannt. Ein solches selbstständiges Identifizieren von Fehlern führt zum Lernen aus eigenem Antrieb. Ein Blick in das Gehirn mittels bildgebender Verfahren zeigte zudem, dass bei jüngeren Kindern bei positiven Rückmeldungen diejenigen Gehirnbereiche, die für das Arbeitsgedächtnis, Planung sowie abstraktes und flexibles Denken zuständig sind, viel stärker aktiviert wurden“ (Grolimund).

Werden Fehler hingegen von außen stark negativ geahndet, kann sich mit der Zeit eine regelrechte Fehlerangst entwickeln. Dies führt einerseits oft dazu, dass Kinder weniger gern lernen, andererseits macht sie sich aber auch bei sehr perfektionistischen Kindern bemerkbar. Doch gerade ihnen sollte man vermitteln, dass es oft nicht nur eine richtige Antwort auf eine Frage gibt und auch sie hin und wieder geübert werden werden. Sie sollen verstehen, dass Fehler etwas Wichtiges und oftmals sogar eine Verbesserung sind. Nicht während eines Tests oder einer entscheidenden Prüfung, schon gar nicht, während ein Chirurg operiert, aber in vielen anderen Situationen sehr lernende dürfen, ja sollen sogar Fehler machen!

Wie aber reagiere ich, wenn ich als Lehrer am besten, wenn Fehler passieren? Ignoriere ich sie und tue so, als wäre nichts passiert? Natürlich nicht. Das Richtigstellen von Fehlern sowie das Erklären und Begründen von dem, was richtig und falsch ist, ist durchaus wichtig. Doch stellen sich dabei tendierend zwei entscheidende Fragen:

- a) Zu welchem Zeitpunkt korrigiere ich den Fehler?
- b) Auf welche Art und Weise mache ich es?

Im Folgenden werde ich ein paar Beispiele zu Frage a) anführen, um zu erläutern, worauf ich abzielen möchte.

Bei kleinen Kindern, die singen, zu voreilig und zu häufig auf falsche Töne hin, so bekommen sie schnell das Gefühl, überhaupt nicht singen zu können. Dadurch verlieren sie die Freude am Singen und hören schließlich damit auf. In meinen Improvisationstheater-Kursen habe ich mittlerweile bereits zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Zuge von Gesangsübungen von dieser Erfahrung. Dasselbe gilt, würde man Kinder von klein auf für ihre Ziele und Leistungen kritisieren. Nur sind wir diesbezüglich viel großzügiger, da wir Schwächen in diesem Bereich anders bewerten.

Der beschriebene negative Effekt tritt zwar besonders stark bei (kleinen) Kindern auf, jedoch nicht ausschließlich: Grolimund verweist in seinem Artikel auf Studien, unter anderem aus den Niederlanden, die belegen, dass negatives Feedback und permanentes Hinweisen auf

Fehler auch bei Jugendlichen und Erwachsenen zu schlechteren Lernerfolgen führen. Aus eigener Erfahrung kann ich diese Ergebnisse nur bestätigen: Mit 15 Jahren begann ich in der Schule eine neue Sprache zu lernen. Jeden Fehler, den wir Jugendliche machten, besserte unsere Lehrerin immer sofort aus. Aus Angst vor Fehlern lernte ich deshalb nie wirklich, diese Sprache zu sprechen. Dabei sind Fehler etwas ganz Natürliches. Sie gehören zum Leben und mit manchen von ihnen leben wir, ohne uns ihrer überhaupt bewusst zu sein. Ich habe z. B., dass mein Gewicht 70 Kilogramm beträgt, so ist dies streng genommen falsch. Gewicht wird nämlich in Newton gemessen. In Kilogramm misst man die Masse. Man würde vielleicht einwenden, dass dies ja wohl wirklich eine Spitzfindigkeit ist. Für gewisse physikalische Fragestellungen ist es das absolut nicht. Schülerinnen und Schüler, die beispielsweise ein Physikstudium beginnen möchten, sollten diesen Unterschied kennen. Für mich ist es wichtig, auf diesen Fehler rechtzeitig hingewiesen zu werden. Die Frage ist: Wann? Soll man ihnen mit fünf Jahren erklären, dass ihr Gewicht gar nicht 20 Kilogramm, sondern vielmehr 196,2 Newton beträgt und das auch nur hier auf der Erde ... wohl kaum.

Auch ein Beispiel aus der Chemie veranschaulicht das Problem (Frage) aufgeworfene Dilemma: Wann ist der richtige Zeitpunkt, um einen Fehler zu korrigieren?

Im Chemieunterricht lernt man noch heute, dass alle Stoffe aus unvorstellbar kleinen Atomen bestehen, die wiederum aus Protonen, Neutronen und Elektronen aufgebaut sind. Während Protonen und Neutronen den Kern eines Atoms bilden, befinden sich Elektronen hingegen in Schalen um den Kern herum. Lange Zeit wurden diese Elektronen als kleine Teilchen vor und nahm an, sie würden auf ihren Schalen um den Kern kreisen.

Schon in den 1920er-Jahren fand man allerdings heraus, dass ihr Ort gar nicht genau bestimmbar ist und sie demnach auch nicht kreisen. Außerdem handelt es sich bei Elektronen auch nicht um Teilchen, sondern vielmehr um Materiewellen.

Vielleicht können Sie mir noch folgen. Ich möchte Sie sich aber auch gerade an Ihren eigenen Chemieunterricht zurück und die Schwierigkeiten, die er Ihnen möglicherweise bereitet. Wenn ich erzähle, dass ich Chemie mit Sauerstoff verbindet, nämlich eine der häufigsten Reaktionen darauf: „Um Himmels Willen! Chemie, die ich schon in der Schule nie wirklich verstanden!“

Mithilfe des eben beschriebenen (teilweise falschen!) Atommodells lässt sich jedoch ein Großteil der chemischen Grundlagen, die in der Schule erlernt werden, sehr gut erklären.

Gerade deshalb verwende ich das alte Modell. Erst nachdem die Schülerinnen und Schüler sich mit dem alten Modell vertraut gemacht und es verstanden haben, kläre ich sie natürlich darüber auf, dass es sich um ein ungenaues und eigentlich nicht ganz richtiges Modell handelt, und führe sie zu einem exakteren Modell heran. Trotzdem verwende ich das alte Modell weiterhin für die meisten Erklärungen, da es einfach wesentlich leichter vorstellbar ist, frei nach dem Motto des Physikers George Box: „Alle Modelle sind falsch, aber manche sind nützlich.“ (George Box, 2023)

Ist nun alles klar? Ich würde gerne, ein solches Modell für Erklärungen auch zukünftig heranzuziehen, zulässig. Ich würde gerne die Meinungen meiner Fachkolleginnen und -kollegen auseinander. Während ich es durchaus für zulässig halte, solange zu einem späteren Zeitpunkt über das veraltete Modell aufgeklärt wird, möchten andere Chemielehrerinnen und -lehrer das Modell aus dem Lehrplan streichen. Die eigentlich dahinterstehende Problematik lautet: Muss man jeden Fehler immer sofort korrigieren oder gibt es durchaus Situationen, in denen das sogar kein Problem sein könnte?

Zweifelsohne ist dies eine Herausforderung, bei diesem Abwägen (korrigiere ich oder nicht) eine gute Balance zu finden. Sie wird nicht bei jeder und jedem gleich aussehen. Doch halte ich es für sinnvoll, stets zu bedenken, dass es in Ausnahmesituationen vielleicht sogar

konstruktiv sein kann, Fehler einfach als solche stehen zu lassen. Folgende persönliche Erfahrung ist maßgeblich für diese Sichtweise verantwortlich:

In der elften Schulstufe musste ich eine mehrstündige Klassenarbeit in Deutsch verfassen. Ich schrieb einen langen, ausgesprochen persönlichen und sicher auch gelungenen Text. Als ich die Arbeit zurückbekam, war ich zuerst irritiert. Ich konnte nirgendwo die üblichen Korrekturen finden. Erst als ich zum Ende des Textes gelangte, fand ich dort unter der Note folgenden Kommentar meines Lehrers:

„Aus Respekt vor dieser tiefgreifenden und inhaltlich beeindruckenden Arbeit hat mein Rotschrift darauf verzichtet, irgendwelche Fehler zu korrigieren.“

Diese Rückmeldung motivierte und bestärkte mich umso mehr beim Schreiben. Vielleicht ist sie sogar mit ein Grund, warum ich heute dieses Buch verfasste.

Die zweite aufgeworfene Frage b) „Auf welche Art und Weise korrigiere ich einen Fehler?“ erscheint mir besonders wichtig. Deshalb werde ich in den Kapiteln 2 und 3 ausführlich auf sie eingehen. An dieser Stelle sei nur kurz vorangeschickt: Ich bin der Überzeugung, je wohlwollender und je positiver, desto besser!

Bevor ich im anschließenden Kapitel eine ganze Reihe von Übungen zum „lustvollen Scheitern“ vorstelle, möchte ich an dieser Stelle noch ein bisschen herausgreifen, die für mich von besonderer Bedeutung ist.

Im Entstehungsjahr dieses Buches (2021) war ich nicht lange zurück, dass viele Klassen aufgrund behördlicher Anordnungen lange Zeit per Distance-Learning und per Videokonferenz unterrichtet wurden. Diese Wochen und Monate waren sowohl für den Großteil meiner Schülerinnen und Schüler als auch für mich sehr anstrengend und kräfteraubend. Als wir endlich wieder zurück in die Klassenzimmer kehrten, wollte ich gleich zu Beginn die Freude am gemeinsamen Lernen und – allem auch am gemeinsamen Scheitern in den Vordergrund stellen. Ich entschied mich mit der Übung „Der Hase am Funkgerät“ zu starten und führte sie mit all meinen Klassen durch. Der Spaß und die Freude an den entstandenen Fehlern, die wir alle zusammen in den ersten Minuten erlebten, entschädigten mich für so manch unbefriedigende Unterrichtsstunden in den Wochen zuvor. Einige der Schülerinnen und Schüler genossen das Spiel so sehr, dass sie es ein paar Wochen später direkt vor ihren Abschlussklausuren zur gemeinsamen Auflockerung und Entspannung spielten.



Der Hase am Funkgerät

Kurzbeschreibung:

Durch eine ungewöhnlichen und dynamische Kombination von chorischem Sprechen und Bewegung, die nahezu kaum fehlerfrei durchführbar ist, kommt es zum lustvollen Scheitern der Gruppe.



Genaue
Übungsbe-
schreibung
→ S. 18

In den folgenden Kapiteln stelle ich Ihnen noch viele weitere theoretische Überlegungen zum Thema Lernen und die dazu passenden Übungen vor. Möglicherweise finden Sie manche Ideen zwar interessant, fragen sich aber, ob sich diese im Unterricht auch tatsächlich erfolgreich umsetzen lassen. In diesen Fällen empfehle ich stets: Probieren Sie es einfach aus! Lassen Sie sich nicht davon abschrecken, wenn manches ungewöhnlich, vielleicht sogar

befremdlich klingt. Adaptieren Sie, wenn sich gewisse Aspekte auf eine andere Art besser für Sie umsetzen lassen, und verwerfen Sie Punkte, die Ihnen nicht zusagen. Vor allem aber: Gestatten Sie Ihren Lernenden, wie sich selbst, dabei Fehler zu machen! Erwarten Sie nicht, dass alles gleich so funktioniert wie erwartet und erhofft, und geben Sie den Übungen bzw. sich selbst eine zweite oder eventuell sogar eine dritte Chance. Vielleicht können auf der Zeit auch Sie mit diesen Tools ähnlich positive Erfahrungen machen wie ich mit dem „Fragen am Funkgerät“.



Kurz gefunkt ...

Fehler sind ein wichtiger Teil eines jeden Lernprozesses. Eine positive Fehlerkultur erhöht nicht nur die Teilnahmebereitschaft der Lernenden, sondern auch ihre Freude am Lernen. Um einen konstruktiven Umgang mit Fehlern zu erreichen, ist es wichtig, Fehler sowohl zum richtigen Zeitpunkt als auch auf positive Weise zu korrigieren. Außerdem senkt das regelmäßige Einbringen von Übungen, die ein lustvolles Scheitern garantieren, in den Unterrichtszusammenhang die Fehlerangst. Diese außergewöhnliche Sicht- und Umgangsweise auf Fehler kann helfen, die Angst vor dem Scheitern zu reduzieren und damit ein positives Lernklima zu schaffen.



Übungen zu Kapitel 3



Geschenke

ZIELE:

Positive Energie durch Übertreibung erzeugen, Anwendung z. B. in Vorträgen, beim Unterrichten und vielem mehr

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig – Partnerübung
Material: keines
Dauer: 5–10 min
Vorbereitungszeit: keiner



Ablauf:

Je zwei T, A und B, stehen einander gegenüber. A macht ein Geschenk, indem sie das Übergeben des Geschenkes pantomimisch darstellt und beispielsweise sagt: „Schau, was ich da für dich habe, einen Sonnenhut!“ B nimmt das Geschenk an, freut sich darüber und überreicht nun ihrerseits ebenfalls ein Geschenk an A, z. B. mit den Worten „Wow, voll cool, endlich was gegen diese Hitze! Ich habe da einen Aktenkoffer für dich.“ Auf diese Weise werden zahlreiche Geschenke ausgetauscht, wobei sich die Teilnehmer immer zuerst über das erhaltene Geschenk freut, bevor es sein eigenes Geschenk für eine andere Person überreicht.

Tipps und Anregungen:

1. Die Geschenke sollten relativ rasch und viele nachzudenken ausgetauscht werden.
2. Bei dieser Übung ist es vor allem wichtig, eine starke, durchaus übertriebene Begeisterung, sowohl als Beschenkende als auch als Beschenkte, zu zeigen. Es geht darum, die Begeisterung wirklich groß zu machen, selbst wenn sich das (am Anfang) komisch und unecht anfühlt.
3. Weisen Sie nach einiger Zeit darauf hin, dass sich im Idealfall „nicht nur der Kopf, sondern der ganze Körper freuen soll“. Bei kleinen Kindern, die zu Weihnachten Geschenke auspacken. Die Beteiligung des ganzen Körpers führt zu mehr Körperspannung und oft auch zu mehr echter Emotion.
4. Manchmal ist es hilfreich, darauf hinzuweisen, dass man tolle Geschenke überreichen soll. Also lieber keine Klobürste, dafür vielleicht eine Wunderlampe. So fällt dem Gegenüber das „Sich-Freuen“ ein bisschen leichter.

Variante:

Die Übung wird wie oben beschrieben durchgeführt, aber bei dieser Variante benennt nicht die Beschenkende das Geschenk, das sie überreicht, sondern die Beschenkte eröffnet, welches Geschenk er gerade erhalten hat.



Epischer Themeneinstieg



ZIELE:

Erzeugen von Aufmerksamkeit für ein neues, wichtiges Thema durch dessen von effektvoller Musik begleiteter Einführung; Schaffen von höherer Bereitschaft, sich mit einem Thema zu befassen

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig
Material: Musik, Abspielgerät
Dauer: 2–3 min
Vorbereitungsaufwand: 1–2 h (einmalig)

Ablauf:

L kündigt ein neues Thema an. Die Eröffnung und Erläuterung dieses Thema so wichtig ist, wird mit effektvoller Musik untermalt.

Tipps und Anregungen:

1. Wählen Sie epische Musik aus. Vor allem der Barock- und Klassikmusik liefert hier eine Vielzahl geeigneter Stücke. Spielen Sie diese während Ihres Vortrages verhältnismäßig laut ab. Ihre eigene Stimme sollte aber trotzdem nicht ganz unhörbar sein.
2. Sprechen Sie mit lauter Stimme und so, dass Sie möglichst überzeugend wirken. Im Hinblick auf den angekündigten Inhalt ist es wichtig, die Bedeutsamkeit des jeweiligen Themas herauszustreichen, z. B.: „Ladies and Gentlemen, was jetzt kommt, ist unglaublich wichtig. Ich möchte sogar sagen, exorbitant wichtig.“
3. Dieses kleine Intro sollte weder Fakten enthalten, die sich die T merken sollen (Ziel ist lediglich der Gewinn ihrer Aufmerksamkeit), noch sollte er zu lang sein (max. 3 Minuten). Denn erstens ist es anstrengend, einen solchen Vortrag zu halten, und zweitens sollte er zu Ende sein, solange die Zuhörer noch schlafen: „Bitte nicht davon!“



Heiliger Gral



ZIELE:

Verbale Vermittlung und Verstärken Emotionen jeglicher Art in Form von gemeinsamen Sprechen

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: 8–30
Material: keines
Dauer: 5 min
Vorbereitungsaufwand: keiner

Ablauf:

Sie alle bilden einen Kreis. L hält pantomimisch etwas Großes (= der heilige Gral) in der Hand. Nun geht L zu einer beliebigen A, sagt mit lauter Stimme und bedeutungsvoller Intonation „Das ist der heilige Gral!“ und übergibt damit den Gral an A. A nimmt ihn entgegen und erwidert auf dieselbe Art: „Ich habe den heiligen Gral.“ Nun drehen sich die beiden Nachbarinnen von A zu ihr, heben die Arme ein wenig und sagen gleichzeitig: „Sie hat den heiligen Gral.“ Danach geht A mit dem heiligen

Gral zu einer anderen B (L bleibt auf dem Platz von A) und sagt: „Das ist der heilige Gral.“ B nimmt den Gral und sagt: „Ich habe den heiligen Gral.“ usw.

Schritt 2: Nach einigen Übungsdurchgängen von Schritt 1 wird dieser wie folgt abgewandelt: Die T, die den Gral übergibt, wählt nun selbst, in welcher (starken!) Emotion sie den Satz „Das ist der heilige Gral.“ sagt, z. B. verärgert, traurig, verärgert, verärgert. Die nächsten zwei Sätze („Ich habe ...“ und „Sie hat ...“) werden in derselben Emotion gesprochen. Die Emotion wechselt damit nach jeder Übergabe.

Tipps und Anregungen:

1. Das Spiel sollte zügig gespielt und die Emotionen dabei sehr deutlich ausgedrückt gebracht werden.
2. Die Nachbarinnen der Besitzerin des heiligen Grals sollten den Satz „Sie hat den heiligen Gral.“ möglichst gleichzeitig sprechen. Dafür ist es hilfreich Blickkontakt aufzubauen.
3. Bei großen Gruppen kann nach einer gewissen Zeit parallel der ersten, zweiten oder auch dritter Gral weitergegeben werden.



Ich brauche unbedingt ...

ZIELE:

Stärkung der eigenen Ausdrucksfähigkeit durch das Heranziehen starker Emotionen: Spontaneitäts- und Kreativitätstraining

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: 6–30
Material: keines
Dauer: 5 min
Vorbereitungszeitpunkt: keiner



Ablauf:

Alle T bilden einen Kreis. L dreht sich zum rechts stehenden (z. B. Bernhard) und sagt: „Du, Bernhard, ich brauche unbedingt ...“ (L nennt an dieser Stelle drei Gegenstände, die im Idealfall in gewisser Weise in Zusammenhang stehen, z. B. eine Schere, einen Faden und einen Zahn zum Ausreißen.) Bernhard antwortet darauf: „Ja, klar, besorge ich dir!“ Nun dreht sich Bernhard zu seinem rechten Nachbar (z. B. Mario) und sagt: „Du, Mario, ich brauche unbedingt ...“ Hier wiederholt Bernhard den letzten Gegenstand, den L nannte – in dem Fall „einen Zahn zum Ausreißen“ – und ergänzt anschließend zwei weitere Gegenstände, die ihm dazu einfallen, z. B. eine Hand, in der sich der Zahn befindet, und einen langen Hals. Mario versichert Bernhard darauf: „Ja, klar, besorge ich dir!“, dreht sich wiederum zu seinem rechten Nachbar (z. B. Martin) und beginnt mit „Du, Martin, ich brauche unbedingt einen langen Hals, ...“ usw.

Tipps und Anregungen:

1. Wesentlich für den Erfolg ist die Emotionalität, mit der sie durchgeführt wird. Alle Sätze sollen sehr enthusiastisch und euphorisch gesprochen werden. Nutzen Sie schon für den ersten Satz Mimik und Gestik zur Unterstützung der Stimme.
2. Führen Sie die Übung sehr zügig durch und bemühen Sie sich nicht unnötig, sich möglichst „kluge“ Gegenstände auszudenken.



Obstsalat

ZIELE:

Erzeugung starker Emotionen durch Bewegung und Wettbewerb

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: 6–20

Material: keines

Dauer: 5–15 min

Vorbereitungsaufwand: 10 min

Ablauf:

Alle T sitzen in einem möglichst großen Stuhlkreis, in dem die Mitte L steht. Sie weist nun reihum jeder T (sowie sich selbst) entweder die Obstsorte Apfel, Birne oder Banane zu. Anschließend ruft L eine der drei Obstsorten, z. B. „Apfel“. Nun müssen alle T, denen die Obstsorte Apfel zugeordnet wurde, ihren Platz verlassen und sich möglichst schnell einen neuen suchen. L versucht in der Zwischenzeit einen der nun freien Plätze zu ergattern. Nun steht die T, die keinen Platz bekommen hat, in der Mitte und ruft eine der drei Obstsorten. Neben Apfel, Birne oder Banane kann auch „Obstsalat“ gerufen werden. In diesem Fall müssen sich alle T einen neuen Platz suchen.

Tipps und Anregungen:

Das Spiel ist sehr dynamisch und wird ebenfalls gerne auch von älteren Jugendlichen sehr gemocht. Vor allem dann, wenn es „mutig“ gespielt wird. Eine mutige Spielweise erfordert, dass man nicht immer den direkt neben sich gewordenen Platz nehmen, sondern lieber versuchen soll, einen Platz zu ergattern, der etwas weiter weg ist. Diesen Mut müssen Sie nach ein paar Runden vermutlich erst erfordern.

Varianten:

Die folgenden Varianten eignen sich sehr gut zum Kennenlernen innerhalb einer neuen Gruppe, für Teamwork-Training oder zur kreativen Stoffwiederholung. Obwohl es die Obstsortenzuordnung hier nicht mehr gibt, empfiehlt es sich trotzdem, zuerst ein paar Runden der Ausgangsversion zu spielen.

1. Die T in der Mitte nennt ihren Namen und anschließend eine Information über sich als Person, z. B. was sie gerne liest oder was sie gut kann (z. B. „Ich heiße Klara und ich lese gerne.“). Nun wechseln alle T ihren Platz, auf die die erhaltene Information auch zutrifft. Im Zweifelsfall sollte man lieber eher wechseln, als es nicht zu tun. Falls eine T z. B. sagt „Ich kann gut singen.“ und sie selbst eventuell eher nur gerne als gut singt, dann unbedingt trotzdem wechseln. Niemand wird es überprüfen!
Bei dieser Variante lernt man oft interessante Fakten über die anderen T einer Gruppe und entdeckt möglicherweise Gemeinsamkeiten. Nach einiger Zeit kann man zwischendurch auch noch nach etwas zu nennen, bei dem vermutlich alle bzw. auch niemand aufstehen wird. Auf diese Weise erfährt man besonders ungewöhnliche Informationen über einzelne T.
2. Die T in der Mitte nennt den Namen einer anderen T. Wie bei der Obstsalat-Variante wechseln alle T ihre Plätze. Dabei gibt es aber ein gemeinsames Ziel: Die genannte T soll am Ende keinen Platz bekommen und damit in der Mitte übrigbleiben. Festhalten und Wegsteuern sind natürlich nicht erlaubt, sich ihr in den Weg zu stellen hingegen schon.
3. Zur kreativen Stoffwiederholung lässt sich das Spiel auch gut mit der Übung „Wer wagt, gewinnt“ (s. Kap. 1) kombinieren.



Mein größter Fan

ZIELE:

Stärkung der eigenen Ausdrucksfähigkeit durch Verwendung von starken Emotionen

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: min. 8
Material: keines
Dauer: 5 min
Vorbereitungsaufwand: kein

Ablauf:

Alle T spielen jeweils zu zweit gegeneinander eine Runde „Schere, Stein, Papier“. Z. B. spielt Max gegen Georg. Der Gewinner (z. B. Georg) bildet mit dem Gewinner des anderen Duells (z. B. Julian, der gerade gegen Andreas gewonnen hat) ein neues Team und spielt mit dem neuen Partner ein weiteres Duell. Der Verlierer des ersten Duells (Max) begleitet den Gewinner Georg und feuert ihn durch lautstarkes Rufen seines Namens („Georg, Georg, Georg!“) im Duell gegen Julian an. Die beiden neuen Gegner (Max und Julian) haben damit für ihr zweites Duell bereits jeweils einen „größten Fan“ (Max bzw. Andreas). Der Gewinner dieses Duells (z. B. Julian) gewinnt somit alle Anwesenden (Andreas, Max und den Verlierer Georg) als seine „größten Fans“ und begleitet ihn zum nächsten Gegner, um ihn dort anzufeuern („Julian, Julian, Julian!“). Dieser Ablauf wird so lange fortgeführt, bis nur mehr zwei T übrig sind und diese beiden ein lautstarkes, letztes Schlussduell gegeneinander spielen.

Tipps und Anregungen:

Diese Übung ist sehr einfach und führt erfahrungsgemäß schnell zu begeisterter Stimmung innerhalb einer Gruppe. Allerdings müssen die Teilnehmer mit einer erheblichen Lautstärke rechnen.

63



Emotionale Namen

ZIELE:

Stärkung der eigenen Ausdrucksfähigkeit durch Zuhilfenahme starker Emotionen; Namen kennenlernen

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig
Material: keines
Dauer: 5–10 min
Vorbereitungsaufwand: keiner

Ablauf:

Alle T bilden Teams zu zweit.

Schritt 1: (Keine Gruppe, die T innerhalb einer Gruppe bereits, kann direkt mit Schritt 2 begonnen werden.): L schaut eine A an und sagt dabei ihren eigenen Namen. Nun schaut A eine weitere T, B, an und sagt wiederum ihren eigenen Namen, und so fort. Ziel ist es, sich ein paar neue Namen zu merken.

Schritt 2: Diese Abwandlung funktioniert im Prinzip wie Schritt 1, jedoch wird statt des eigenen Namens immer der Name derjenigen T genannt, die man währenddessen ansieht.

Schritt 3: L nennt den T nun eine Emotion. Anschließend wird die Übung wie in Schritt 2 ausgeführt. Dabei werden alle Namen in der vorgegebenen Emotion gesprochen. Nach einiger Zeit gibt L eine neue Emotion vor, in welcher die Namen ab diesem Zeitpunkt ausgesprochen werden sollen.

Tipps und Anregungen:

1. Vor allem Schritt 1 und 2 sollten möglichst rasch gespielt werden.
2. Im Falle einer großen Gruppe ist es empfehlenswert, nach einiger Zeit den mit zwei Namen parallel zu spielen. L entscheidet den Zeitpunkt und nennt einen zweiten Namen.
3. Geeignete Emotionen sind beispielsweise fröhlich, wütend, glücklich, verliebt, stolz oder euphorisch.



Emotionale Sätze

ZIELE:

Training von stark emotionalem Sprechen
von Sätzen

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig – Gruppen zu 5–7 T
Material: Satz- und Emotions-Karten
Dauer: 10–15 min
Vorbereitungsaufwand: keiner

Ablauf:

Die T bilden Gruppen von 5–7 Personen, die jeweils einen Kreis bilden. Jede Gruppe erhält einige Satz- und einige Emotionskarten. Ein beliebiger T im Kreis, A, zieht nun jeweils eine Satz- und eine Emotionskarte. Jetzt liest A den Satz auf der Satzkarte in der Emotion auf der Emotionskarte laut vor. Die übrigen T in der Gruppe beobachten A dabei und versuchen anschließend, den gehörten Satz in dieser Weise wie A zu wiederholen. Erst nachdem der Satz von allen gesprochen wurde verrät A seine gezogene Emotion. Nun zieht der Nachbar von A im Kreis, B, je eine Satz- und Emotionskarte und der Ablauf wird wiederholt.

Tipps und Anregungen:

1. Die jeweils gezogenen Emotionen sollen möglichst stark, durchaus sogar übertrieben, gesprochen werden. Dabei ist es nicht wichtig, ob sie überhaupt zum Satzinhalt passen. Auch der Einsatz von Mimik und Gestik ist hilfreich. Zu Beginn können Sie dies den T exemplarisch an einem Satz vorzeigen.
2. Wenn die Emotionskarten können Sie entweder dem Brettspiel Quibble entnehmen oder auch selbst vorbereiten. Beispielsweise könnten Sie die T bitten, beliebige Sätze auf Zettel zu schreiben, und diese anschließend für die Übung heranziehen.
3. Die Übung lässt sich auch in Fremdsprachen gut durchführen.



Emotionsquadrat

ZIELE:

Ausdruck verschiedener Emotionen in einem Gespräch

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig – Partnerübung
Material: keines
Dauer: 10–15 min
Vorbereitungsaufwand: kein

Ablauf:

Der Raum wird entweder fiktiv oder mittels Klebestreifen in vier Quadrate oder Rechtecke geteilt. Anschließend wird jedem Quadrat eine Emotion zugeordnet. In Zweiergruppen führen A und B nun ein Gespräch zu einem von L vorgegebenen Thema und bewegen sich währenddessen nach eigenem Ermessen durch den Raum. Ihre Emotion soll je nach Quadrat des Raums, in welchem sie sich gerade befinden, geändert werden. Wechseln sie also in ein neues Quadrat, so verändert sich dementsprechend auch ihre Emotion.

Tipps und Anregungen:

1. Die vier Emotionen sollten möglichst unterschiedlich sein.
2. A und B können im Laufe des Gesprächs auch in verschiedenen Emotionsquadraten stehen. Dementsprechend agieren sie auch im Dialog in unterschiedlichen Emotionen.
3. Echte Emotions-Chamäleons können zusätzlich versuchen, die Emotion der eigenen Position im Quadrat anzupassen. Angenommen A steht zwar im Quadrat „Freude“, befindet sich aber nahe der Grenze zum Quadrat „Wut“, so kann man der Sprechweise bereits einen leicht aggressiven Ausdruck verleihen.

Variante:

Statt eines Gesprächs kann auch ein Text in der jeweiligen Emotion gelesen oder eine kurze Szene gespielt werden.



Lautloses Gespräch



ZIELE:

Vermittlung von Informationen über Körpersprache
Erkennen des starken Effekts von nonverbaler Kommunikation

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig – Partnerübung
Material: Gerät zum Abspielen von Musik
Dauer: 5–10 min
Vorbereitungsaufwand: keiner

Ablauf:

Je zwei Personen A und B, unterhalten sich miteinander. Hierbei wird jedoch „stumm gesprochen“: Wörter und Sätze werden nicht laut gesagt, sondern nur stumm artikuliert. Trotz dieser Schwierigkeit soll ein Gespräch mit abwechselnden Redebeiträgen stattfinden. Nach einiger

Zeit ruft L eine Emotion, in der das Gespräch ab diesem Zeitpunkt fortgeführt werden soll. Immer wieder gibt L durch Zwischenrufe neue Emotionen vor, an welche die T ihre Sprechweise anpassen sollen.

Tipps und Anregungen:

Das „stumme Sprechen“ erscheint zu Beginn meist etwas gewöhnungsbedürftig. Wichtig ist, den Mund währenddessen deutlich zu bewegen und intensiv zu artikulieren. Man muss nicht sein, einen konkreten Satz zu sagen, diesen quasi lautlos auszusprechen.

Varianten:

1. Für das Vorgeben immer neuer Emotionen eignet sich die Verwendung von unterschiedlicher Musik sehr gut. Während des Gesprächs werden verschiedene Musikstücke eingespielt. Die T sollen versuchen, sich in der jeweils zur Musik passenden Emotion zu unterhalten. Ideal geeignet ist hierfür Musik, die relativ klar identifizierbare Emotionen auslöst (Freude, Trauer, Liebe, Wut u. Ä.).
2. Statt in Form von Dialogen kann die Übung auch in beispielsweise einer Großgruppe durchgeführt werden. Ein geeignetes Setting dafür wäre z. B. „Coffee Party“.



Starbucks

ZIELE:

Vermittlung von Emotionen über Körpersprache; Wahrnehmung der körperlichen Signale anderer und die entsprechende Reaktion auf diese

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig – Bühnenformat
 Material: Musikanlage
 Dauer: 5–30 min
 Vorbereitungsanstrengung: keiner

Ablauf:

In der Mitte der Bühne stehen zwei bis drei Stühle, entsprechend viele T stehen am Bühnenrand. Alle anderen T bilden das Publikum. Dieses erhält folgende Information (auch die T auf der Bühne hören zu): „Ihr steht vor einem Starbucks und seht durch die großen Glasscheiben hinein. Ihr beobachtet, wie sich unterschiedliche Menschen treffen und sich miteinander unterhalten. Ihr könnt diese aber nicht verstehen, einerseits wegen der Scheiben, andererseits weil ihr gerade Musik hört.“ Die T auf der Bühne spielen anschließend eine kurze Szene in diesem Starbucks, dabei sie „stumme sprechen“ (siehe Übung „Lautloses Gespräch“). Während die Szene abspielt, spielt L Musik ab.

Tipps und Anregungen:

1. Diese Übung ist ganz wichtig der Einsatz von Körpersprache in zwischenmenschlicher Kommunikation. Ein sehr unterhaltsames Format für alle Beteiligten, vorausgesetzt, sie werden Freude durchgeföhrt. Es empfiehlt sich daher, nur sich freiwillig meldende T als Spieler festzulegen und ihnen vorab folgende Tipps zu geben:
 - Du spielst eine fiktionale Person. Deine Rolle bist nicht du selbst.
 - Du kommst alleine in den Starbucks und kennst die anderen Besucherinnen und Besucher nicht.

- Es gibt eine Theke, von der du dir zuerst ein Getränk holst. (Der Standort dieser Theke wird vorab gezeigt, er sollte vor den Stühlen und in Blickrichtung des Publikums sein.)
 - Du hast kein Handy bei dir und bist neugierig, wer da sonst noch im Café ist. Tausche Blicke mit den anderen T aus. Spätestens nach einiger Zeit solltest du auch mit jemandem ins Gespräch kommen.
 - Vergiss nicht, den Mund zu bewegen, wenn du sprichst.
 - Orientiere dich bei der Wahl der Emotionen, die du einsetzen willst, an der Art der Musik.
2. Die Stühle sollten zum Teil direkt nebeneinandergestellt werden, um die Interaktion zwischen den T zu erleichtern. Im Idealfall gibt es sogar eine kleine Bühne, um die Interaktion zu fördern.
 3. Bei mehreren Spielern ist es günstig, sie nicht alle gleichzeitig auf die Bühne kommen zu lassen. Entweder die T bestimmen selbstständig, wann sie die Bühne betreten wollen, oder Sie winken sie herein.
 4. Positive Interaktionen zwischen den Spielern sind vorzuziehen, da sie eher zum Entstehen einer gelungenen Szene, die man als Zuschauer gerne miterlebt, beitragen. Um solche Interaktionen zu erzielen, können Sie entweder explizit auf deren Wirkung hinweisen oder gezielt Musik verwenden, die positive Emotionen auslöst und hervorruft.
 5. Als Vorübung für dieses Format empfiehlt sich die Übung „Lautloses Gespräch“.

Variante:

Es wird wie im Ablauf beschrieben eine kurze Szene zu einer inhaltlichen Vorgabe stumm gespielt (z. B. „Man sieht zwei Häftlinge in einem Gefängnis.“). Danach wird die Szene von freiwilligen T wiederholt, wobei diesmal durchaus Text verwendet wird. Die T versuchen mit ihrer Darstellung zu interpretieren, worum es in der Szene gegangen sein könnte, die sie zuvor gesehen haben.

Alternativ kann auch nur die stumme Variante der Szene gespielt werden. Die zuschauenden T schreiben anschließend einen passenden Dialog zum Geschehen und lesen diesen laut vor.

Man kann die inhaltliche Vorgabe auch ausschließlich den spielenden T sagen, ohne dass die T aus dem Publikum sie verstehen. Ihre Aufgabe ist es dann, nach der Darstellung zu überlegen, was sie in der gegebenen Szene beobachtet haben könnten.





Oooh jaaa!

ZIELE:

Erzeugen von gemeinsamen, positiven Emotionen in einer Gruppe; ein wichtiges Grundprinzip des Storytellings erkennen und üben

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig

Material: keines

Dauer: 5–15 min

Vorbereitungsaufwand: kein

Ablauf:

Alle T bilden gemeinsam eine Gruppe und wenden den Blick L zu. L sagt nun etwas wie z. B.: „Ihr geht in einem dunklen Wald spazieren.“ Alle T antworten darauf gleichzeitig und mit viel Begeisterung „Oooh jaaa!“ und stellen anschließend das (von L) Gesagte pantomimisch dar. L tätigt daraufhin weitere Aussagen, worauf die T immer „Oooh jaaa!“ erwidern, bevor sie die Anweisung pantomimisch ausführen, z. B.: „Ihr findet eine Baustelle mit einem großen Loch im Stamm.“ – „Oooh jaaa!“ – „Ihr schaut in das Loch.“ – „Oooh jaaa!“ – „Ihr klettert in das Loch.“ – „Oooh jaaa!“ – „Ihr spürt etwas Weiches, das sich angründelt.“ – „Oooh jaaa!“ usw.

Tipps und Anregungen:

1. Es empfiehlt sich, die „Oooh jaaa!“-Rufe vorab gemeinsam zu üben, damit sie anschließend wirklich von allen T mit viel Emotion und Begeisterung gesprochen werden.
2. Als Sätze zur Vorgabe eignen sich vor allem solche, die eine Handlung implizieren, diese voranbringen und hervorgerufene Erwartungen erwecken. Nach ein paar Versuchen ist es aber oft auch möglich, ganz bewusst Vorgaben zu äußern, die keine Handlung vorantreiben oder im Gegenteil sogar Erwartungen zerstören bzw. dazu führen, dass falsche Erwartungen wieder korrigiert werden müssen, z. B.: „Ihr findet eine vergrabene Truhe.“ „Ihr grabt sie aus.“ „Ihr öffnet sie und sie ist leer.“ „Ihr grabt sie wieder ein.“ Die beiden letzten Aussagen werden mit viel schwächerem „Oooh jaaa!“ hervorrufen, da sie die unterbewusst aufgebauten Erwartungen nicht erfüllen (nämlich in der Kiste etwas Spannendes zu finden) bzw. die Hoffnung auf einen bestimmten Handlungsabgang wieder zerstören (die Kiste wird wieder eingegraben). Besprechen Sie anschließend mit den T die verschiedenen Reaktionen, die aufgeführt sind, und erklären Sie, warum gewisse Vorgaben „besser“ bzw. „schlechter“ funktionieren und wie man die Erkenntnisse daraus auf das eigene Erzählen von Geschichten anwenden kann.

Varianten:

1. Die einzelnen T dürfen sich jede Aussage darüber entscheiden, auch nicht „Oooh jaaa!“ zu sagen und sich gegenseitig nicht zu verlassen und den anderen als Außenstehende zuzusehen. Dies sollte jedoch nur dann ergreifen, wenn sie eine Vorgabe in keiner Weise unterstützen. Nach Abschluss der Übung wird besprochen, wann und warum T die Gruppe nach gelassenen Aussagen verlassen haben.
2. Ein oder mehrere T übernehmen Ls Rolle. Ihre Aufgabe ist es, Sätze vorzugeben, die möglichst wenig auf die Aufmerksamkeit der Gruppe zu verlassen. Auch nach Abschluss dieser Variante wird im Gespräch, aus welchem Grund T dennoch aus der Übung ausstiegen sind.



Schön streiten



ZIELE:

Intensives (und meist lustvolles) Er- und Ausleben der starken Emotion Wut, resultierend aus einem heftigen Streitgespräch;
Teamwork

TECHNISCHE HINWEISE:

Gruppengröße: beliebig Bühnenformat
Material: keines
Dauer: 10–15 min
Vorbereitungsaufwand: 10 min

Ablauf:

Zwei Freiwillige, A und B, spielen in einer kurzen improvisierten Szene einen Streit. Wer sie sind, wie sie heißen sowie der Grund, warum es zwischen ihnen zum Streit kommt, werden von L vorgegeben (z. B. WG-Mitbewohnerinnen und das Aufräumen der Wohnung).

Die Szene verläuft zunächst harmonisch, bis sie durch L in das Gespräch in Richtung des vorgegebenen Themas (Aufräumen) lenkt. Nun folgt ein improvisiertes Streitgespräch, das zwar klein beginnt, sich aber so lange hochschaukeln lässt, bis eine Steigerung kaum noch möglich ist. Sobald L das Gefühl hat, dass dieser Punkt erreicht ist, beendet sie die Szene. Anschließend bedanken sich die beiden Spielerinnen bei L und bei der T für den tollen gemeinsamen Streit.

Dieses abschließende Danksagen ist ein wichtiges Ritual, da die T auf diese Weise zeigen, dass die gespielte Szene lediglich ein gemeinsamer kreativer Prozess war und keine ernsthaften persönlichen Differenzen zwischen ihnen bestehen.

Tipps und Anregungen:

1. A und B sollten sich für diese Übung (Idealfall auch außerhalb des Spiel-Kontexts gut verstehen oder zumindest ohne Schwierigkeiten miteinander auskommen).
2. Da in der Szene fiktive Charaktere gespielt werden, ist es wichtig, andere Namen zu verwenden.
3. Der emotionale Bruch ist zu vermeiden, das Gespräch sehr harmonisch beginnt.
4. Wichtig ist es auch, den T zu verdeutlichen, dass es nicht Ziel der Übung ist, einen „guten“ Streit mit sinnvollen Argumenten zu führen. Ganz im Gegenteil darf man sich mit beliebigen Anschuldigungen und Aussagen, die einen gerade in den Sinn kommen.
5. Achten Sie darauf, dass sich nicht eine Partei zurückzieht, schmolzt und beleidigt spielt. Dieses Verhalten kann andere problematische Emotionen hervorrufen.
6. Für diese Übung empfiehlt sich eine abschließende Besprechung der Szene, in der die T offen darüber sprechen können, wie sie sich während der Übung gefühlt haben.
7. Speziell zu dieser Übung soll niemand gezwungen werden. Eine Empfehlung, sie zumindest auszuprobieren, ist sinnvoll, wer jedoch entschieden nicht mitmachen möchte, der muss nicht.

Kapitel 9 – Tipps zum Anleiten von Übungen

Die Vorstellung und die Beschreibung von zahlreichen praktischen Tübungen bilden einen wichtigen und zentralen Bestandteil dieses Buches. Der Erfolg und das Gelingen einer Übung ist häufig sehr eng und unmittelbar mit ihrer Anleitung verknüpft. Natürlich ist es hilfreich, wenn Sie eine Übung selbst bereits kennen und im besten Fall zuvor schon einige Male durchgeführt haben, doch das gekonnte Erklären und Anleiten ist auch in diesem Fall oft eine Herausforderung. In erster Linie gilt es, seinen eigenen Weg zu lernen aus eventuellen Misserfolgen zu lernen. Dennoch ist es möglich, gewissen Stolperfallen gezielt aus dem Weg zu gehen. Genau dafür finden Sie im Folgenden eine Reihe von Tipps, die bei der Anleitung und Durchführung von Übungen und Spielen und dem erfolgreichen Ausschiffen von Stolperfallen hilfreich sein können.

a) Machen Sie, wenn möglich, bei den Übungen selbst mit. Die beste Motivation für die T ist die Freude und Energie von L, also Ihre Energie.

Bei Übungen in einer Gruppe ist entscheidend, dass auch Sie enthusiastisch und begeistert mitmacht. Vor allem schwierige Übungen funktionieren umso besser, je mehr Freude und Begeisterung Sie den T präsentieren können. Sie sollten jedoch stets authentisch! (Wie man das am besten trainieren kann, lesen Sie in Kapitel 3.)

b) Erklären Sie Übungen eher kurz und prägnant. Sie diese, falls es möglich ist, auch unmittelbar vor. Bei komplexeren Spielen hilft oft ein schrittweiser Aufbau.

Es gilt ein gutes Mittelmaß zu finden: Übungen und Spiele auf der einen Seite ausreichend klar und verständlich und auf der anderen Seite kurz und prägnant zu erklären. Vor allem bei Partnerübungen empfiehlt es sich, die Übung gemeinsam mit einer anderen Person kurz vorzuzeigen. Bei komplexeren Übungen kann es hilfreich sein, einzelne Schritte isoliert zu probieren und sie erst später in der Abfolge durchzuführen (z. B. zuerst nur das Klatschen eines Rhythmus, dann nur das Sprechen, erst dann beides gemeinsam). In den meisten Übungsbeschreibungen wurde dieser schrittweise Aufbau entweder in der Beschreibung oder bei den „Tipps und Anregungen“ bereits berücksichtigt.

c) Viele der vorgestellten Übungen und Spiele sollten möglichst rasch gespielt werden. Weisen Sie die T darauf hin, wenn sie zögern oder nachdenken. Oft fällt es ihnen selbst nicht auf.

Ein hohes Spieltempo erhöht die Reaktionsfähigkeit und die Entscheidungsfreude. Außerdem passieren beim schnellen Spielen leichter Fehler – dadurch werden viele Übungen meist noch lustiger. Sie erkennen ein Zögern häufig durch akustische Signale und Füllwörter wie „ähm“, durch Zuckungen des Körpers oder es wird durch Wegschauen bzw. den Abbruch von Blickkontakten merkbar.

d) Lassen Sie Fehler passieren, streichen Sie diese vielmehr sogar lobend heraus.

Die Züge von Übungen Fehler passieren, ist nicht nur völlig normal, sondern oft sogar erwünscht. Die Stimmung innerhalb einer Gruppe entspannt sich automatisch, wenn Sie immer wieder darauf hinweisen und Fehler manchmal sogar begrüßen und honorieren. Damit steigern Sie die Risikobereitschaft der T, die bei zahlreichen Übungen auch den Trainingseffekt steigert. Genauere Ausführungen zur Wichtigkeit von Fehlern finden Sie in Kapitel 1.

e) **Seien Sie streng bei der Entscheidung, wen Sie hinauswerfen, wenn ein Spiel mit der Option des Ausscheidens gespielt wird. Vor allem beim Zögern der T sollten Sie keine Ausnahmen machen.**

Entscheiden Sie möglichst rasch und konsequent: Im Zweifelsfall muss ein T das Spiel verlassen. Diese Strenge steht keineswegs im Widerspruch dazu, Fehler zuzulassen. Nicht das Gewinnen des Spieles sollte im Vordergrund stehen, sondern der Spaß und der Lerneffekt. Diese Gewichtung sollte sich auch darin bemerkbar machen, wie Sie über den Auswurf von T entscheiden: Spielen Sie ruhig die strenge Leitungsperson, nehmen Sie sich dabei gleichzeitig auch nicht zu ernst. Auf diese Weise können Sie das Spiel auch weiterstreifen, sodass mehr Runden gespielt werden können.

Passiert es, dass A auf einen Fehler von B aufmerksam macht, schließen Sie A und nicht B vom Spiel aus – nur Sie sollten Fehler sanktionieren! Gleiches gilt es gut, wenn die T untereinander Fehler und Zögern erkennen, so wird die eigene Souveränität trainiert – das können Sie auch durchaus anmerken, während Sie A hinauswerfen.

Für den Fall, dass Ihnen selbst ein Fehler unterläuft, so weisen Sie sich entweder selbst vom Spiel aus (seien Sie hier mit sich selbst gleich streng wie mit den T) oder aber Sie erklären, dass Sie als Leitungsperson weder ausscheiden noch gewinnen.

f) **Etwas schräge oder schwierige Übungen oder auch Übungen, die zum ersten Mal durchgeführt werden, können Sie bereits vorab als eigenartig, konventionell oder neu ankündigen.**

Gewisse Spiele locken bestimmt einige T aus ihrer Komfortzone und erscheinen demnach auf den ersten Blick sehr schwierig. In solchen Fällen können Sie helfen, vorher explizit dazuzusagen, dass die folgende Übung „äußerst eigenartig“ bzw. „vermutlich zu schwierig für euch“ ist. Durch diese Botschaften steigern Sie die Bereitschaft bzw. die Motivation der T, die entsprechende Übung dennoch zu probieren.

Auch wenn Sie selbst eine Übung zum ersten Mal durchführen, werden Fehler oder sogar gänzlichliches Scheitern meist anstandslos akzeptiert, sobald Sie die T darüber informieren.

g) **Erklären Sie bereits vorab, welche Skills die folgende Übung trainiert. So können Sie die Bereitschaft vor allem unmotivierter T zu steigern.**

Gerade bei älteren Jugendlichen und auch Erwachsenen findet man sich oft mit der mangelnden Grundbereitschaft konfrontiert, die auf Übungen einzulassen. In solchen Fällen ist es meist hilfreich, genau darzulegen, zu welchem Zweck eine Übung durchgeführt wird bzw. welche Fähigkeiten sie trainiert. Möchte ich beispielsweise in einer Klasse der achten Schulstufe, die ich noch nicht kenne, meine Übungen durchführen, beginne ich in etwa so:

„Alle, die sich für die Zukunft einen gut bezahlten Job wünschen, heben jetzt bitte die Hand.“ In den meisten Fällen heben daraufhin alle die Hand.

„Was ist euer Meinung notwendig, um dieses Ziel zu erreichen?“ Häufige Antworten darauf sind „geschlossene Schulausbildung“, „Studium“, „gute Sprachkenntnisse“ oder Ähnliches. Ich weiß, Absolut richtig, all diese Punkte sind wichtig. Irgendwann habt ihr jedoch ein Vorstellungsgespräch für einen Job, auf den sich außer euch noch 100 weitere Personen bewerben haben, die alle in etwa dieselben Qualifikationen haben wie ihr. In diesem Fall kommt es nicht mehr auf die Punkte an, wie gut ihr euch präsentieren könnt. Oft werden nämlich diejenigen eingeladen, die mit einem bleibenden Eindruck überzeugen können. Alle Übungen, die wir in dieser Einheit machen werden, trainieren genau diese Fähigkeit.“

Nach jener Einleitung sind selbst pubertierende Jugendliche, die sich normalerweise für viel zu cool für irgendwelche Spiele halten, bereit, gewisse Übungen zumindest auszuprobieren. Und tatsächlich wird die erwähnte Fähigkeit, sich selbst souverän zu präsentieren,

gewissermaßen bei jedem Spiel trainiert – sei es in Form von Durchhaltevermögen, der Kompetenz, in ungewohnten Situationen entspannt zu bleiben oder in stressigen Situationen die Ruhe zu bewahren (= Stressresilienz), der Fähigkeit, flexibel und spontan zu agieren, Augenkontakt halten zu können etc. (Genauere Ausführungen finden Sie in Kapitel 6.)

h) Die Verwendung einer Trillerpfeife sorgt für Aufmerksamkeit und schont die Stimme.

Führt man in Kleingruppen eine Übung durch, bei der es auch etwas hektischer werden kann, ist es oft schwierig, rasch wieder Ruhe einkehren zu lassen. Sie können sich auch einen Gong oder auch eine Trillerpfeife zur Hilfe nehmen. Während das Geräusch eines Gongs auf eine angenehme Weise die notwendige Aufmerksamkeit erzeugt, lässt eine Trillerpfeife etwas einfacher, da Sie diese problemlos einstecken können.

i) Sollte die Umgebung nicht zulassen, bei Übungen auch etwas hektischer zu werden, können viele von ihnen auch in einem lauten Flüstern durchgeführt werden.

Das dynamische Freisetzen von Energie und Emotionen ist in vielen Übungen prinzipiell erwünscht (eine ausführlichere Erklärung finden Sie in Kapitel 4 und 5). Manchmal kann es dabei aber durchaus laut werden, wovon sich andere nicht wohlfühlen können. Um das zu vermeiden, können gewisse Spiele auch im „Lautes Flüstern-Modus“ gespielt werden. Geben Sie den T dafür zunächst die Aufgabe, sich gegenseitig etwas zuzuflüstern (z. B. einen Zungenbrecher). Anschließend sollen sie versuchen, sich gegenseitig zu flüstern, dass es alle im Raum trotzdem gut hören können. Damit das klappt, müssen die T zwangsläufig sehr deutlich artikulieren. Das „laute“ Flüstern stellt gleichzeitig ein gutes Rhetorik-Training dar. Danach können Sie die entsprechende Übung leiten und sie im geübten „Flüster-Modus“ durchführen lassen. Allerdings ist diese Variante auf Dauer recht anstrengend für die Stimme und eventuell weniger spaßig und abwechslungsreich.

j) Das schnelle Finden eines neuen Partners gelingt am besten mittels Durchzählen oder eines Countdowns. Bei einer ungeraden Anzahl T spielen Sie, wenn möglich, selbst mit.

Vor allem Kinder und Jugendliche wählen bei Partner- und Gruppenübungen meist immer wieder dieselben Personen. Um unterschiedlichen Konstellationen zu vermeiden, empfehle ich folgendes Vorgehen: Alle T bilden einen Kreis, wenn dividiert die Anzahl der T (z. B. 20) durch die Anzahl der gewünschten Gruppengröße (z. B. 4). Nun werden im Kreis die Zahlen von 1 bis zu eben dieser Zahl (0 bis 3) in der Reihe durcheinandergezählt (1, 2, 3, 4, 5, 1, 2, 3, ...). Anschließend bilden alle T, die bei 1 an der Reihe waren, eine Gruppe, alle, die bei 2 an der Reihe waren, und so fort.

Erfordert eine Übung einen mehrmaligen Partnerwechsel, hat sich folgender Countdown bewährt: Sucht euch die neue Partnerin oder einen neuen Partner auf fünf, vier, drei, zwei, eins. In der ersten Sekunde der Zeitnot wird bei dieser Anweisung in erster Linie eine Person gewählt, die gerade in der Nähe steht.

Eine weitere Methode, die ich gerne heranziehe, um zufällige Gruppen zu bilden, ist folgendes: Nehmen Sie aus einem Kartenspiel jeweils so viele gleiche Karten heraus, wie die Gruppe groß sein soll. Bei einer Gruppengröße von drei z. B. jeweils drei Asse, drei 7er, drei 10er. Die Karten werden gemischt und an die T verteilt. Anschließend bilden alle Asse eine Gruppe, alle 7er eine Gruppe und so fort. Erfahrungsgemäß akzeptieren die T diese Art der Gruppeneinteilung, da sie zufällig erfolgt. Auch die Aktivität, die mit dem Austeilen der Karten und dem Zusammenfinden in den Gruppen einhergeht, trägt dazu bei, dass sie die Einteilung meist anstandslos annehmen.

k) Im Fall von sehr großen Gruppen können gewisse Übungen innerhalb desselben Kreises mehrfach parallel gespielt werden. Alternativ können Sie die Gruppe auch zwei Kreise bilden lassen.

In großen Gruppen besteht die Gefahr, dass einzelne T nur sehr selten an die Reihe kommen. Das kann ihre Freude an den Übungen und Spielen deutlich reduzieren. Auch wenn sich dieses Problem nicht in jedem Fall vermeiden lässt, verhelfen folgende Adaptionen zu einem befriedigenden Ergebnis:

- Sobald alle T verstanden haben, wie das Spiel funktioniert, weisen Sie dazu parallel innerhalb derselben Gruppe doppelt oder auch dreifach zu spielen. Das Spiel „Assoziations-Kette“ (s. Kap. 7 → S. 156) könnte es wie folgt ablaufen: Alle bilden einen Kreis. L blickt zu A und nennt ein Wort (z. B. Apfel), A blickt daraufhin zu B und assoziiert ein Wort auf „Apfel“ (z. B. Wurm), daraufhin wendet sich B an C und assoziiert wiederum auf „Wurm“ (z. B. Schlange) usw. Sobald die Übung von allen verstanden ist, können Sie nun eine weitere, parallele Assoziationskette starten, indem Sie ein neues Wort an einen anderen T weitergeben.
- Eine alternative Adaption besteht darin, eine Übung, sobald ihr Ablauf in der großen Gruppe funktioniert, in zwei separaten Kreisen durchzuführen. Das kann so vorgegangen werden, dass ein T, nachdem er einen Fehler macht oder zögert, den Kreis nebenan wechselt. Die Größe der beiden Kreise variiert demnach. Bei den meisten Übungen stört dieser Umstand aber nicht.

l) Ein Personenkreis kann auch um Tische herum gebildet werden.

Das Verstellen von Tischen für ausreichend Platz zu schaffen ist mühsam oder bei fix montierten Tischen gar unmöglich. Für die Durchführung vieler Übungen ist es aber problemlos möglich, einen Kreis um die Tische herum zu bilden.



Glossar 2

Gesamtübersicht der Übungen

Im Folgenden finden Sie eine Übersicht aller im Buch vorgestellten Übungen.

In der Spalte „Fachunterricht“ erfahren Sie, ob eine Übung speziell für ein Fach besonders geeignet ist und wenn ja, für welches.

Der Begriff „Persönlichkeitsentwicklung“, den Sie in der Spalte „Schlagworte“ oft finden, kennzeichnet Übungen, die einen großen Beitrag zu meiner persönlichen Entwicklung als Lehrer geleistet haben und aus diesem Grund auch für Sie hilfreich sein können.

Steht bei Platzbedarf „Kreis“ in Klammern, ist es zwar ratsam einen zu bilden, jedoch nicht unbedingt notwendig.

Steht bei „Fachunterricht“ außer „Alle Fächer“ zusätzlich „Chemie“, finden Sie zusätzliches Material in der **HELBLING Media App**, das Sie für Ihren Chemie-Unterricht heranziehen können. Natürlich können Sie meine Vorlagen so adaptieren, dass sie für Ihre Zwecke passen.

Übungsname	Schlagworte	Zeitaufwand (min)	Fachunterricht (besonders geeignet für)	Platzbedarf	Seite
„Ja und“-Geschichte	Teamwork, Storytelling	10–15	Deutsch	---	165
10-Minuten-Choreo	Lustvolles Scheitern, Persönlichkeitsentwicklung	30	Musik	Bühnenformat	146
1, 2, 3, 4-Ersatz	Lustvolles Scheitern	5	---	---	20
1-2-3-Zählproblem	Lustvolles Scheitern	5–10	---	---	16
1-Wort-auf-einmal-Variationen	Vortragstechnik	10–15	Deutsch, Fremdsprachen	---	124
1-Wort-auf-einmal-Sätze	Vortragstechnik, Teamwork, Gewaltprävention	5–10	Deutsch, Fremdsprachen	---	94
21er-Spiel	Teamwork, Achtsamkeit	5–10	---	(Kreis)	144
Abholen	Teamwork, Achtsamkeit, Namensspiel	5–10	Alle Fächer (Variation 2)	Kreis	158
a-o-i	Teamwork, Achtsamkeit	5	---	Kreis	153
Assoziations-Kette	Teamwork	5–10	---	(Kreis)	156
Außerirdischer Zuhörer	Vortragstechnik	15–30	Alle Fächer	---	119
Ballerina-Zählen	Lustvolles Scheitern	5	---	Kreis	25

Übungsname	Schlagworte	Zeit- aufwand (min)	Fachunterricht (besonders geeignet für)	Platzbedarf	Seite
Bewegungs-Fokus	Teamwork, Achtsamkeit	5–10	Sport	Großer Kreis	146
Blindes Flaschenspiel	Teamwork, Emotionen, Gewaltprävention	10	Sport	Leerer Raum	102
Blindes Vertrauen	Achtsamkeit	10–15	Sport	Leerer Raum	166
Bob the weasel	Teamwork	5–10	---	Kreis	157
Busstations-Szenen	Teamwork, Körpersprache, Beobachtung	15–30	Psychologie (Tipp 1)	Bühnenformat	168
Charaktere erfinden	Teamwork, Storytelling	5–15	Deutsch, Fremdsprachen	---	93
Cliffhanger	Unterrichtstechnik	---	Alle Fächer	---	180
Cowboy, Priester, Vampir	Teamwork	5–10	Sport	Leerer Raum	142
Das ist ein ...	Lustvolles Scheitern	5–10	Alle Fächer	Kreis	21
Daumen – Hu!	Lustvolles Scheitern	5	---	---	22
Delphin-Training	Persönlichkeitsentwicklung, Vortragstechnik	5–30	---	---	27
Der Hase am Funkgerät	Lustvolles Scheitern, Vortragstechnik	5	---	Kreis	18
Das Fuchs-Eichhörnchen-Paradoxon	Teamwork	5–10	---	Kreis	160
Dialog-Ergänzung	Vortragstechnik	10–30	Deutsch	---	131
Die Punkte-Jagd	Unterrichtsmethode	4–20 Std.	Alle Fächer, Chemie	---	193
Drei sind zwei zu viel!	Lustvolles Scheitern, Teamwork	5–10	---	---	29
Duell der schnellen Hände	Gewaltprävention	5	---	---	99
Eigenen Status erraten	Persönlichkeitsentwicklung	10	---	Bewegung durch den Raum	83
Elefant, Palme, Affe	Lustvolles Scheitern	5	---	Kreis	34
Emotionale Namen	Emotionen, Namensspiel	5–10	---	(Kreis)	63
Emotionale Sätze	Emotionen, Körpersprache	10-15	Fremdsprachen (Tipp 3)	---	64
Emotionsquadrat	Emotionen, Vortragstechnik	10–15	Deutsch, Fremdsprachen	Bewegung durch den Raum	66

Übungsname	Schlagworte	Zeit- aufwand (min)	Fachunterricht (besonders geeignet für)	Platzbedarf	Seite
Epischer Themenein- stieg	Unterrichtsmethode, Emotionen	2–3	Alle Fächer	---	60
Euphorischer Vortrag	Unterrichtsmethode, Emotionen	---	Alle Fächer	---	178
Finger-Koordination	Lustvolles Scheitern	3–5	----	---	20
Fliegender Stab	Teamwork, Acht- samkeit	5	---	---	167
Fremde-Hände- Experte	Vortragstechnik	10–20	---	Bühnenformat	128
Führungswechsel	Achtsamkeit, Team- work	5–10	Sport	Bewegung durch den Raum	155
Gegenstandsspiel	Teamwork, Story- telling	5–10	Deutsch	(Kreis)	163
Gemeinsam klatschen	Teamwork, Acht- samkeit	5	---	(Kreis)	152
Gemeinsam zählen	Teamwork, Acht- samkeit	5–10	---	---	145
Geometrische Improvisation	Persönlichkeitsent- wicklung	20–30	Musik	Bühnenformat	149
Geschenke	Emotionen, Körper- sprache, Persönlich- keitsentwicklung	5–10	---	---	59
Geschenke-Vortrag	Vortragstechnik	15	Alle Fächer	---	120
Hände-Koordination	Lustvolles Scheitern	3–5	---	----	19
Hand-hoch-Spiel	Lustvolles Scheitern, Vortragstechnik	5	Deutsch	Bühnenformat	47
Handlung interes- santer machen	Persönlichkeitsent- wicklung	5	---	Bühnenformat	49
Heiliger Gral	Emotionen, Team- work	5	---	Kreis	60
Iceman-Walk	Körperhaltung, Achtsamkeit	5–10	---	Leerer Raum	148
Ich brauche unbe- dingt ...	Teamwork, Vortrags- technik	5	---	(Kreis)	61
Im Dunkeln ist gut ...	Unterrichtsmethode	5–10	Alle Fächer	---	186
Info-Transfer	Unterrichtsmethode	50	Alle Fächer, Chemie	---	195
Ja, Hangar!	Lustvolles Scheitern	5	---	Kreis	121
Ja, ja, ja-Erzählung	Teamwork, Emo- tionen	5	Deutsch, Fremd- sprachen	---	65

Übungsname	Schlagworte	Zeit- aufwand (min)	Fachunterricht (besonders geeignet für)	Platzbedarf	Seite
Laotse-Sprüche	Vortragstechnik	10–15	Deutsch, Fremd- sprachen	---	125
Lautloses Gespräch	Emotionen, Körper- sprache	5–10	---	---	66
Lesen mit Charakter	Unterrichtsmethode, Vortragstechnik	10–15	Deutsch, Fremd- sprachen	---	196
Level-Rallye	Unterrichtsmethode	2–4 Std.	Alle Fächer, Chemie	---	183
Mafioso	Lustvolles Scheitern, Gewaltprävention, Namensspiel	5	---	Kreis	100
Mein größter Fan	Emotionen	5	---	---	63
Menimen	Lustvolles Scheitern	5–10	Musik	---	36
Mimikring	Achtsamkeit	5	---	(Kreis)	161
Mörder und Polizist	Lustvolles Scheitern, Gewaltprävention	5–10	Sport	Leerer Raum	98
Mrs Hit	Lustvolles Scheitern, Namensspiel	5	---	(Kreis)	24
Musikalische Bewe- gungsvariationen	Zusammenarbeit, Bewegung zu Musik	5–10	Musik, Sport	Leerer Raum	148
Nachrichtenspre- cherin	Vortragstechnik	15	Deutsch	---	127
Namen weitergeben	Lustvolles Scheitern, Namensspiel	5	---	Bewegung durch den Raum	23
Namensklatschen	Lustvolles Scheitern, Namensspiel	5	---	Kreis	34
Namenstausch	Lustvolles Scheitern, Gewaltprävention, Namensspiel	5	Sport	Kreis	97
Namensvampir	Lustvolles Scheitern, Gewaltprävention, Namensspiel	5	---	Kreis	96
Namensverwirrung	Lustvolles Scheitern, Namensspiel	5	---	(Kreis)	23
Nein-/Ja, aber-/Ja und-Planung	Persönlichkeitsent- wicklung	10	---	---	48
Netze	Teamwork, Achtsam- keit, Persönlichkeits- entwicklung	5–15	Alle Fächer (Variante 3)	(Kreis)	151
Nonverbale Team- Bewerbung	Unterrichtsmethode	20–30	Alle Fächer, Chemie	---	184

Übungsname	Schlagworte	Zeit- aufwand (min)	Fachunterricht (besonders geeignet für)	Platzbedarf	Seite
Obstsalat	Emotionen, Kennen- lernen	5–15	---	Stuhlkreis	62
Oooh jaaa!	Emotionen, Story- telling	5–15	Deutsch	Halbleerer Raum	69
Pantomimische Post	Lustvolles Scheitern, Beobachtung	10–30	Psychologie	Bühnenformat	162
Paradoxer Zahlen- vortrag	Vortragstechnik	30–50	Alle Fächer	---	117
Paralleles Assoziieren	Lustvolles Scheitern, Teamwork	5–10	---	---	30
Partnergang	Achtsamkeit, Team- work	5–10	---	Leerer Raum	154
Peng!	Lustvolles Scheitern, Namenspiel, Gewaltprävention	5	Sport	Leerer Raum	100
Platz erwischen	Teamwork	5–10	Sport (Tipp 5)	Halbleerer Raum	159
PowerPoint-Karaoke	Vortragstechnik	10–60	Alle Fächer	---	126
Präsens-Sprache und Geschichten	Unterrichtstechnik	---	Alle Fächer	---	180
Quizspiele	Unterrichtsmethode	Bis zu 60	Alle Fächer	---	190
Reklamations-Spiel	Teamwork, aktives Zuhören	10–20	---	Bühnenformat	170
Rhetorische Tech- niken und Positions- änderungen	Unterrichtstechnik	---	Alle Fächer	---	178
Rollenwechsel	Unterrichtstechnik	1–3 Std.	Alle Fächer	---	185
Samurai	Lustvolles Scheitern, Vortragstechnik	5–10	---	Kreis	101
Schön streiten	Emotionen, Team- work, Gewaltprä- vention,	5–15	Psychologie	---	70
Seilziehen ohne Seil	Teamwork	5–10	Sport	Teilweise leerer Raum	143
Sieben Dinge!	Vortragstechnik	5	---	(Kreis)	121
Sip Sep Sboing	Lustvolles Scheitern	5	---	Kreis	26
Slap Shot (Hui Buh)	Lustvolles Scheitern	5	----	Kreis	26
Spiegeln	Teamwork, Acht- samkeit	5–10	Psychologie (Tipp 3)	---	160
Spiele mit Lerneffekt	Unterrichtsmethode	10–60	Alle Fächer, Chemie	---	186

Übungsname	Schlagworte	Zeit- aufwand (min)	Fachunterricht (besonders geeignet für)	Platzbedarf	Seite
Spoon River	Unterrichtsmethode, Storytelling	20–50	Deutsch, Fremd- sprachen	Bühnenformat	197
Sprungverwirrung	Lustvolles Scheitern	5	Sport	Springen erforder- lich	29
Starbucks	Emotionen, Körper- sprache	5–30	Psychologie, Sprachen (Variante)	Bühnenformat	67
Status im Vorbei- gehen	Persönlichkeitsent- wicklung	5	---	Aneinander vorbeigehen erforderlich	80
Status zuordnen	Persönlichkeitsent- wicklung	10–15	---	Bühnenformat	82
Statusausstattung	Persönlichkeitsent- wicklung	5	---	---	79
Status-Rate-Szenen	Persönlichkeitsent- wicklung	5–50	Fremdsprachen (Tipp 5)	Bühnenformat	84
Statusveränderung	Unterrichtstechnik	---	Alle Fächer	---	179
Status-Wettkampf	Persönlichkeitsent- wicklung	5–10	---	---	81
Stille-Post-Wettkampf	Unterrichtstechnik	5–20	Alle Fächer	---	182
Tonleiter-Heraus- forderung	Lustvolles Scheitern	5	Musik	---	31
Versetztes Kopieren	Lustvolles Scheitern, Teamwork	5–10	---	---	32
Vorstellen und Party mit Status	Persönlichkeitsent- wicklung	5–10	---	---	80
Wer wagt, gewinnt?!	Unterrichtsmethode	beliebig	Alle Fächer	---	17
Whiskeymixer	Lustvolles Scheitern	5	---	Kreis	33
Wir sind das Ding!	Teamwork	5	---	Drittel eines Raumes	164
Wörter einbauen	Vortragstechnik	10–15	Alle Fächer (Tipp 2)	---	129
Zeitlupenschlägerei	Teamwork, Gewalt- prävention	15–20	Sport	Bewegung durch den Raum	95
Zetteldiskussion	Vortragstechnik	10–30	Alle Fächer (Tipp 6)	Bühnenformat	130
Zungenbrecher- Rallye	Lustvolles Scheitern, Rhetoriktraining	5–10	---	---	123

Epilog

Der Weltraum, unendliche Weiten.

Wir schreiben das Jahr 2024.⁴

Ich befinde mich auf dem Planeten Erde, im Herzen Europas, in einem großen Zimmer. Vor mir sitzen 25 Jugendliche. Ich versuche, ihnen den Ablauf von chemischen Reaktionen näherzubringen. Die Worte, die ich sage, verlassen meinen Mund, die akustischen Wellen werden durch den Raum getragen. Sie scheinen, den aufmerksamen Gesichtern der Zuhörerinnen und Zuhörer zufolge, diese nicht nur zu erreichen, sondern sie auch zu interessieren, ja sogar zu faszinieren.

Nicht alle von ihnen. Nicht die ganze Zeit über. Aber immer mehr und immer öfter.

Ich, ein Fuchs ohne Funkgerät – einfach nur ich.

In diesem Moment weiß ich, dass meine Suche erfolgreich war – und dass sie noch lange nicht zu Ende ist.

Ich freue mich auf das, was noch vor mir liegt.

⁴ Vgl. Roddenberry: Star Trek. The Original Series. 1966–1969, zu Beginn der einzelnen Folgen.