








| | |
|--|---|
| <h1>Vier-Ecken-Spiel</h1> | <p><u>Kapitel:</u></p> <p>Was mir sonst noch gut tut</p> |
| <p><u>Alter und Anzahl der Personen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • ab 10 Jahre – unbegrenzt • bei <u>digitalen</u> Gruppentreffen: max. 20 Personen, damit noch alle gleichzeitig auf dem Bildschirm zu sehen sind • bei <u>Präsenz</u>treffen auch in Gruppen von bis zu 50 Personen leicht möglich, sofern genug Platz im Raum bzw. im Freien ist | <p><u>Ziele (detailliert):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Gemeinsamkeiten finden • Verbindendes sichtbar machen • sich mit anderen TN in verschiedenen Teilgruppen verbunden fühlen |
| <p><u>Vorbereitung/Material:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsblatt „Vier-Ecken-Spiel“ (für den Spielleiter) • bei <u>digitalen</u> Gruppentreffen: Jeder TN hat vier Blätter: jedes enthält eine groß geschriebene Zahl von 1 bis 4 zum Hochhalten • bei <u>Präsenz</u>treffen 16 DIN-A 4 – Blätter und Stifte (4 Durchgänge x 4 Ecken) | <p><u>Zeit/Dauer:</u> 30-40 Min.</p> <p><u>Ort:</u> im Haus oder im Freien</p> <p><u>Hier geht es um:</u></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/></div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/></div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/></div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/></div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/></div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/></div> <div style="text-align: center;"> <input type="checkbox"/></div> </div> |
| <p><u>Sinn / Ziel dieser Übung</u></p> <p>Menschen werden (leider) meistens spontan nur (!) aufgrund von sehr wenigen sichtbaren Dingen eingeschätzt. Was ist dabei vor allem im Blick? Ihr Äußeres, ihr Auftreten, ihr Besitz, ihr Beruf.</p> <p>Viele Menschen, egal ob ohne Beeinträchtigungen oder mit, schneiden bei diesem (Vor-)Urteil aus der Sicht der Anderen (Fremdwahrnehmung) und sogar aus ihrer eigenen Sicht (Selbstwahrnehmung) weniger günstig ab als gewünscht. Der Grund liegt darin, dass bei der Bewertung auf viel zu wenige (!) Dinge geschaut wird, nämlich nur auf sehr wenige oberflächliche und leicht sichtbare Dinge.</p> <p>Dennoch haben alle diese Menschen eine Menge von Interessen, Eigenschaften und Fähigkeiten, die zwar auf den ersten Blick nicht sichtbar sind, die aber trotzdem sehr wertvoll sind und die sie mit anderen Menschen gemeinsam haben, ohne dass sie jemals über diese Themen gesprochen und das Verbindende entdeckt hätten. Wir wissen viel zu wenig voneinander und deshalb kann das Gefühl von thematischen Gemeinsamkeiten, von einem punktuell Verbunden-Sein also überhaupt gar nicht erst entstehen.</p> <p>Diese Übung hat deshalb <u>zwei Ziele</u>:</p> <p>Erstens, alle TN äußern sich zu völlig verschiedenen Themenbereichen. Das bisher Unsichtbare wird sichtbar gemacht, das bisher Unausgesprochene kann besprochen werden. Das ist der <u>individuelle</u> Anteil dieser Übung.</p> <p>Zweitens, alle TN ordnen sich denjenigen Personengruppen zu, mit denen sie zu einer Frage etwas gemeinsam haben. Das ist der <u>gruppenbezogene</u> Anteil dieser Übung.</p> <p><u>Wichtig:</u> Alle TN äußern sich nicht nur zu dem, was tatsächlich gemacht haben, sondern auch zu dem, was sie gerne machen würden, denn auch in ihren Wünschen und Träumen drücken sich ihre Interessen aus. (== > Wirklichkeit und Wunsch).</p> <p><u>Beispiele</u> für Themenbereiche sind: Essen / Urlaub / Sport / Spiele / Filme / Tiere / Musik / Arbeitswelt / Freizeit /.... Es können bei einem Treffen auch je ein Durchgang aus vier verschiedenen Bereichen durchgeführt werden.</p> <p><u>Durchführung unter zwei verschiedenen Rahmenbedingungen</u></p> <p>Das Vier-Ecken-Spiel ist eine Übung, die leicht unter verschiedenen Rahmenbedingungen durchgeführt werden kann:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bei einem digitalen Gruppentreffen • bei einem Präsenztreffen. | |

Durchführung bei einem digitalen Gruppentreffen:

Als Erstes bereiten die TN die vier Blätter vor, auf die sie jeweils eine große Zahl von 1 bis 4 schreiben, die sie später im Laufe des Spiels in die Kamera hochhalten.

Dann erklärt der GL das Spiel:

*Es geht in dem Spiel darum, herauszufinden, wer was mit wem gemeinsam hat.
Dazu gibt es heute vier Durchgänge bzw. vier Themen.*

1. Durchgang:

*Wir fangen mit dem Thema „**Lieblingsessen**“ an. Ich lese vier Gerichte vor, sozusagen als „Speisekarte“.*

Jeder wählt daraus das aus, was er am liebsten isst bzw. was er mal am liebsten essen möchte.

Jeder muss sich allerdings für ein Gericht entscheiden.

Jedes Gericht hat eine Zahl und jeder von euch hält dann das Blatt Papier mit der entsprechenden Zahl hoch, aber zunächst mit der leeren Rückseite zur Kamera von eurem Laptop bzw. von eurem Tablet.

Erst wenn ich sage „Auf die Plätze – fertig – umdrehen!“ drehen alle die Blätter um und die Zahlen werden für alle anderen TN sichtbar.

Mit dieser Vorgehensweise möchten wir alle TN ermutigen, sich eine eigene (!) Meinung zu bilden statt genau das nachzumachen, was andere TN vormachen. Jeder ist sein eigener Chef! Jeder hat eine eigene Meinung!

Ich lese jetzt einmal die vier Möglichkeiten nacheinander vor und erst nach (!) dem zweiten Vorlesen haltet ihr ... – wie gesagt – dann die Blätter hoch, zunächst mit der leeren Rückseite zur Kamera. Es geht los:

- 1. Wer am liebsten etwas Selbstgekochtes vom **Grill** isst, z. B. Steaks oder Würstchen, gegrillten Fisch oder gegrilltes Gemüse wie Auberginen oder Maiskolben, ..., der hält die Zahl 1 hoch.*
- 2. Wer am liebsten etwas Selbstgekochtes aus dem **Backofen** isst, z. B. Aufläufe oder Lasagne, der hält die Zahl 2 hoch.*
- 3. Wer am liebsten etwas Selbstgekochtes aus dem **Kochtopf** isst, z. B. Kartoffeln, Gemüse, Suppen,... der hält die Zahl 3 hoch.*
- 4. Wer am liebsten etwas aus der **Pfanne** isst, hält die Zahl 4 hoch.*

Jetzt lese ich alles zum zweiten Mal vor. Haltet nun eure Blätter bereit.

Kurz gesagt: Grill 1 Backofen 2 Kochtopf 3 Pfanne 4

Und nun: „Auf die Plätze – fertig – umdrehen!“

Der GL bittet nun aus jeder der vier Gruppen nacheinander 2-3 Personen ganz kurz (!) ein paar Details zu sagen darüber, WAS er genau mag (z. B. beim Grillen) und WIE er es mag und OB er es auch schon SELBER machen kann.

Diese kurzen Berichte haben eine mehrfache Wirkung:

Erstens üben die TN, vor einer Gruppe über etwas zu sprechen. Manche können das schon, manche noch nicht und lernen es hier im vertrauten Kreis.

Zweitens finden sich unterschiedliche Persönlichkeiten innerhalb jeder Gruppe. Jemand, der sonst im Alltag sehr still und schüchtern ist, kann vielleicht über dieses „Lieblingsthema“ sicher und souverän berichten und erscheint in diesem Moment dem nächsten TN aus der Gruppe ebenbürtig, obwohl dieser im Alltag möglicherweise eher sicher und dominant auftritt. Berichte geben die Chance, mal innerhalb der Gruppe punktuell einen anderen Rangplatz einzunehmen.

Drittens ist hier ein erster Schritt vom KENNEN zum KÖNNEN: Wenn ein TN berichtet, dass er bestimmte Dinge SELBER KANN, bringt das eine gewisse Wertschätzung von außen und stärkt den Selbstwert von innen.

Viertens ermutigen diese Berichte die anderen TN zum künftigen Ausprobieren nach dem Motto „*Wenn XY das kann, dann müsste ich das auch hinkriegen. Vielleicht kann ich ja sogar von XY ein paar Tipps bekommen.*“

Wenn aus jeder Gruppe die kurzen Berichte zu WAS, WIE und OB abgeschlossen sind, beginnt der nächste Durchgang. Wieder werden zu einem Thema vier Antwortmöglichkeiten angeboten, die TN ordnen sich mit ihren Zahlen den Kategorien zu und anschließend kommen aus jeder Gruppe einige TN mit kurzen detaillierten Berichten zu Wort.

Auch bei digitalen Gruppentreffen sollten pro Sitzung max. 3-4 Durchgänge dieses Spiels gemacht werden. Am Ende der Sitzung darf die Auswertung nicht fehlen, denn hier wird das Gelernte allen TN richtig bewusst.

Eine gute Alternative ist es, nur einen Durchgang zu machen und diesen als Einstieg oder als Ausklang von Gruppentreffen zu nehmen, bei denen eher ernste Themen besprochen werden, denn dieses Spiel lockert auf.

Durchführung bei einem Präsenztreffen:

Alle Teilnehmer stehen im Kreis. Tische und Stühle sind beiseite gerückt.

Dann erklärt der GL das Spiel:

*Es geht in dem Spiel darum, herauszufinden, wer was mit wem gemeinsam hat.
Dazu gibt es heute vier Durchgänge bzw. vier Themen.*

1. Durchgang:

*Wir fangen mit dem Thema „**Lieblingessen**“ an. Ich lese vier Gerichte vor, sozusagen als „Speisekarte“. Jeder wählt daraus das aus, was er am liebsten isst bzw. was er mal am liebsten essen möchte. Jeder muss sich allerdings für ein Gericht entscheiden.*

Beim zweiten Vorlesen zeige ich für jede Möglichkeit dabei auf eine Ecke dieses Raumes.

Dort gehen alle TN hin, für die das genannte Lieblingsessen zutrifft.

Ihr habt dann einige Minuten Zeit, euch gegenseitig ganz kurz (!) ein paar Details zu sagen darüber, WAS jeder genau mag (z. B. beim Grillen), WIE er es mag und OB er es auch schon SELBER machen kann.

Dort in jeder Ecke liegt außerdem ein Blatt, auf dem ihr euren Namen eintragen könnt, um euch an einem Austausch von schriftlichen Rezepten zu beteiligen. Das Eintragen ist freiwillig.

Ich gebe euch ein Signal, wenn die vorgesehene Zeit zu Ende ist, damit der nächste Durchgang beginnen kann.

Also die vier Alternativen sind:

- 1. Wer isst am liebsten etwas Selbstgekochtes vom **Grill**, z. B. Steaks oder Würstchen, gegrillten Fisch oder gegrilltes Gemüse wie Auberginen oder Maiskolben, ...?*
- 2. Wer isst am liebsten etwas Selbstgekochtes aus dem **Backofen**, z. B. Aufläufe oder Lasagne, ...?*
- 3. Wer isst am liebsten etwas Selbstgekochtes aus dem **Kochtopf**, z. B. Kartoffeln, Gemüse, Suppen, ...?*
- 4. Wer isst am liebsten etwas aus der **Pfanne**?*

Jetzt lese ich alles zum zweiten Mal vor.

Und nun beim dritten Mal ganz kurz die Zuordnung:

| | | | |
|-----------------|--------------------------|-----------------|---------------------------|
| <i>Grill</i> | <i>Ecke vorne links</i> | <i>Backofen</i> | <i>Ecke hinten links</i> |
| <i>Kochtopf</i> | <i>Ecke vorne rechts</i> | <i>Pfanne</i> | <i>Ecke hinten rechts</i> |

Geht jetzt bitte in die Ecken! Und unterhaltet euch über das WAS, das WIE und das SELBER-Machen.

Diese kurzen Gespräche in den Ecken haben eine mehrfache Wirkung:

Erstens üben die TN, vor einer Gruppe über etwas zu sprechen. Manche können das schon, manche noch nicht und lernen es hier im vertrauten Kreis.

Zweitens finden sich unterschiedliche Persönlichkeiten innerhalb jeder Gruppe. Jemand, der sonst im Alltag sehr still und schüchtern ist, kann vielleicht über dieses „Lieblingsthema“ sicher und souverän berichten und erscheint in diesem Moment dem nächsten TN aus der Gruppe ebenbürtig, obwohl dieser im Alltag möglicherweise eher sicher und dominant auftritt. Solche Gespräche bieten die Chance, mal innerhalb der Gruppe punktuell einen anderen Rangplatz einzunehmen.

Drittens ist hier ein erster Schritt vom KENNEN zum KÖNNEN: Wenn ein TN berichtet, dass er bestimmte Dinge SELBER KANN, bringt das eine gewisse Wertschätzung von außen und stärkt den Selbstwert von innen.

Viertens ermutigen diese Berichte die anderen TN zum künftigen Ausprobieren nach dem Motto „Wenn XY das kann, dann müsste ich das auch hinkriegen. Vielleicht kann ich ja sogar von XY ein paar Tipps bekommen.“

Wenn aus jeder Gruppe die kurzen Gespräche zu WAS, WIE und OB abgeschlossen sind, beginnt der nächste Durchgang. Wieder werden zu einem Thema vier Antwortmöglichkeiten angeboten, die TN ordnen sich den einzelnen Ecken zu und in jeder neuen Gruppenkonstellation bieten sich neue Gesprächsanlässe.

Auch bei Präsenz-Gruppentreffen sollten pro Sitzung max. 3-4 Durchgänge dieses Spiels gemacht werden. Sie können durchaus aus verschiedenen Themenbereichen sein.

Am Ende der Sitzung darf die Auswertung nicht fehlen, denn hier wird das Gelernte allen TN richtig bewusst.

Eine gute Alternative ist es, nur einen Durchgang zu machen und diesen als Einstieg oder als Ausklang von Gruppentreffen zu nehmen, bei denen eher ernste Themen besprochen werden, denn dieses Spiel lockert auf.

Die Auswertung darf nicht fehlen!

Auswertungsfragen: (nach der letzten Runde)

- Was habe ich Neues über andere TN erfahren?
- Mit wem habe ich überraschenderweise etwas Gemeinsames? Wie konnten wir darüber reden?
- Über was habe ich mich in den verschiedenen Gesprächen besonders gefreut?
- Mit wem möchte ich künftig mal mehr über die entdeckten Gemeinsamkeiten sprechen?

Erfahrungen: (bitte auf der Rückseite notieren)

Im Zusammenhang mit dem Sinn dieser Übung wurde anfangs festgestellt, dass die Menschen (leider) meistens spontan nur (!) aufgrund von sehr wenigen sichtbaren Dingen eingeschätzt werden. Im Blick sind dabei üblicherweise nur ihr Äußeres, ihr Auftreten, ihr Besitz, ihr Beruf.

Dieses „übliche“ Blickfeld wird im Folgenden durch die aufgeführten Vorschläge ganz wesentlich erweitert. Es werden Ideen zu Bereichen genannt, bei denen möglicherweise vorhandene Teilleistungsschwächungen und/oder Beeinträchtigungen und Behinderungen keine (!) maßgebliche Rolle spielen.

Die nachfolgenden Themenbereiche spiegeln unser Leben in seiner völlig natürlichen, alltagsnahen Form: In dem einen Bereich haben wir mit diesen Personen etwas gemeinsam, in dem anderen Bereich mit jenen Personen, in wieder einem weiteren Bereich ergibt sich eine neue Konstellation usw.. So ist das Leben und so ist es ja auch gut. Das kann in dieser Übung spielerisch gezeigt werden.

Das Wichtigste sind dabei die Gespräche in den Teilgruppen, weil sie das Wissen übereinander wesentlich vertiefen und ein Erlebnis/eine Erfahrung des Dazugehörens ermöglichen.

Für alle Menschen ist auch ihr (noch) nicht gelebtes Leben mit den eigenen Wünschen und Träumen von allergrößter Bedeutung, weil es die Menschen für die Zukunft motiviert oder weil es den Menschen auch einfach nur Kraft gibt, um eine möglicherweise sehr schwierige Gegenwart auszuhalten.

Diese Übung lässt angesichts dieser positiven Wirkung als Kraftquelle das Gespräch über die persönlichen Wünsche und Träume explizit zu!

Gedanken-Anstöße zum Vier-Ecken-Spiel

Bitte unbedingt bestimmte Begriffe durch das ersetzen, das zur jeweiligen Personengruppe besser passt!

Urlaub **Wo ich bereits war / Wo ich gerne einmal hinmöchte**

Vier eigene Antwortmöglichkeiten ausdenken oder einige Beispiele aus dieser Liste nehmen

- in den Bergen am Meer auf einer Insel auf dem Bauernhof
- in einer Höhle auf einem Gipfel in einem Bergwerk in einer Wüste
- Köln Hamburg Berlin München
- Paris Rom London Wien
- Schottland Griechenland Spanien Schweden

Sport **Was ich schon gemacht habe / Was ich gerne können möchte**

Vier eigene Antwortmöglichkeiten ausdenken oder einige Beispiele aus dieser Liste nehmen

- Rad fahren joggen schwimmen etwas im Fitness-Studio
- Fußball Tennis Tischtennis Minigolf
- Klettern paddeln Bogenschießen tauchen
- Bowling Billard Boule Darts

Spiele **Was ich schon kann / Was ich gerne können möchte**

Vier eigene Antwortmöglichkeiten ausdenken oder einige Beispiele aus dieser Liste nehmen

- Mau-Mau Skat Uno Rommé
- Mühle Dame Schach Malefiz

Essen **Was ich schon gegessen habe / Was ich gerne esse**

Vier eigene Antwortmöglichkeiten ausdenken oder einige Beispiele aus dieser Liste nehmen

- Käsekuchen Himbeerschnitten Windbeutel Schwarzwälder Kirschtorte
- Spagetti Pizza Lasagne Milchreis
- Thunfisch Fischstäbchen Calamares Scampi
- Chili Cordon Bleu Steak Veggi-Burger
- Avocado Auberginen Artischocken Broccoli

Essen möchte ... **Was ich schon selber gekocht habe / Was ich gerne kochen können**

Vier eigene Antwortmöglichkeiten ausdenken oder einige Beispiele aus dieser Liste nehmen

- Spagetti Pizza Lasagne Milchreis
- Chili Crêpes Quiche Waffeln

