

Ganz entschieden!

Die folgenden Spiele und Übungen stellen die Teilnehmer/innen auf spielerische Weise vor Entscheidungen und machen Mut, eigene Entscheidungen zu treffen.

Entscheid dich!



Alter: 7–11 Jahre
Dauer: 40 min
Aufwand: mittel
Gruppengröße: bis 25
Material: Plakat „Ich entscheide mich für...“ mit zwei Spalten (Plus und Minus); Papierstreifen mit Entscheidungssituationen

Die Kinder setzen sich damit auseinander, dass wir ständig Entscheidungen treffen und dass unsere Entscheidungen Folgen haben. Die möglichen Folgen können auch Entscheidungshilfen sein.

Schnelle Entscheidungen

In jeder Runde müssen sich die TN für eine von zwei Möglichkeiten entscheiden (jew. eine Seite des Raumes). Zu Beginn jeder Runde stehen alle TN in der Mitte des Raumes. Eine Entscheidungsfrage wird gestellt. Die TN laufen rasch zur entsprechenden Seite. Man muss sich immer entscheiden – und zwar ganz schnell! Nach jeder Entscheidung kommen die TN wieder zurück in die Mitte. Frage z.B. „Was magst du lieber...“

Schokolade oder Gummibärchen? / Winter oder Sommer? / Ferien oder Schule? / McDonalds oder Burger King? / Snapchat oder Instagram? / ...

Gespräch

Wie war es für dich, dass du dich im Spiel ständig entscheiden musstest? Wo müssen wir jeden Tag Entscheidungen treffen?

Ich entscheide mich für...

Leg in die Mitte das Plakat „Ich entscheide mich für...“

Auf Papierstreifen hast du Beispiele für Entscheidungen mitgebracht. Ordnet die Aussagen dem Plus oder Minus zu: Ist es eurer Meinung nach eine gute oder eine schlechte Entscheidung?

Verteile die Streifen an die Kinder, sodass jedes zu Wort kommen kann. In der Gruppe könnt ihr dann gemeinsam weiter überlegen: Woran könnte man überprüfen, ob es eine gute oder schlechte Entscheidung ist? Sprecht über mögliche Folgen. Vielleicht merkt ihr, dass die Antworten manchmal gar nicht ganz eindeutig und von der jeweiligen Situation abhängig sind. Beispiele:

Zur Messe gehen / eine Lüge erzählen / Hausaufgaben machen / den schönen Radiergummi der Banknachbarin einstecken / schlecht über jemanden reden / in die Jungschar kommen / die Bibel lesen / mit Freunden spielen / den Mist runtertragen / im Internet jemandem meine Adresse sagen / die Wahrheit sagen / mit meinen Freunden oder Geschwistern streiten / ... oder was zu deiner Gruppe passt.

Spieglein, Spieglein



Alter: jedes
Dauer: solange es Spaß macht
Aufwand: gering
Gruppengröße: beliebig

Diese Übung verdeutlicht, wie es ist, Entscheidungsfreiheit zu besitzen und im Gegensatz dazu, wie es sich anfühlt, einer anderen Person ohne eigenen Willen folgen zu müssen.

Übung

Die TN stellen sich paarweise gegenüber. Jeweils eine Person gibt Bewegungen vor, die andere Person versucht die Bewegungen zu spiegeln. Ortsvorgaben (z.B. im Badezimmer) erleichtern die Aufgabe. Damit die Übung funktioniert, sollten die Bewegungen sehr langsam durchgeführt werden! Bei der Wiederholung Rollen tauschen!

Austausch

Wie haben sich die beiden unterschiedlichen Rollen angefühlt?

Wie fühlt es sich an, alles entscheiden zu dürfen? Wie ging es euch damit, wenn jemand anderes die Entscheidungen trifft und du einfach mittun musst?

Die Qual der Wahl



Alter: ab 16 Jahre
Dauer: 60 min
Aufwand: hoch
Gruppengröße: bis 20 Personen

Diese Übung verdeutlicht, dass unsere Entscheidungen viel damit zu tun haben, was uns wichtig und wertvoll ist. Im zweiten Schritt werden Entscheidungs-Hilfen gesammelt.

Material: diverse Joghurts oder Schokoladen (unterschiedliche Produkte: verschiedenste Geschmacksrichtungen, bekannte und unbekannte Produkte, Fairtrade, konventionelle und Bioprodukte, ein paar richtig „ungesunde“ Sachen), Löffel

Vorbereitung

Stelle Joghurts (...) in ausreichender Anzahl für alle TN bereit.

Aufgabe „Entscheid dich für ein Joghurt (...)!“

Die TN haben fünf Minuten Zeit, sich alles genau anzusehen und für ein Produkt zu entscheiden. Wer sich entschieden hat, greift zu und nimmt mit dem Produkt Platz (noch nicht essen).

Erzählt einander...

Wofür habe ich mich entschieden? – Und warum?
Wovon habe ich mich bei meiner Entscheidung leiten lassen?
Nach welchen Kriterien habe ich entschieden?
Was hat mir die Entscheidung leicht oder schwermgemacht?

Verkostung

Jetzt genießt die gewählten Produkte und tauscht euch aus: Hat 's geschmeckt? Die Erwartungen erfüllt? Dich überrascht? Wie geht's dir jetzt mit der Entscheidung?

Reflexion: Entscheidungs-Hilfen

Die Wahl eines Joghurts (...) ist simpel und hat nicht wirklich langfristige Konsequenzen. Trotzdem lernen wir daraus etwas darüber, wie wir Entscheidungen treffen, was uns dabei beeinflusst und dabei helfen kann.

- > Wir sind unterschiedlich: Manche bleiben lieber beim Vertrauten, andere probieren gern etwas Neues aus.
- > Wir greifen auf eigene Überzeugungen und Erfahrungen zurück: Wir wissen, wie und ob uns etwas schmeckt. Wir wissen, ob wir Allergien haben. Wir möchten uns gesund ernähren. Wir schätzen Fairtrade.
- > Wir haben schon Erfahrungen mit einem Produkt... oder haben davon gehört (Werbung)
- > Wir holen uns Information: Wir lesen z.B. auf der Verpackung die Inhaltsstoffe nach.
- > Wir haben einen Eindruck/ein Bauchgefühl. Die Aufmachung gefällt uns, weckt Interesse/Vertrauen.

Unter anderem spielen diese Facetten zusammen, wenn wir Entscheidungen treffen.

Und im echten Leben?

Was könnte auch bei anderen Entscheidungen hilfreich sein?
Wie könnt ihr mit evtl. „falschen“ Entscheidungen umgehen?
Schreibt eure Ergebnisse auf ein Plakat.

Schafe und Hirt/innen



Alter: beliebig
Dauer: solange es Spaß macht
Aufwand: gering
Gruppengröße: beliebig

Aktiv und passiv wird Einfluss erlebt. Gleichzeitig werden eigene Entscheidungen getroffen. Die Aufgabe: Die Hirt/innen müssen die Schafe in den Stall lotsen.

Markiere einen Bereich im Raum, der den Stall bildet (z.B. mit Stühlen). Teile dann die TN in zwei Gruppen: einige Hirt/innen, viele Schafe. Im Lauf des Spiels müssen die Hirt/innen die Schafe in den Stall führen. Das funktioniert nur indem sie

- > mit einem bestimmten Zeichen jedes einzelne Schaf „ansprechen“ (z.B. ein Pfiff, beim Namen rufen, sanft auf die Schulter tippen,...)
- > mit bestimmten Zeichen jedes einzelne Schaf zu dem Ziel leiten (z.B. 1x Klatschen vorwärts, 2x Klatschen rückwärts gehen,...)

Die Hirt/innen verlassen den Raum und überlegen, wie sie die Aufgabe lösen wollen. Wichtig: Niemand darf grob behandelt werden!

In der Zwischenzeit entscheiden die Schafe, wie sie behandelt werden wollen: Sie vereinbaren ein Zeichen, mit dem sie sich ansprechen lassen und ein/e Zeichen/folge, mit dem/der sie sich in den Stall führen lassen. (Bei allen anderen Versuchen reagieren sie bockig oder rennen in die falsche Richtung.) Dann verteilen sie sich auf der „Weide“ = Gruppenraum und dürfen sich wie Schafe benehmen, herumspringen usw.

Die Hirt/innen kommen zurück und wissen nun natürlich nicht, welche geheimen Zeichen die Schafe vereinbart haben. Sie müssen verschiedene Möglichkeiten ausprobieren, bis sie die Lösung finden. Das Spiel ist zu Ende, wenn alle Schafe im Stall sind.