

GRUPPENSTUNDENIDEE ZUM THEMA „GUTE UND SCHLECHTE GEWOHNHEITEN“

ALTERSGRUPPE: ab 16 Jahre

ZIEL: Die Teilnehmer*innen reflektieren ihre eigenen guten und schlechten Gewohnheiten und ihre Wirkung auf Andere

ANZAHL DER BETREUER*INNEN: mind. 2 (je nach Gruppengröße)

MATERIAL: Plakat/Flipchart, Schreibmaterial (genügend Stifte und Papier für Jeden), Alkoholfreier Sekt, Sektgläser, Deko (Tischdecken, Servietten, Girlanden, Luftballons, . . .), Briefumschläge

ABLAUF (CA. 90 MINUTEN):

EINSTIEG: Spiel „Back Up“

Ziel des Einstiegs: Niederschwellige Einstimmung und aufeinander achten müssen

Zeit: 20 Minuten (je nach Gruppengröße)

In der Gruppe wird ein*e Back-Up-Master*in ausgewählt. Der*Die Back-up-Master*in sagt laut einen Buchstaben. Das Team muss nun gemeinsam ein Wort rufen, das mit diesem Buchstaben anfängt. Aber es ist nicht so einfach! Hat jemand ein Wort mit gleichem Anfangsbuchstaben gefunden, darf er*sie es nicht aussprechen, sondern muss versuchen, die anderen darauf zu bringen, indem er*sie Hinweise gibt, Geräusche macht oder Assoziationen bildet. Wichtig ist, dass die*der Back-up-Master*in das mitbekommt, denn er*sie darf mit raten.

Wenn der*die Back-up-Master*in das Wort vor der Gruppe errät, ist es annulliert und die Runde beginnt von Neuem. Nach jeder gewonnenen Runde, kann ein*e neue*r Back-up-Master*in gewählt werden.



HAUPTTEIL: Meine Gewohnheiten

Ziel des Hauptteils: Bewusstes Klarwerden von eigenen Gewohnheiten

Zeit: 25 Minuten

Die Jugendlichen und ihre Leiter*innen sammeln gemeinsam auf einem Plakat, welche Gewohnheiten Menschen haben können. Was macht man oft und aus Gewohnheit (z.B. Morgens Kaffee trinken, Zähneputzen, die beste Freundin anrufen, Geburtstagskarten schreiben), welche schlechten Gewohnheiten gibt es (z.B. nicht richtig zuhören, Hausaufgaben vor sich herschieben, Notlügen,..) und welche Gewohnheiten hätte man gerne (z.B. regelmäßig das Zimmer aufräumen, Vokabeln lernen, öfter Sport machen,..).

Anschließend zieht jeder Jugendliche einen Namen von einem anderen Gruppenmitglied und erhält 15 min Zeit um für sich zu überlegen, was diese Person in 10 Jahren macht. Fragen dazu können sein:

- Wo wohnt diese Person in 10 Jahren?
- Welchen Beruf hat sie?
- Was ist ihr wichtig?
- Welche Hobbys hat sie
- Welche Gewohnheiten hat sie?

Die Überlegungen sollten schriftlich festgehalten werden.

ABSCHLUSS: Klassentreffen und Abschlussgespräch

Ziel des Abschlusses: Reflektion, Wahrnehmen und Entwicklung der eigenen Rolle

Zeit: 45 Minuten



(Bild: cc Omola, www.flickr.de)

Teilnehmer*innen verteilt.

Während sich die Teilnehmer*innen auf ihre Rollen vorbereiten, wird ein fiktives Klassentreffen vorbereitet: Dazu kann z.B. der Raum dekoriert werden (Spruchbänder mit „Willkommen zum Klassentreffen“, Servietten, Tischdecken, Kerzen, Luftballons,..) und ein kleiner (alkoholfreier) Sektempfang vorbereitet werden. Die Teilnehmer*innen werden eingeladen innerhalb von 20 min ein fiktives Klassentreffen in 10 Jahren nachzuspielen und dabei die Person darzustellen, deren Zettel sie gezogen haben. Auf dem Klassentreffen sollen sie versuchen möglichst viel über die anwesenden Personen rauszufinden.

Anschließend trifft sich die Gruppe im Kreis und es darf geraten werden, wer, welchen Charakter dargestellt hat und die Rollen werden vorgestellt. Warum wurde der Charakter so dargestellt? Wie war die Übung für die Teilnehmer*innen? Welche Gewohnheiten sind uns aufgefallen? Wichtig ist, dass die Reflektion wertschätzend verläuft und niemand wegen einer schlechten Gewohnheit angeprangert wird. Am Ende des Reflexionsgesprächs wird die Rollenbeschreibung im Briefumschlag an die

Stell dir vor, du bist . . . _____ in 10 Jahren!

Wo wohnst du?

Prävention kinderleicht!

Welchen Beruf hast du und warum?

Was ist dir wichtig?

Welche Hobbys hast du?

Welche Gewohnheiten hast du?
