

# Bildungsbrücken bauen

Interkulturellen und psychosozialen Herausforderungen  
im Unterricht mit rückkehrinteressierten Geflüchteten kompetent begegnen

**Toolbox mit Methoden für den Unterricht mit Geflüchteten**



Gefördert durch

**giz** Deutsche Gesellschaft  
für Internationale  
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Im Auftrag des



Programm **Perspektive Heimat**



# Einführung

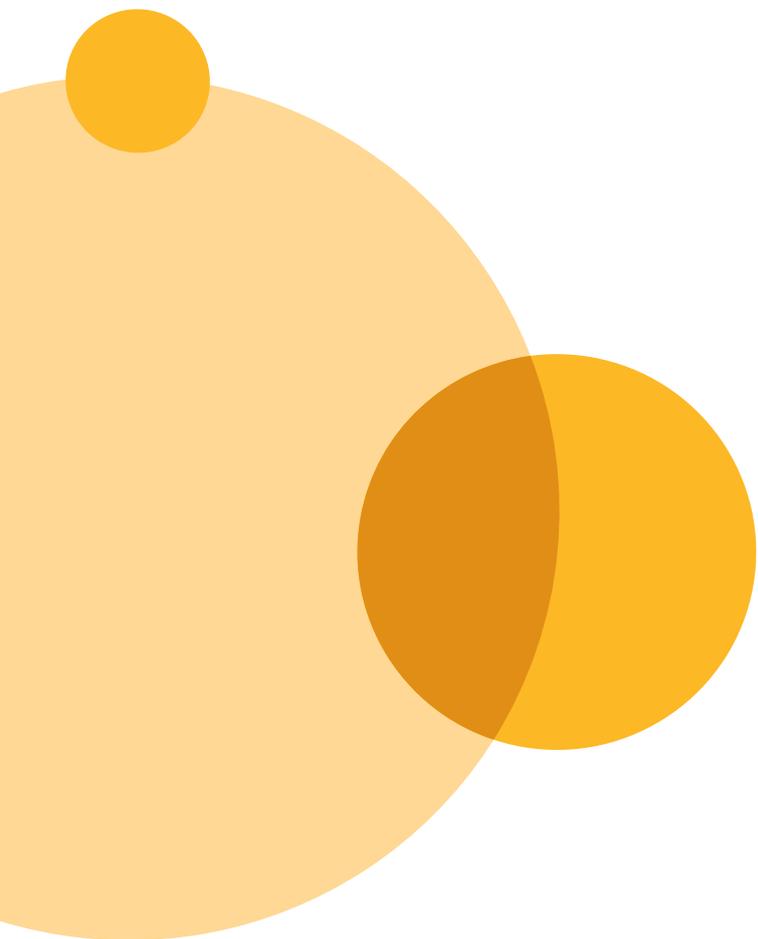
Das Einlegeheft „Toolbox für Lehrkräfte“ richtet sich an Lehrkräfte und Coaches, die Weiterbildungskurse mit rückkehrinteressierten Geflüchteten durchführen. Die Toolbox beinhaltet Methoden, die darauf abzielen, eine sichere und wertschätzende, gemeinsame Unterrichtskultur zu schaffen, die die Selbstbestimmung und Handlungskompetenz der Teilnehmenden fördert.

Die Methoden ergänzen die im Ordner vorgestellten Materialien und richten sich wie diese an den drei Bildungsansätzen Multikollektivität, partizipative Bildung und traumasensibles Klassenzimmer aus.

Des Weiteren orientieren sich die Methoden an den verschiedenen Phasen der Gruppenbildung (siehe Dossier **Gruppendynamik** in Modul 4) und sollen die Kursleitung dazu ermuntern, aktiv den Gruppenbildungsprozess zu unterstützen und zu begleiten. Mit den vielfältigen, partizipativen Methoden wird somit das gegenseitige Kennenlernen, die Bildung einer Gruppenidentität, die Schaffung einer sicheren Lernatmosphäre, die Unterstützung der Konzentration sowie der wertschätzende Abschluss eines Kurses gefördert.



Foto: © vhs Meppen



# Übersicht Toolbox-Methoden

Übungsanleitungen für Lehrkräfte und Coaches zum Einsatz im Unterricht mit rückkehrinteressierten Geflüchteten

<b>1. Kennenlernen unterstützen</b>	<b>Seite</b>
Wahrheit oder Lüge – Sich spielerisch kennenlernen	6
Freundschaftsnetz – Mehr übereinander erfahren	7
Was wir gemeinsam haben – Übereinstimmungen finden	8
Wer sind wir? – Eine Einführung in die Gruppe	9
<b>2. Gruppengefühl stärken</b>	
Gruppen einteilen – Verschiedene Möglichkeiten, schnell Gruppen zu bilden	10
Venn-Diagramm – Gemeinsame Gruppenregeln festlegen	11
Meinungsbarometer – Sich positionieren und diskutieren	13
Wir schreiben einen Text – Geschichten der Teilnehmenden einbinden	15
<b>3. Sichere Lernatmosphäre schaffen</b>	
Kartenspiel der Emotionen – Gefühle thematisieren und daran anknüpfen	16
Das Blitzlicht – Stimmungslage der Teilnehmenden abfragen	18
Die Ampel – Eine schnelle Rückmeldung der Gruppe bekommen	19
Die Kraft des Atems – Anspannung abbauen	20
<b>4. Konzentration fördern</b>	
1, 2, 3 – Ein schneller Energizer zur Konzentrationsförderung	21
Richtungswechsel – Aufmerksamkeit und nonverbale Kommunikation stärken	22
Wer hat das letzte Wort? – Gedächtnis- und Satzbauspiel	23
Stadt, Land, Fluss – Eine spielerische Denksportaufgabe	24
<b>5. Feedback bekommen</b>	
Noch Energie? – Direkte und schnelle Abfrage des Energielevels	25
5-Finger-Feedback – Das liegt doch auf der Hand!	26
Visualisiertes Feedback – Nonverbal Rückmeldung geben	28
Der Baum der Erkenntnis – Eine kreative Art des Feedbacks	30



# Wahrheit oder Lüge

## Sich spielerisch kennenlernen

### Wofür?

Dieser lustige, auflockernde Energizer dient dazu, mehr über Kursteilnehmende zu erfahren und die persönlichen Beziehungen untereinander zu vertiefen.

### Anleitung

Alle Teilnehmenden werden aufgefordert, einen Kreis zu bilden und über drei Aussagen zur eigenen Person nachzudenken und sie auf einer Moderationskarte zu notieren. Zwei davon sollen der Wahrheit entsprechen, und eine soll falsch sein. Es müssen keine intimen, enthüllenden Dinge sein, sondern einfach nur Hobbys, Interessen oder vergangene Erfahrungen, die jeden Menschen einzigartig machen. Zum Beispiel: „Hallo, ich bin Said. Als Kind habe ich am liebsten mit Autos gespielt, ich kann mit Feuer jonglieren und spreche vier Sprachen.“ Jede und jeder Teilnehmende teilt ihre oder seine drei Aussagen in beliebiger Reihenfolge der Gruppe mit. Das Ziel der Icebreaker-Übung ist es festzustellen, welche Aussage falsch ist. Die Gruppe berät sich, welche Aussage sie für eine Lüge hält. Am Ende jeder Runde verrät die betreffende Person, welche Aussage gelogen war.

### Dauer

20 Minuten

### Material

- Moderationskarten/Post-its
- Stifte

### Urheberschaft

DVV International 2018: Curriculum interculturALE: Interkulturell-didaktische Lehr- und Lernmaterialien, Bonn.





# Freundschaftsnetz

## Mehr übereinander erfahren

### Wofür?

Diese Übung dient zum Kennenlernen der Namen und zum Stärken des Gruppengefühls.

### Anleitung

Die Teilnehmenden bilden einen großen Kreis. Die Kursleitung beginnt das Spiel, indem sie das Ende einer Schnur festhält, ihren Namen und etwas, worin sie gut ist, sagt (zum Beispiel: „Ich heiße Abdul und bin gut darin, anderen zu helfen.“) und anschließend den Schnurball einer anderen Person im Kreis zuwirft. Die Person, die den Ball fängt, tut das Gleiche – sie hält einen Teil der Schnur, nennt ihren Namen und sagt, worin sie gut ist. Dann wirft auch sie den Ball einer anderen Person zu. Dies wird wiederholt, bis jede Person an der Reihe war und sich im Kreis ein Netz gebildet hat. Die Kursleitung erklärt den Teilnehmenden, dass sie die Schnur nicht direkt an ihre Nachbarin oder ihren Nachbarn weitergeben sollen, um sicherzustellen, dass sich ein Netz innerhalb des Kreises bildet. Im Anschluss teilt die Kursleitung die Botschaft des Spiels mit: „In diesem Spiel zeigt die Wolle, die wir weitergegeben haben, die Verbindungen, die zwischen uns entstehen und durch die wir alle im Raum verbunden sind. Wir haben gelernt, dass jede und jeder in diesem Freundschaftsnetz etwas gut kann, und wir müssen diese Stärken nutzen, um uns gegenseitig zu helfen und unsere Gruppe noch besser und stärker zu machen.“

### Dauer

20–30 Minuten

### Material

Ein Ball aus Schnur oder Wolle

### Anmerkung

Die Spieldauer kann verlängert und die Wirkung erhöht werden, indem die Teilnehmenden das Netz wieder entwirren – sie sollen den Schnurball an die Person zurückgeben, von der sie ihn erhalten haben, und sagen, worin diese Person gut ist oder was sie an ihr mögen.

### Urheberschaft

Martti Zeyer

Angepasst aus: IRC Deutschland 2018: Healing Classrooms – Die Schule als stabilisierendes Umfeld für geflüchtete Kinder und Jugendliche, Praxishandbuch für pädagogische Fachkräfte 2018, International Rescue Committee Berlin, Berlin.



# Was wir gemeinsam haben

## Übereinstimmungen finden

### Wofür?

Diese Übung dient zum gegenseitigen Kennenlernen der Gruppe zum Beginn eines Kurses. Durch das Finden von Gemeinsamkeiten soll das Gruppengefühl gestärkt werden.

### Anleitung

Die Teilnehmenden sowie die Kursleitung schreiben drei Punkte über sich (Eigenschaften, Hobbys etc.) auf, die die anderen noch nicht kennen. Die Teilnehmenden gehen durch den Raum, stellen sich gegenseitig ihre Eigenschaften vor und suchen sich bis zu drei weitere Personen mit den gleichen Eigenschaften. Dann stellen die Personen ihre Eigenschaften vor allen vor und fügen hinzu, mit wem sie etwas gemeinsam haben.

### Dauer

20 Minuten

### Material

- Flipcharts
- Marker
- Moderationskarten
- Farbstifte

### Anmerkung

Variante: Die Teilnehmenden werden in Gruppen von drei oder vier Personen eingeteilt. Die Kursleitung fordert die neu gebildeten Gruppen auf, insgesamt fünf Gemeinsamkeiten mit den anderen Gruppenmitgliedern zu finden. Den Teilnehmenden wird mitgeteilt, dass sich jeweils eine Person aus der Gruppe Notizen machen und nach Abschluss der Übung die Auflistung der Gruppe vorlesen soll. Dann stellt jede Gruppe ihre gesamte Liste dem Plenum vor.

### Urheberschaft

Angepasst aus: DVV International 2018: Curriculum interculturALE: Interkulturell-didaktische Lehr- und Lernmaterialien, Bonn.



# Wer sind wir?

## Eine Einführung in die Gruppe

### Wofür?

Die Übung dient dazu, dass sich die Teilnehmenden näher kennenlernen und eine wertschätzende Kursatmosphäre geschaffen wird.

### Anleitung

Die Kursleitung verteilt Moderationskarten an alle Teilnehmenden. Die Teilnehmenden werden um Angaben zu ausgewählten Punkten gebeten, die auf einem Flipchart aufgelistet sind (z. B. Name, Herkunft, Beruf, Hobbys, Wohnort, Familie etc.). Dafür sollen sie Paare bilden. Dann haben die Teilnehmenden 15 Minuten Zeit, sich gegenseitig vorzustellen und auf der Moderationskarte die Informationen über ihre Partnerin oder ihren Partner entsprechend den aufgeführten Punkten zu notieren.

Anschließend werden die Teilnehmenden aufgefordert, ihre jeweilige Partnerin oder ihren jeweiligen Partner der Gruppe vorzustellen. Die ausgefüllten Moderationskarten werden an einem Flipchart mit der Überschrift „Das sind wir“ angebracht. Es werden Gemeinsamkeiten zwischen Kursteilnehmenden sichtbar, an die angeknüpft werden kann.

### Dauer

30 Minuten

### Material

- Flipcharts
- Moderationskarten
- Stifte
- Pins

### Urheberschaft

Huber, Judith; Kastrati, Dorina; Schüll, Katja 20162016: Jeder Mensch ist Experte – Mehrwert entsteht aus vielfältigen Erfahrungen, Friedrich Schiller Universität Jena, <https://www.expertisenwechsel.de/> (9.9.2019).

Angelehnt an: Bolten, Jürgen o. J.: Erfahrungsschätze, <http://ikkompetenz.thueringen.de/wp-content/uploads/2017/09/erfahrungsschc3a4tze1.pdf> (9.9.2019)



# Gruppen einteilen

## Verschiedene Möglichkeiten, schnell Gruppen zu bilden

### Wofür?

Wenn Teilnehmende selbst Gruppen bilden, kann dies lange dauern. Teilnehmende können ausgeschlossen werden oder es tun sich immer dieselben zusammen. Auf folgende Weise lassen sich einfach und schnell Gruppen bilden.

### Anleitung

- 1.** Durchzählen: Für z. B. drei Gruppen zählen die Teilnehmenden nacheinander bis drei (Teilnehmerin oder Teilnehmer 1 sagt „eins“, Teilnehmerin oder Teilnehmer 2 sagt „zwei“, Teilnehmerin oder Teilnehmer 3 sagt „drei“, Achtung: Teilnehmerin oder Teilnehmer 4 sagt wieder „eins“ und so weiter). Alle, die „eins“ gesagt haben, kommen in einer Gruppe zusammen; alle, die „zwei“ gesagt haben, in der nächsten Gruppe; alle, die „drei“ gesagt haben, in der letzten Gruppe. Wenn eine andere Anzahl an Gruppen gewünscht wird, zählen die Teilnehmenden bis zu dieser Zahl.
- 2.** Spielkarten: Die Teilnehmenden ziehen verdeckt eine Karte aus einem Kartenspiel und sortieren sich je nach Farbe (Kreuz, Pik, Herz, Caro) oder, für mehr Gruppen, nach Kartentyp (König, Dame, Bube, Zahlen). Die Kursleitung muss hierfür vorher das Kartenspiel entsprechend der gewünschten Gruppenanzahl sortieren.
- 3.** Postkarten: Die Kursleitung teilt in zum Beispiel vier Teile zerschnittene Postkarten aus (ein Teil pro Person), und die Teilnehmenden müssen sich mit denen zusammenfinden, die die anderen Teile der Postkarte haben.
- 4.** Nach einem Kriterium: Gruppen können auch nach einem bestimmten Kriterium eingeteilt werden: Erfahrungsschatz, Können, Alter, Geschlecht, Herkunft etc. So können gezielt homogene oder heterogene Gruppen gebildet werden. Diese Art der Gruppenbildung kann hilfreich sein, muss jedoch mit Vorsicht eingesetzt werden, weil damit ein bestimmtes Kriterium stark betont wird, das den Teilnehmenden möglicherweise Unbehagen bereitet.

### Dauer

5–10 Minuten

### Urheberschaft

Jannik Veenhuis



# Venn-Diagramm

## Gemeinsame Gruppenregeln festlegen

### Wofür?

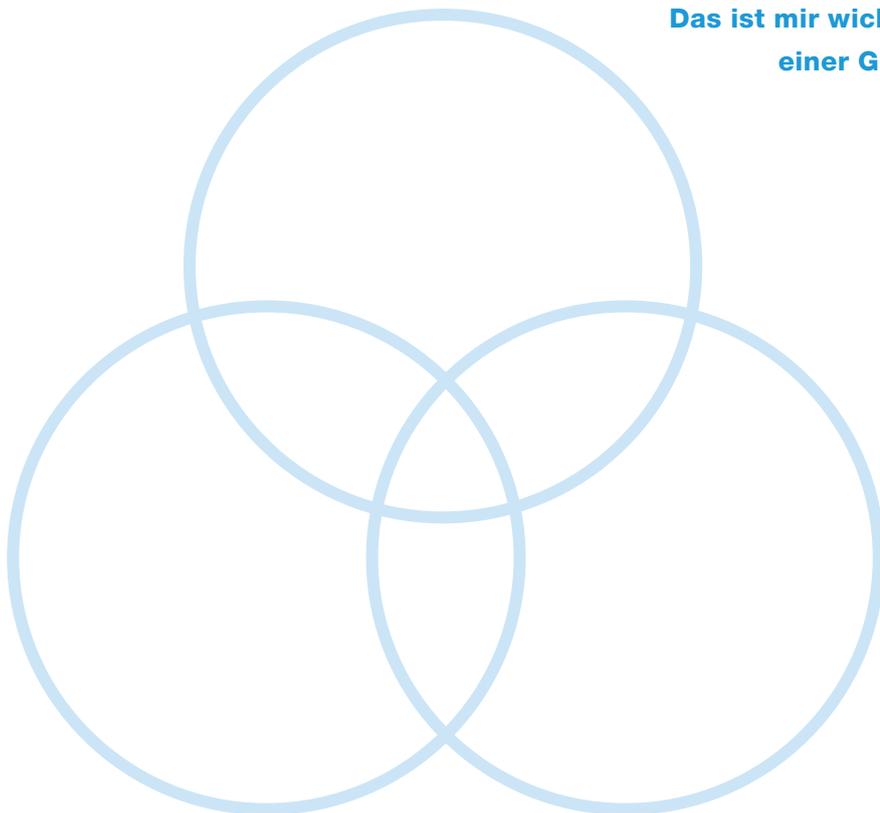
Diese Übung dient dazu, den Gruppenbildungsprozess zu unterstützen. Teilnehmende tauschen sich zu ihren Erwartungen an das gemeinsame Zusammenarbeiten aus und stellen Gruppenregeln auf.

### Anleitung

Ein Venn-Diagramm besteht aus einem Rechteck und darin liegenden, sich überlappenden Kreisen. Die Kreise zeigen verschiedene Teilnehmende oder Gruppen an. Ziel eines Venn-Diagramms ist es, Informationen visuell zu organisieren und so die Beziehungen zwischen bestimmten Personen und/oder Gruppen sichtbar zu machen (z. B. Gemeinsamkeiten und Unterschiede oder Vergleich von zwei oder mehr Optionen). Das Rechteck steht sinnbildlich für den Raum/Kontext, in dem sich die Teilnehmenden befinden. Überlappungen zwischen Kreisen sollen die gemeinsame Interaktion zwischen Personen/Gruppen widerspiegeln.

Um eine gemeinsame Gruppenidentität zu schaffen, ist es sinnvoll, zum Beginn eines neuen Kurses gemeinsame Gruppenregeln aufzustellen.

**Das ist mir wichtig innerhalb  
einer Gruppe**



Es werden Dreiergruppen gebildet, jede Gruppe bekommt je eine Vorlage („Das ist mir wichtig innerhalb einer Gruppe“ und „Dadurch fühle ich mich gestört innerhalb einer Gruppe“) sowie Moderationskarten. Die Teilnehmenden einer Gruppe beantworten die Fragen in Stillarbeit für sich und notieren sich Punkte auf Moderationskarten. Diese stellen sie sich gegenseitig vor und zeichnen ihre Antworten in die Felder ein.

Im Anschluss präsentieren die Teilnehmenden die Ergebnisse ihres Venn-Diagramms im Plenum. Aus den Ergebnissen können dann gemeinsame Gruppenregeln abgeleitet und zusammengetragen werden.

**Dauer**

25–35 Minuten

**Material**

- Mehrere Flipcharts
- Stifte
- Vorlagen (siehe Bild)

**Anmerkung**

Venn-Diagramme können in vielen Übungen eingesetzt werden. Zum gegenseitigen Kennenlernen können die Teilnehmenden in Zweier-Gruppen Fragen wie „Was kann ich gut?“ oder „Was mache ich gerne?“ beantworten und Unterschiede und Gemeinsamkeiten in Form eines Venn-Diagramms visualisieren.

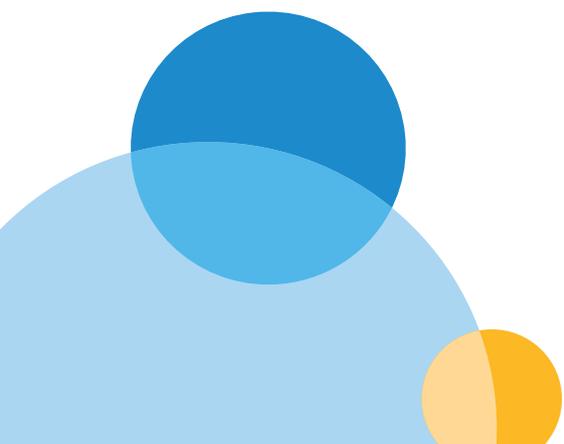
**Urheberschaft**

Martti Zeyer

Finnish Refugee Council (FRC) 2016: Adult Literacy REFLECT Training Manual 2016, Finnish Refugee Council (FRC), Sierra Leone Programme.

Steiner, Tanja o. J.: Grundschul-Ideenbox,

<https://www.grundschul-ideenbox.de/wp-content/uploads/Venn-Diagramm-Sitznachbar.pdf> (22.7.2019).





# Meinungsbarometer

## Sich positionieren und diskutieren

### Wofür?

Durch diese Übung werden die Teilnehmenden dazu ermuntert, sich zu bewegen und zu positionieren. Durch das Aufstellen zu unterschiedlichen Fragen werden die Meinungen für die ganze Gruppe sichtbar. Dies schafft ein gemeinsames Verständnis, wo die oder der Einzelne und die Gruppe stehen.

### Anleitung

Diese Übung kombiniert Bewegung mit Abfragen von Meinungen oder einfachen Informationen. Fragen zum Kennenlernen eignen sich ebenso gut wie Thesen zu den Inhalten der Module; Meinungen und Positionen passen genauso wie Emotionen. Die Übung wird mit einer einige Meter langen Linie durchgeführt (zum Beispiel mit Kreppband auf den Boden geklebt). Die Kursleitung liest Thesen oder Fragen vor, und die Teilnehmenden stellen sich entlang der Linie auf, je nachdem, wie sehr sie der These zustimmen oder die Frage bejahen. Wenn sich alle Teilnehmenden positioniert haben, spricht die Kursleitung einzelne Teilnehmende an und fragt sie, warum sie sich dort, wo sie stehen, positioniert haben. Fragen/Thesen können z. B. sein:

- „Stellt euch nach der Dauer oder Länge eures heutigen Anfahrtsweges auf.“
- „Wie gut gefällt mir das Essen/Wetter/die Leute/ ... in Deutschland?“
- „Mir ist es wichtig, im Kurs neue Freundschaften zu finden.“

### Dauer

10–30 Minuten, je nach Anzahl der Fragen/Thesen und nach Diskussionsdauer.

### Material

- Kreppband o. Ä. zur Markierung der Linie
- Thesen oder Fragen mittels PowerPoint oder auf Moderationskarten/DIN A4 oder größer

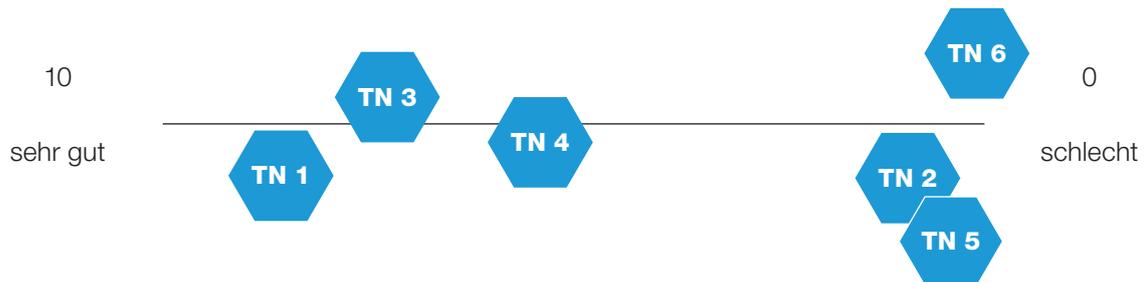
### Anmerkung

- Ggf. gibt es bewegungseingeschränkte Teilnehmende, die z. B. nicht lange stehen können. Diese können sich entweder einen Stuhl zur Hilfe nehmen oder sich von ihrem Sitzplatz am Rand aus zu den Fragen/Thesen positionieren.
- Es können auch offene Fragen, die sich nicht in eine Skala einordnen lassen, gestellt werden, wie bspw.: „Wo ist euer Wohnort?“ Dann sollen sich Teilnehmende anhand einer imaginären Landkarte zueinander positionieren.
- So sieht das Ganze ungefähr aus:

- 1: Trainerin/Trainer: Wie gut gefällt mir in Deutschland das Essen?
- 2: TN stellen sich auf.
- 3: Auswertung

Mögliche Anschlussfrage:

Was gefällt euch besonders gut/schlecht? Was vermisst ihr?  
Was kocht ihr euch selber?



### Urheberschaft

Jannik Veenhuis

Soziometrische Übungen gehen auf Jakob L. Moreno (1889–1974) zurück. Mit diesem Verfahren wollte er die Stellung von Personen in einer Gruppe analysieren und so zur Selbsterkenntnis der eigenen Position in einer Gruppe beitragen.



# Wir schreiben einen Text

## Geschichten der Teilnehmenden einbinden

### Wofür?

Diese Übung stärkt das Satzbildungspotenzial der Teilnehmenden und bezieht ihre Gedanken und Lebenswelten anhand der Erstellung gemeinsamer Texte mit ein. Das kreative Schreiben in der Gruppe stärkt die Bindung der Teilnehmenden untereinander.

### Anleitung

Zu Beginn werden drei Gruppen gebildet. Moderationskarten werden auf die Gruppen aufgeteilt, jede Gruppe bekommt eine Farbe. Die Gruppen werden gebeten, sich innerhalb von zehn Minuten als Gruppe fünf bis acht Wörter zu überlegen und jeweils ein Wort auf eine Karte zu notieren. Es kann sich um beliebige Wörter handeln (Nomen, Verben, Adjektive etc.).

Jetzt werden die Karten getauscht. Jede Gruppe hat nun die Aufgabe, innerhalb von 20 Minuten aus den Wörtern, die die andere Gruppe notiert hat, eine kurze Geschichte oder einen Text zu schreiben. Jedes Wort von den Karten muss vorkommen, und es soll ein zusammenhängender Text sein.

Abschließend werden die Geschichten und Texte vorgelesen, und es wird darüber diskutiert. Inhalte der Geschichten können aufgegriffen und thematisiert werden. Je nachdem, wie es im Unterrichtskontext eingebettet ist, kann Grammatik beispielhaft erläutert werden.

Über das Erstellen eigener Texte werden die Lebenswelten der Teilnehmenden einbezogen und das Gruppengefühl gestärkt. Die Texte können als Grundlage dienen, um weiter damit zu arbeiten (inhaltlich oder auch grammatikalisch).

### Dauer

45 Minuten

### Material

Moderationskarten in drei verschiedenen Farben und Marker

### Urheberschaft

Jawad Al-Gousous



# Kartenspiel der Emotionen

## Gefühle thematisieren und daran anknüpfen

### Wofür?

Die Übung dient dazu, die Verbindung der Teilnehmenden zu ihren eigenen Gefühlen zu stärken sowie Rückmeldungen zu Gefühlslagen von Teilnehmenden (bspw. psychosoziale Belastungen) zu erhalten.

### Anleitung

Vor Einsatz der Methode müssen die Emotionskarten gedruckt und ausgeschnitten werden. Die Emotionskarten sind zu finden unter folgendem Link:

[https://www.dvv-international.de/fileadmin/files/Inhalte\\_Bilder\\_und\\_Dokumente/Materialien/Curriculum\\_interculturALE/Lehr-\\_und\\_Lernmaterialien\\_Curriculum\\_interculturALE.pdf](https://www.dvv-international.de/fileadmin/files/Inhalte_Bilder_und_Dokumente/Materialien/Curriculum_interculturALE/Lehr-_und_Lernmaterialien_Curriculum_interculturALE.pdf)

Die Kursleitung verteilt die Bildkarten und die Karten mit den Gefühlsbezeichnungen auf dem Boden, sodass alle Teilnehmenden sie sehen können. Nun haben die Teilnehmenden etwa zehn Minuten Zeit, die Bilder den Bezeichnungen zuzuordnen (die Gruppe kann selbst entscheiden, wie dies geschehen soll). Anschließend wird anhand folgender Leitfragen diskutiert:

- War es einfach, die Karten zuzuordnen? Warum?
- Bei welchen Karten war es schwieriger?
- Gab und gibt es unterschiedliche Meinungen zu den Zuordnungen?  
Wenn ja, woran kann das liegen?

### Variante für einen späteren Zeitpunkt

Die Bildkarten können auf dem Fußboden ausgelegt und die Teilnehmenden gebeten werden, sich entsprechend ihrer aktuellen Gefühlslage einer Karte zuzuordnen (mehrere Personen an einer Karte sind möglich). Dies kann immer wieder genutzt werden, um ein schnelles Feedback zur aktuellen Situation und emotionalen Lage im Klassenraum zu bekommen und gegebenenfalls zu reagieren (Pause, Gespräch, Konfliktlösung o. Ä.). Die unterschiedlichen Bedürfnisse der Teilnehmenden lassen sich somit thematisieren, und es entsteht eine Atmosphäre, in der Raum für die Emotionen der Teilnehmenden vorhanden ist.

**Dauer**

20–25 Minuten

**Material**

Emotionskarten und -fotos als Ausdruck (siehe obigen Link)

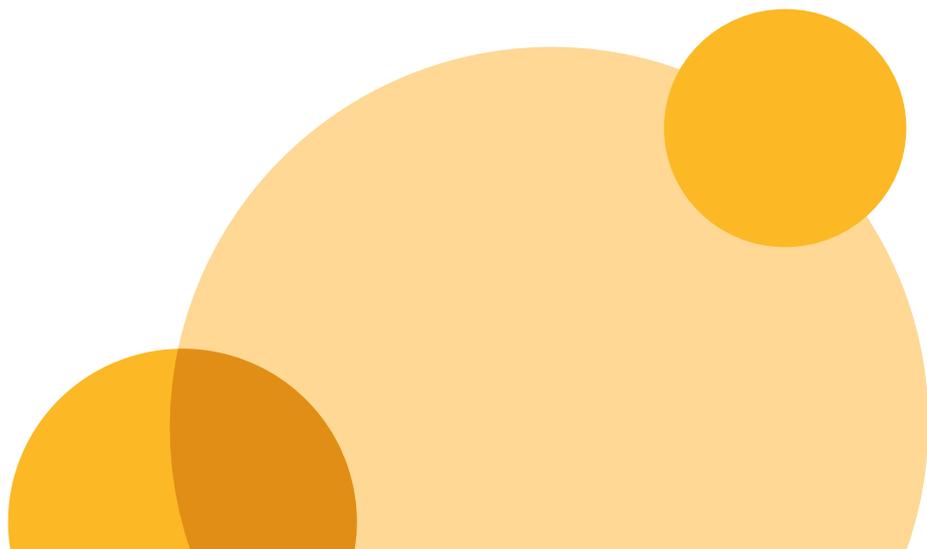
**Anmerkungen**

- Diese Methode ist ein Beispiel für die im Dossier **Feedback! Wofür eigentlich?** vorgeschlagene Routine zu regelmäßiger Rückmeldung zur Atmosphäre im Klassenraum.
- Die Kursleitung muss bedenken, dass Ausdruck und Wahrnehmung von Emotionen kulturell beeinflusst sind. In heterogenen Gruppen kann es interessant sein, im Anschluss an die Übung eine Diskussion darüber zu führen, wie kulturell bedingte Unterschiede in Ausdruck und Wahrnehmung von Emotionen das Miteinander und die Kommunikation in multikulturellen Umgebungen beeinflussen können.

**Urheberschaft**

Jannik Veenhuis

Angepasst aus DVV International 2018: Curriculum interculturALE: Interkulturell-didaktische Lehr- und Lernmaterialien zur Fortbildung von Kursleitenden und ehrenamtlich Tätigen in der Erwachsenenbildung mit Geflüchteten 2018, DVV International, Bonn.





# Das Blitzlicht

## Stimmungslage der Teilnehmenden abfragen

### Wofür?

Diese Übung eignet sich dafür, wenn ein einfaches „gut“ oder „schlecht“ als Rückmeldung nicht reicht, sondern es einer kurzen inhaltlichen Aussage bedarf und alle Teilnehmenden etwas beitragen sollen.

### Anleitung

Reihum beantworten alle Teilnehmenden möglichst kurz (in einem Wort oder einem kurzen Satz) eine Frage der Kursleitung. Dazu kann ein Kreis gebildet werden.

Fragen können zum Beispiel sein:

- Wie geht es dir gerade?
- Welches Gefühl ist gerade bei dir besonders stark?
- Mit welchem Gedanken gehst du jetzt aus der Stunde/aus dem Kurs?

### Dauer

1–5 Minuten, je nach Anzahl der Teilnehmenden

### Material

Kein Material

### Urheberschaft

Jannik Vennhuis





# Die Ampel

## Eine schnelle Rückmeldung der Gruppe bekommen

### Wofür?

Mit dieser Methode kann man schnell herausfinden, ob alle Teilnehmenden eine Aufgabe oder eine Erklärung verstanden haben oder ob es weiteren Erklärungsbedarf gibt.

### Anleitung

Die Kursleitung teilt jeweils eine grüne, eine gelbe und eine rote Moderationskarte an jeden Teilnehmenden und jede Teilnehmende aus. Nach einer Aufgabenstellung oder Erklärung fragt die Kursleitung das Verständnis der Gruppe ab. Wer alles verstanden hat, zeigt die grüne Karte, wer noch etwas Erklärung braucht oder eine Nachfrage hat, zeigt die gelbe Karte, wer gar nichts verstanden hat, zeigt die rote Karte. Auf diese Weise können Teilnehmende gemeinsam, sozusagen im Schutz der Gruppe, eine Rückmeldung geben, und müssen sich nicht einzeln bei Rückfragen melden.

Die Karten können bei den Teilnehmenden verbleiben, und die Abfrage kann als regelmäßiger Bestandteil des Unterrichts immer wieder verwendet werden.

### Dauer

< 1 Minute

### Material

Moderationskarten in Grün, Gelb und Rot für jede Teilnehmende und jeden Teilnehmenden

### Urheberschaft

Jannik Veenhuis



# Die Kraft des Atems

## Anspannung abbauen

### Wofür?

Dies ist eine schnelle und hilfreiche Methode zur Stressbewältigung, die die Teilnehmenden dabei unterstützt, die Spannungen in ihrem Körper besser wahrzunehmen und sie dann zu lösen. Ziel ist es, die Widerstandskraft und Achtsamkeit der Teilnehmenden zu stärken.

### Anleitung

Unsere Atmung ist oftmals nur flach. Deshalb hilft es uns Spannungen zu lösen, wenn wir lernen, tief aus dem Bauch zu atmen. Zur Vorbereitung auf diese Übung dimmt die Kursleitung das Licht im Raum und versucht, Geräusche und Ablenkungen zu minimieren. Dann bittet sie die Teilnehmenden, sich auf ihre Stühle zu setzen, die Augen zu schließen, die Füße flach auf den Boden zu stellen und die Hände entspannt in den Schoß zu legen. Die Kursleitung kann die Teilnehmenden dazu auffordern, tief durch die Nase einzuatmen und zu spüren, wie sich ihr Bauch ausdehnt. Anschließend werden die Teilnehmenden gebeten, den Atem für einige Sekunden anzuhalten und dann langsam durch den Mund auszuatmen. Beim Ausatmen sollen sie sich vorstellen, wie die Anspannung ihren Körper verlässt. Dies wird mehrmals hintereinander gemacht.

Die Übung kann als regelmäßiger Bestandteil des Unterrichts immer wieder, bspw. zum Abschluss des Tages, durchgeführt werden.

### Dauer

5 Minuten

### Material

Bei Bedarf sanfte Musik

### Urheberschaft

Tania Hussein

Basierend auf: UNHCR o. J.: Relaxation Techniques for Stress Relief: Finding the Relaxation Exercises that Work for You, <https://cms.emergency.unhcr.org/documents/11982/34619/Relaxation+Techniques+for+Stress+Relief/3b3ae17a-2dbf-4cc4-b2b8-569c805bd379> (6.7.2019).



# 1, 2, 3

## Ein schneller Energizer zur Konzentrationsförderung

### Wofür?

Es gibt Situationen im Kurs, da braucht es ein kurzes Wachrütteln. Dieser Energizer funktioniert ohne Körperkontakt und ist einfach umzusetzen.

### Anleitung

Es stehen sich immer zwei Teilnehmende gegenüber und zählen bis drei (bei ungerader Zahl kann die Kursleitung einspringen). Es wird folgendermaßen gezählt:

**Teilnehmerin oder Teilnehmer 1** sagt: **eins**

**Teilnehmerin oder Teilnehmer 2** sagt: zwei

**Teilnehmerin oder Teilnehmer 1** sagt: drei

**Teilnehmerin oder Teilnehmer 2** sagt: **eins**

Und so weiter. Nach ein paar Minuten kann die Kursleitung einführen, dass eine Zahl durch ein Klatschen ersetzt wird, um die Schwierigkeit zu erhöhen – dann die nächste Zahl durch ein Schnipsen und nach Belieben noch die letzte Zahl durch ein Stampfen.

Es empfiehlt sich, erst langsam zu beginnen und die Teilnehmenden dann anzutreiben.

### Dauer

5–10 Minuten

### Material

Kein Material

### Urheberschaft

Jannik Veenhuis



# Richtungswechsel

## Aufmerksamkeit und nonverbale Kommunikation stärken

### Wofür?

Diese einfache und schnelle Übung steigert durch Bewegung und Abwechslung die Konzentration und funktioniert ohne Körperkontakt und ohne Worte.

### Anleitung

Die Teilnehmenden stellen sich in einen Kreis und strecken jeweils einen Arm in die Mitte. Mit der Hand formt jede/jeder ein „Daumen hoch“. Eine Person beginnt zu summen. Nach ein paar Sekunden legt sie/er den Daumen in eine beliebige Richtung um. Das ist das Zeichen für die Person daneben, ebenfalls mit dem Summen anzufangen. Nun ist diese Person dran, nach einer beliebigen Zeit den Daumen in eine beliebige Richtung zu legen. Im Verlauf des Spiels kann das Tempo schneller werden. Wenn ein Fehler gemacht wird, fängt das Spiel von vorne an.

### Dauer

5–10 Minuten

### Material

Kein Material

### Urheberschaft

Anna Rein

Angelehnt an die Übung „Summ-Spiel“ aus: Naturfreunde Internationale 2015:

Vielfalt erleben,

[https://www.nf-int.org/sites/default/files/infomaterial/downloads/2018-07/Vielfalt\\_Erleben.pdf](https://www.nf-int.org/sites/default/files/infomaterial/downloads/2018-07/Vielfalt_Erleben.pdf)

(4.9.2019).





# Wer hat das letzte Wort?

## Gedächtnis- und Satzbauspiel

### Wofür?

Mit dieser Übung wird das Bewusstsein der Teilnehmenden über ihr Erinnerungs- und Satzbildungspotenzial gestärkt sowie Aufmerksamkeit und Konzentration gefördert. Sie eignet sich als Abwechslung zum Kursgeschehen, als Denksportaufgabe für Zwischendurch oder zum Füllen von Pufferzeiten.

### Anleitung

Die Kursleitung schreibt vor Spielbeginn einen kurzen Satz (Substantiv, Verb, Substantiv) wie etwa „Ziegen essen Kartoffeln“ auf, ohne ihn den Teilnehmenden mitzuteilen. Dann überlegt sie sich drei aufeinanderfolgende Sätze, die jeweils mit einem der drei Worte aus dem Substantiv-Verb-Substantiv-Satz enden. Beispiel: „Fatima hat zwei rosafarbene Ziegen. Mahmoud liebt es zu essen. Ismael erntet Kartoffeln.“ Die Kursleitung liest daraufhin die drei Sätze laut und langsam vor und bittet vorher die Teilnehmenden, in Zweier-Gruppen sich das letzte Wort in jedem Satz zu merken. Anschließend fordert die Kursleitung die Teilnehmenden auf, aus diesen drei Wörtern einen neuen Satz zu bilden. Nach jeder Runde teilt eine Zweier-Gruppe ihr Ergebnis mit.

Anschließend können die Teilnehmenden Rückmeldung geben, was bei dem Spiel leicht oder schwer war.

### Dauer

25 Minuten

### Material

Tafel/Flipchart und Stift

### Anmerkung

Als zusätzliche Herausforderung können längere Sätze verwendet werden oder die Teilnehmenden sollen sich in jedem Ausgangssatz ein anderes Wort merken (wie etwa das erste oder das vorletzte Wort).

### Urheberschaft

Martti Zeyer

Aus IRC Deutschland gGmbH 2018: Healing Classrooms – Die Schule als stabilisierendes Umfeld für geflüchtete Kinder und Jugendliche, Praxishandbuch für pädagogische Fachkräfte 2018, International Rescue Committee Berlin, Berlin.



# Stadt, Land, Fluss

## Eine spielerische Denksportaufgabe

### Wofür?

Das Spiel eignet sich als Abwechslung zum Kursgeschehen, als Denksportaufgabe für Zwischendurch oder zum Füllen von Pufferzeiten.

### Anleitung

Die Kursleitung bestimmt drei bis vier Kategorien, die zum Sprachniveau und eventuell dem Inhalt des Kurses passen (beispielsweise Berufe, Farben, Essen, Namen). Alle Teilnehmenden notieren die Kategorien in Spalten auf ein Blatt Papier. Die Kursleitung kann dies an der Tafel zeigen.

	<b>Tiere</b>	<b>Berufe</b>	<b>Namen</b>	<b>...</b>
A	Affe	Arzt	Ahmed	

Die Kursleitung gibt anschließend einen Buchstaben vor. Nun haben alle Teilnehmenden eine Minute Zeit, zu allen Kategorien einen Begriff mit dem Buchstaben zu finden. Für einen korrekten Begriff gibt es einen Punkt. Für einen Begriff, den sonst niemand hat, gibt es zwei Punkte. Am Ende werden die Punkte zusammengezählt. Wer die meisten Punkte hat, gewinnt.

### Dauer

20–30 Minuten

### Material

Stifte und Papier

### Urheberschaft

Anna Rein



# Noch Energie?

## Direkte und schnelle Abfrage des Energielevels

### Wofür?

Mit dieser Übung lässt sich schnell herausfinden, ob die Teilnehmenden noch Energie, Motivation oder gute Laune haben, um weiterzuarbeiten, oder ob sie zum Beispiel eine Pause brauchen.

### Anleitung

Die Kursleitung bittet alle Teilnehmenden anzuzeigen, wie viel Energie/Motivation sie noch haben oder wie gut ihre Laune ist, indem sie sich entsprechend positionieren. Dies kann beispielsweise so aussehen:

- Aufrecht stehen: Ich habe noch viel Energie/Motivation bzw. gute Laune.
- Schultern hängen lassen: Ich habe etwas weniger, aber noch genug Energie/Motivation/gute Laune.
- Gebeugt stehen: Ich habe eher wenig Energie/Motivation bzw. gute Laune.
- Sitzen: Ich habe nur noch wenig Energie/Motivation/gute Laune.
- Auf dem Boden liegen: Ich habe gar keine Energie/Motivation/gute Laune mehr.

Die Kursleitung kann alle Positionen einmal vorführen, bevor die Übung losgeht. Die Teilnehmenden können sich auch selber auf bestimmte Positionen oder Gesten einigen, die für das jeweilige Energielevel stehen.

### Dauer

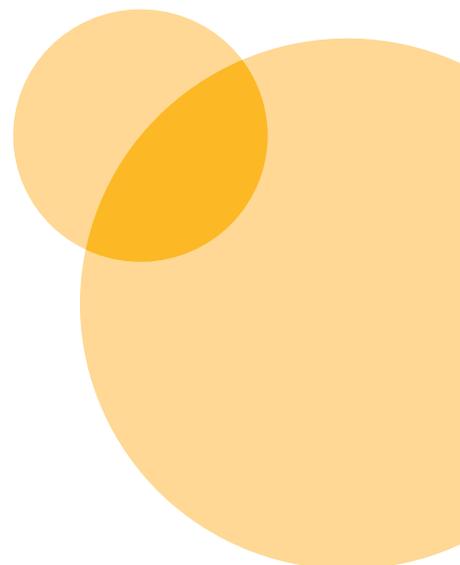
5 Minuten

### Material

Kein Material

### Urheberschaft

Jannik Veenhuis





# 5-Finger-Feedback

## Das liegt doch auf der Hand!

### Wofür?

Diese Übung ist ein unkompliziertes Feedback-Tool, mit dem die Kursleitung Rückmeldung zu verschiedenen Aspekten der Fortbildung bekommen kann. Die Teilnehmenden sind in der Lage, über die Höhepunkte wie auch die unbefriedigenden Aspekte des Kurses zu reflektieren und sich mitzuteilen.

### Anleitung

Die Kursleitung zeigt einen Flipchart mit dem Bild einer Hand und den zugehörigen Feedback-Kategorien. Anhand des Bildes erklärt sie, wie das Feedback funktioniert:



Die Teilnehmenden erhalten ein leeres Blatt Papier und zeichnen den Umriss ihrer Hand darauf. Dann schreibt jede und jeder Teilnehmende ihr oder sein individuelles Feedback (zu einer bestimmten Übung, Einheit oder dem kompletten Kurs) auf jeden Finger. Anschließend erklärt jede und jeder Teilnehmende vor dem Plenum die jeweilige Feedback-Hand.

**Dauer**

15–20 Minuten

**Material**

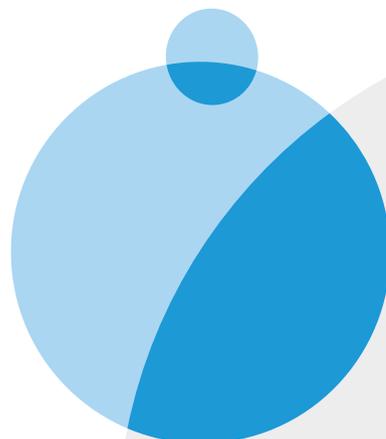
- Flipchart mit Hand und Feedback-Kategorien – siehe oben
- Weißes Papier und Stifte

**Anmerkung**

- Die Gruppe kann auch in zwei Teile eingeteilt werden, um die Übung zu verkürzen. Jedes Kursleitungsmitglied erhält dann Feedback von der Hälfte der Teilnehmenden.
- Bei der Vorstellung der Hand sollte bedacht werden, dass Gesten in verschiedenen Ländern unterschiedlich gedeutet werden. Es sollte genügend Zeit dafür eingeplant werden, die Bedeutung der Feedback-Finger mit der Gruppe zu besprechen.

**Urheberschaft**

DVV International 2018: Curriculum interculturALE: Interkulturell-didaktische Lehr- und Lernmaterialien zur Fortbildung von Kursleitenden und ehrenamtlich Tätigen in der Erwachsenenbildung mit Geflüchteten 2018, DVV International, Bonn.





# Visualisiertes Feedback

## Nonverbal Rückmeldung geben

### Wofür?

Diese Übung bietet die Möglichkeit, Feedback-Situationen mithilfe von Visualisierungen aufzulockern und Rückmeldung zu verschiedenen Inhalten und Aspekten der Fortbildung zu bekommen. Sie eignet sich vor allem auch für Gruppen, die Sprachbarrieren haben oder lieber indirekt Feedback geben.

### Anleitung

Visualisiertes Feedback kann alternativ oder zusätzlich zu herkömmlichen schriftlichen oder offenen mündlichen Feedback-Runden eingesetzt werden. Die Teilnehmenden haben so die Möglichkeit, anonymes Feedback in einem informellen Rahmen zu geben. Dazu können mehrere Pinnwände als Feedback-Stationen zu verschiedenen Themen aufgestellt werden.

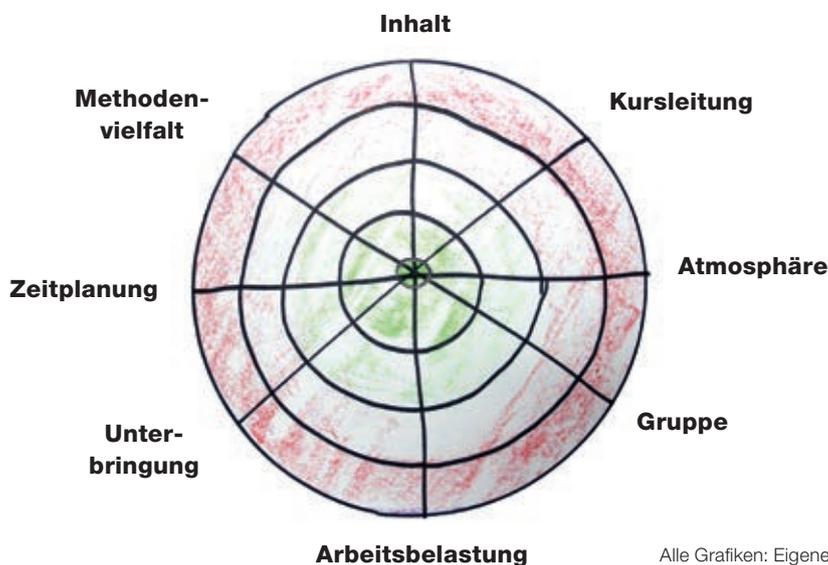


Hier einige Beispiele:

1. Für eine Gesamtbewertung der Zufriedenheit der Teilnehmenden mit dem Kurs oder der Unterrichtsstunde kann die Zielscheibe verwendet werden. Die Teilnehmenden können die einzelnen Kategorien mit Punkt-Stickern oder durch Kreuze mit Markern bewerten. Die Kategorien können an jeglichen Kontext angepasst werden.

Bewertung:

- In der Mitte der Zielscheibe: sehr zufrieden
- Im äußeren Ring der Zielscheibe: nicht zufrieden



Alle Grafiken: Eigene Darstellung/Meike Woller

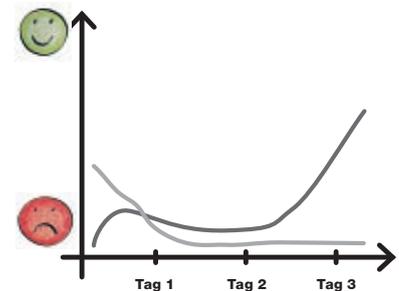


2. Die Tasche kann eingesetzt werden, um herauszufinden, was den Teilnehmenden am besten gefallen hat und was sie mitnehmen möchten. Das an eine Pinnwand geheftete Bild der Tasche kann mit der Leitfrage „Was nehmt ihr von der Unterrichtsstunde oder dem Kurs mit?“ überschrieben werden.



3. Um zu sehen, was den Teilnehmenden nicht gefallen hat und was sie nicht mitnehmen wollen, kann der Papierkorb genutzt werden. Das an eine Pinnwand geheftete Bild des Papierkorbs kann mit der Leitfrage „Was hat euch an dem Kurs oder der Unterrichtsstunde nicht gefallen?“ überschrieben werden.

4. Um die Frage „Wie war die Arbeitsatmosphäre im Laufe des Tages/des gesamten Kurses?“ zu beantworten, kann ein Koordinatendiagramm, das die Zeit auf der x-Achse und die Stimmungslage auf der y-Achse aufzeigt (z. B. mit Smileys und Frownies/Miesepetern) genutzt werden. Jede/ jeder Teilnehmende zieht ihre/seine eigene Stimmungslinie.



Alle Grafiken: Eigene Darstellung/Meike Woller

### Dauer

Kann an den jeweiligen Bedarf angepasst werden, je nachdem wie viele Feedback-Stationen umgesetzt werden.

### Material

- Marker
- Farbstifte und Buntstifte
- Flipcharts
- Pinnwände

### Anmerkung

Wenn das Feedback anonym bleiben soll, dann muss die Kursleitung dies vorab klarstellen. In dem Fall soll die Kursleitung entweder nicht hinschauen oder den Raum verlassen.

### Literaturhinweise

Ulrich, Stephan 2017: Menschen visualisieren: Einfach zeichnen – alles darstellen, Paderborn.

Rachow, Axel; Sauer, Johannes 2018: Der Flipchart Coach: Profi-Tipps zum Visualisieren und Präsentieren am Flipchart, Bonn.



# Der Baum der Erkenntnis

## Eine kreative Art des Feedbacks

### Wofür?

Diese Methode regt die Teilnehmenden dazu an, ihre Meinungen, Gefühle und Wahrnehmungen zum Kurs zu reflektieren und mitzuteilen.

### Anleitung

Die Kursleitung bereitet im Vorfeld einen großen Flipchart oder eine Metaplan-Wand mit einem aufgezeichneten Baum vor. Dann verteilt die Kursleitung Moderationskarten unter den Teilnehmenden. Sie werden aufgefordert, Feedback zu verschiedenen Aspekten der Fortbildung abzugeben, wie z. B. zur Kursleitung, zur Moderation, zum Inhalt, zur Atmosphäre, zur Gruppe. Die verteilten Karten haben verschiedene Farben mit folgender Bedeutung:

- **Rot** (die reifen Früchte) steht dafür, was die Teilnehmenden als neues Wissen bzw. Erfolg und als positive Aspekte betrachten.
- **Grün** (zarte Knospen) steht dafür, was den Teilnehmenden gefiel, von dem sie sich jedoch mehr wünschten.
- **Gelb** (Fallobst) steht dafür, was nicht so gut gelang oder für die negativen Aspekte, die sie bemerkten.

Die Teilnehmenden nehmen die Karten und heften sie nacheinander an den Baum – reife Früchte und zarte Knospen an die Baumkrone, Fallobst auf den Boden. Falls gewünscht, können sie auch darüber diskutieren.

### Dauer

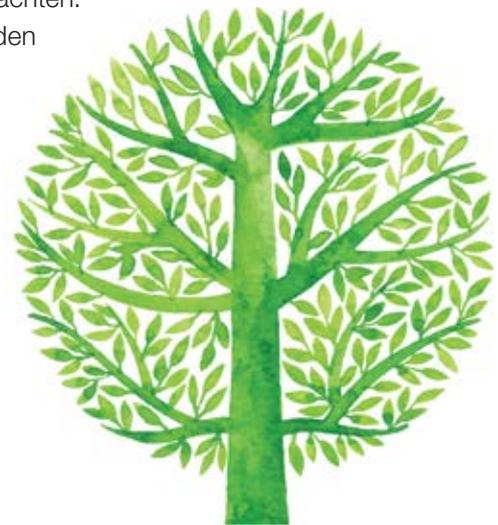
30 Minuten

### Material

- Metaplan-Wand
- Pins
- Moderationskarten
- Weißes Papier und Stifte

### Urheberschaft

Die Methode wurde im Rahmen einer Zusatzqualifikation von IJAB (<http://www.ijab.de>) und transfer e.V. (<http://www.transfer-ev.de>) angewendet. Online verfügbar unter [https://www.dija.de/toolbox-interkulturelles-lernen/methodenbox-interkulturell/?no\\_cache=1&tx\\_fedijamethoden\\_pi1%5BshowUid%5D=25&cHash=6bbdefe8d7cd10f7be2498a2d032bedc](https://www.dija.de/toolbox-interkulturelles-lernen/methodenbox-interkulturell/?no_cache=1&tx_fedijamethoden_pi1%5BshowUid%5D=25&cHash=6bbdefe8d7cd10f7be2498a2d032bedc) (5.9.2019).



Grafik: saemilee/Getty Images

## Impressum

### Herausgegeben von

DVV International  
Institut für Internationale Zusammenarbeit des Deutschen Volkshochschul-Verbandes e. V.

Obere Wilhelmstraße 32  
53225 Bonn  
Deutschland

Telefon: +49 (0) 228 97569 – 0  
Telefax: +49 (0) 228 97569 – 55

E-Mail: [info@dvv-international.de](mailto:info@dvv-international.de)  
Website: [www.dvv-international.de](http://www.dvv-international.de)

1. Auflage  
2020

### Verantwortlich

Christoph Jost

### Konzept und Redaktion

Meike Woller

### Lektorat/Korrektorat

Sönke Hallmann

### Layout

designlevel 2  
[www.designlevel2.de](http://www.designlevel2.de)

### Druck

inpuncto:asmuth druck + medien gmbh

### ISBN

978-3-942755-42-9

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

### Lizenzhinweis

Soweit im Einzelfall nicht anders geregelt und soweit keine Rechte Dritter betroffen sind, unterliegen die Werke dieser Webseite der folgenden Lizenz:



Diese Lehr- und Lernmaterialien von DVV International sind unter der Creative-Commons-Lizenz „Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International“ veröffentlicht. Weitere Informationen unter: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>  
Urheberrechtliche Angaben zu Bildern/Grafiken etc. finden sich direkt bei den Abbildungen.

