

Demotopia

Anregungen für
ein erlebnispädagogisches
Demokratiecamp
mit Jugendlichen



Einführung, Theoretische Grundlagen und Erkenntnisse.....	3	<i>4. Integration von Gruppenphasen in die Camp-Planung.....</i>	<i>34</i>
<i>1. Projektidee und -entstehung.....</i>	<i>4</i>		
Wie diese Broschüre zu lesen ist.....	5		
<i>2. Das Demotopia-Konzept.....</i>	<i>6</i>		
2.1 Demokratiebildung –	6	4.1 Forming: Erste Begegnungen und Orientierung ermöglichen.....	34
Konzeptionelle Grundlage des Projekts		Speed-Dating.....	35
2.2 Erlebnispädagogik – Einführung in die handlungsorientierte Bildungspraxis.....	7	Dreieck der Gemeinsamkeiten.....	36
Wirkungsmodelle der Erlebnispädagogik.....	9	Mondlandung.....	37
2.3 Transfer von der Theorie zum Konzept....	11	Marshmallow Challenge.....	38
Demokratiepädagogische Ansätze können vielfältig aussehen.....	12	Paperplanes.....	39
2.4 Ablauf des Sommercamps:			
Planung und Durchführung.....	13	<i>4.2 Storming: Konflikte bearbeiten und Rollenfindung begleiten.....</i>	<i>40</i>
2.5 Erkenntnisse aus dem Pilotprojekt:	16	Schreien-Grölen-Kreischen.....	43
Was lief gut – Und was würden wir anders machen?		Marktschreier.....	44
Konzeptbausteine.....	19	Stab absenken.....	45
<i>1. Storyline.....</i>	<i>20</i>	Drei Säulen der Demokratie.....	46
<i>2. Partizipationsmöglichkeiten:</i>		Ausbrechen.....	48
<i>Die Abendrunde und Alternative.....</i>	<i>21</i>	Reflektionsmöglichkeiten.....	49
Die Abendrunde.....	21	zum Abschluss	
<i>Systemisches Konsensieren: Konsensfindung in Gruppen, in denen nicht alle gleich gut argumentieren können.....</i>	<i>22</i>	<i>4.3 Norming: Zusammenhalt spüren und Vertrauen stärken.....</i>	<i>50</i>
<i>3. Warm Ups.....</i>	<i>24</i>	4.3.1 Erlebnispädagogische Spiele.....	51
Klimaerwärmung.....	24	Wasserrohr.....	52
Demokratiesalat (Obstsalat).....	25	Gestrandet.....	53
Gemeinsam aufstehen.....	27	Das Netz.....	54
Demokratie geht nur gemeinsam: Durch den Reifen.....	28	Sandsturm.....	55
Wie lösen wir das gemeinsam?		4.3.2 Rätsel.....	56
Demokratie erleben im Gordischen Knoten..	29	Knacke den Code!.....	57
Wahlzettel-Wettkampf.....	30	Das 7 Minuten Escape Adventure.....	58
Ich bin die Demokratie	31	4.3.3 Gemeinsame Abschlusschallenge:.....	59
Bürger*in und Politiker*in.....	33	Moorpfad	
		<i>4.4 Performing: Selbstwirksamkeit stärken und gemeinsam gestalten.....</i>	<i>60</i>
		Einstimmung: Perspektivenwechsel – Mein Leben als Opfer, mein Leben als Held*In.....	61
		Theater.....	62
		Schritt-für-Schritt.....	64
		<i>4.5 Adjourning: Reflexion, Transfer und Abschied.....</i>	<i>66</i>
		Quellen.....	67

Einführung, theoretische Grundlagen & Erkenntnisse

1. Projektidee und -entstehung

Die vorliegende Broschüre ist das Ergebnis eines partnerschaftlichen Projekts von BÜRO BLAU (DE), outreach gGmbH (DE), dem Jugendzentrum JuZe Naturns EO (IT) und dem Jugendtreff Inside (BEL). Mit dieser Handreichung wollen wir euch unsere Erfahrungen und Methoden für ein erlebnispädagogisches Demokratiecamp für Jugendliche zugänglich machen. In unserem ersten gemeinsamen Projekt „Demokratieflugbegleitung“, das als eine kleine Erasmus+ -Partnerschaft im Jugendbereich angesiedelt war, haben wir uns inhaltlich mit Demokratiebildung und Rechtspopulismus auseinandergesetzt und sind in einen Methodenaustausch getreten. Das Ziel: niedrigschwellige Angebote für Einrichtungen zu entwickeln, mit denen Jugendarbeiter*innen zum einen Jugendliche für Rechtspopulismus sensibilisieren und zum anderen selber auf rassistische und rechtspopulistische Aussagen reagieren können. Fortlaufend beschäftigt uns dabei die Frage, wie wir Jugendliche unterstützen können, eigenständig Interesse an politischen Themen zu gewinnen und sich aktiv zu engagieren.¹

Mit dem nachfolgenden Erasmus+ -Projekt, dessen Ergebnis ihr in der Hand haltet, schlagen wir eine Brücke von den Anforderungen zeitgemäßer Jugendarbeit im Feld der Demokratiebildung zu den Erwartungen von Jugendtreffbesucher*innen an eine zwanglose Freizeitgestaltung. Erlebnispädagogische Aktivitäten eignen sich hierfür besonders gut, weil sie Menschen nicht nur auf einer kognitiven Ebene in Kontakt bringen, sondern durch gemeinsame Erfahrungen auch einen emotionalen Austausch ermöglichen.

Wir verknüpfen also Demokratievermittlung und Erlebnispädagogik in einem europäischen Austausch und bringen die unterschiedlichen Länderperspektiven in diesem bislang recht selten eingesetzten Methodensetting zusammen. Insbesondere die Erlebnispädagogik hat ihr Potential noch nicht ausgeschöpft und die Synergien zwischen ihr und der politischen Bildung sind vielfältig.

Aus diesen Überlegungen heraus entstand unser erlebnispädagogisches Demokratie-Sommercamp „Demotopia“, das wir in regelmäßigen Online-Treffen mit zweiwöchigem Abstand und einer gemeinsamen Planungswoche in Berlin im Februar 2024 entwickelten. Das Planungstreffen wurde durch Leander Vierheilig vom Centrum für Erlebnispädagogik e.V. mit einer dreitägigen Fortbildungseinheit zum Thema Erlebnispädagogik begleitet. Jeweils drei Jugendliche aus Deutschland, Belgien und Italien haben an diesen vorbereitenden Treffen teilgenommen, um an der Konzipierung des Camps mitzuwirken. Das achttägige Camp fand schließlich im August 2024 auf Rügen statt, mithilfe von und für insgesamt 24 Jugendliche aus Italien, Belgien und Deutschland. Auch sieben Fachkräfte der Jugendsozialarbeit und drei Projektmitarbeitende der verschiedenen Partnerorganisationen waren als Teamer*innen mit dabei. Nach Abschluss des Camps trafen wir uns weiterhin regelmäßig online, um den Ablauf des Camps zu evaluieren und zu überarbeiten.

Die Ergebnisse unserer Evaluation und die konzeptionelle Weiterentwicklung des Camps liegen nun vor Euch.

1 Die Ergebnisse haben wir in der Broschüre „Demokratiepilot*innen - Ein Einstieg zur Demokratiebildung und zum Umgang mit Rechtspopulismus in der Offenen Jugendarbeit“ dargelegt (vgl. https://www.bueroblau.de/media/Demokratiepilotinnen_DE_Web.pdf).

Wie diese Broschüre zu lesen ist

Da die Umsetzung des Camps nicht ganz reibungslos verlief, haben wir uns nach der Durchführung intensiv Zeit genommen, das Konzept zu überarbeiten. Statt einen starren Wochenablauf oder detaillierte Vorgaben zu präsentieren, bieten wir in dieser Broschüre Module an, von der Storyline über die Abendrunden bis hin zu den verschiedenen Gruppenphasen.

Ziel ist es, Methoden und Anregungen vorzustellen, die flexibel und situationsabhängig von Jugendsozialarbeiter*innen an die jeweiligen Gruppen angepasst werden können.

1. Einführung, theoretische Grundlagen und Erkenntnisse

Im ersten Teil geben wir einen umfassenden Einblick in die Grundlagen unseres Camps. Hier erläutern wir, welche pädagogischen Überlegungen und Ziele hinter Demotopia stehen und wie Demokratiebildung und Erlebnispädagogik miteinander verknüpft werden können. Wir stellen relevante Wirkungsmodelle vor, die uns bei der Entwicklung des Konzepts geleitet haben, und zeigen auf, wie sich theoretisches Wissen praxisnah in ein Camp-Konzept übertragen lässt. Darüber hinaus nehmen wir die Leser*innen mit in die Planung und Durchführung unseres Sommercamps und teilen unsere wichtigsten Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Pilotprojekt. Dieser Abschnitt bietet also sowohl theoretische Hintergründe als auch praktische Learnings, die für die Umsetzung zukünftiger Camps wertvoll sein können.

2. Konzepte und Module für die Praxis

Im zweiten Teil der Broschüre stellen wir die konkreten Bausteine unseres Camp-Konzepts vor, die von Jugendsozialarbeiter*innen flexibel genutzt und an unterschiedliche Gruppen angepasst werden können. Die Module bilden das Herzstück der Broschüre und umfassen:

Die Storyline als roter Faden

Die Storyline schafft einen inhaltlichen Rahmen, der das Camp zusammenhält, Orientierung bietet und die Jugendlichen motiviert, sich aktiv einzubringen.

Partizipationsmöglichkeiten

Wir zeigen, wie Jugendliche nicht nur Teilnehmende, sondern aktive Gestalter*innen des Camps werden können – etwa durch die Abendrunde oder das systemische Konsensieren als alternative Entscheidungsmethode.

Warm Ups für einen motivierenden Start in den Tag

Kurze, aktivierende Übungen helfen, die Gruppe morgens zu sammeln, die Aufmerksamkeit zu fördern und mit Energie in den Tag zu starten.

Integration von Gruppenphasen

Ein zentrales Element unseres Konzepts ist die bewusste Gestaltung der Gruppenprozesse. Wir orientieren uns an den klassischen Gruppenphasen nach TUCKMAN – Forming, Storming, Norming, Performing und Adjourning – und geben für jede Phase konkrete Methoden, Übungen und Reflexionsimpulse an die Hand.

Abschließend folgt ein ↗ Quellenverzeichnis, das die theoretischen und methodischen Grundlagen des Konzepts zusammenfasst.

2. Das Demotopia-Konzept

2.1 Demokratiebildung – konzeptionelle Grundlage des Projekts

Demokratie lebt von Beteiligung. Neben den formalen Aspekten ist es für den Erhalt von Demokratie von fundamentaler Bedeutung, dass die gesellschaftlichen Aspekte von Demokratie an die nächsten Generationen weitergegeben und gestärkt werden. Dazu gehören Werte wie etwa die Achtung von Menschenrechten und die Prinzipien Freiheit, Gleichheit und Solidarität sowie der Schutz von Minderheiten. Genauso wichtig sind neben den Werten auch die „Spielregeln“ der Demokratie: Ein demokratisches System kann nur funktionieren, wenn Menschen sich daran beteiligen und sich engagieren. Auch Toleranz gegenüber verschiedenen Meinungen und Lebensentwürfen sowie die Akzeptanz demokratisch gefallter Entscheidungen gehören zu diesen „Spielregeln“.

Menschen dazu zu befähigen, Verantwortung für die Gesellschaft zu übernehmen und an politischen Prozessen aktiv teilzunehmen, gehört neben der Vermittlung demokratischer Werte zu den wichtigsten Zielen von politischer Bildung bzw. Demokratiebildung. In Zeiten zunehmender Unzufriedenheit mit dem politischen System und der Hinwendung zu populistischen und rechts-extremen „Alternativen“ ist es umso wichtiger, jungen Menschen die Möglichkeit zu bieten, die „Spielregeln“ und Werte der Demokratie in einem positiv besetzten Rahmen selbst zu erfahren.

Erlebnispädagogische Methoden eignen sich besonders gut, um diese Werte und Fähigkeiten zu vermitteln, da wichtige Charakteristika der modernen Erlebnispädagogik relevante Schnittstellen zur politischen Bildung aufweisen. So ermöglicht Erlebnispädagogik, wie keine andere pädagogische Methode, die Erfahrung und die Reflexion von gruppendiffusen Prozessen. Auf diesem Weg können beispielsweise Machtstrukturen oder In- und Exklusionsprozesse besprechbar gemacht werden. Sie bietet aber auch Raum, über individuelle Werte zu sprechen und diese in eine partizipative Form zu bringen. Der Fokus von Erlebnispädagogik, Menschen in ihrem Handeln zu unterstützen, fördert einen stärkenorientierten Blick und steigert somit die Selbstwirksamkeit. Ein weiteres Element von Erlebnispädagogik, das zur politischen Arbeit passt, ist der Umgang mit Grenzerfahrungen. Die Sensibilisierung für und die Akzeptanz von eigenen sowie von Grenzen anderer Menschen wirkt förderlich auf die Ausbildung von demokratischen Grundkompetenzen. Die Reflexion, die während oder nach erlebnispädagogischer Aktivitäten stattfindet, fördert außerdem Empathie, Mitgefühl und die Fähigkeit, Beziehungen einzugehen und auszubauen.

2.2 Erlebnispädagogik – Einführung in die handlungsorientierte Bildungspraxis

Erlebnispädagogik ist eine handlungsorientierte Methode der (politischen) Bildungsarbeit. Sie hat zum Ziel, durch die eindrückliche Erfahrung von ausgewählten Erlebnissen zur Bildung junger Menschen auf wirkungsvolle Weise beizutragen.

Gerade für pädagogische Ziele wie „Persönlichkeitsförderung oder [...] Erweiterung des eigenen Handlungsspielraums“ (MATTHES & BOUS 2017: 244) eignet sich Erlebnispädagogik besonders gut. Aufgrund der Prozessorientiertheit der Methode ist es schwierig, konkrete Ergebnisse zu kontrollieren. Der Einfluss einer erlebnispädagogischen Aktivität auf zwischenmenschliche Beziehungen, Teambuilding oder Werte wie Verantwortung, Leistung und Handlungsorientierung sollte laut HECKMAIR & MICHL (2018: 109-110) jedoch nicht unterschätzt werden. Gerade der Fokus auf die Handlung und das Erlebnis führt dazu, dass „erlebnispädagogische Bildung über ein traditionelles Bildungsverständnis sogar noch hinausgehen [kann], indem die ganze Persönlichkeit hin zu einem umfassenden Welt-Selbst-Verständnis gebildet wird“ (MATTHES & BOUS 2017: 244).

Grundsätzlich befinden sich erlebnispädagogische Aktivitäten im Spannungsfeld zwischen Erleben und Erziehen. Wichtig ist dabei ein ausgewogenes Verhältnis zwischen den drei Ebenen Ereignis/Erleben, Reflexion/Erinnern und Transfer/Erzählen (vgl. MICHL 2020: 9). Ein Erlebnis ohne Reflexion und Transfer genügt genauso wenig dem Anspruch von Erlebnispädagogik wie bloßes Erzählen ohne das Ereignis. Erst durch die Reflexion und den Transfer des Erlebten wird die Erfahrung pädagogisch nutzbar gemacht (vgl. MICHL 2020: 13).

Für die Durchführung erlebnispädagogischer Aktivitäten ist Planbarkeit wichtig - Erlebnispädagogik ist dezidiert nicht „Abenteuerpädagogik“. Der bildungswirksame Effekt der Erlebnispädagogik wird zwar darüber erreicht, dass teilnehmende Jugendliche mit Herausforderungen und teilweise auch subjektiven Grenzerfahrungen konfrontiert werden. Allerdings müssen Ablauf und Konsequenzen der Aktivität planbar sein, um einem wichtigen Standard der Erlebnispädagogik zu genügen: der Sicherheit. Ein weiteres wichtiges Kriterium der Erlebnispädagogik ist Ökologie bzw. ein nachhaltiger Umgang mit Umwelt und Natur. Dies gilt natürlich insbesondere, wenn diese das Lernfeld darstellen (vgl. MICHL 2020: 18; MATTHES & BOUS 2017: 245).

Auch geht es nicht um eine „Pädagogik der Härte“, also um Durchhalten um jeden Preis mit dem Ziel, einer vermeintlichen „Verweichung“ entgegenzuwirken (HECKMAIR & MICHL 2018: 181). Um wirksame und sinnvolle Erlebnispädagogik zu betreiben, ist es stattdessen notwendig, ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Begeisterung der Teilnehmenden und ihrem Bedürfnis nach Pausen zu schaffen sowie Raum für Reflexion zu geben (vgl. HECKMAIR & MICHL 2018: 12).

Erlebnispädagogische Übungen finden in der Regel im Team statt. Erfolgreiches Teambuilding ist daher ein wichtiges Ziel der Erlebnispädagogik, welches sich mit Hilfe des **Phasenmodells nach Tuckman** unterstützen lässt. Der US-amerikanische Psychologe BRUCE TUCKMAN entwickelte in den 1960er Jahren einen Ansatz, mit dessen Hilfe sich die erwartbaren Schwierigkeiten bei der Formierung einer Gruppe sowie sinnvolle Reaktionen gut nachvollziehen lassen.

Das klassische Modell enthält vier Phasen: Forming, Storming, Norming und Performing. Später wurde noch eine fünfte Phase, Adjourning, hinzugefügt.

Forming ist die Orientierungsphase, in der sich die Teilnehmenden eventuell unsicher, aber neugierig sowie betont sachlich und höflich begegnen. Hier können Projektleitende zum Beispiel durch Kennenlernspiele das Eis brechen und den Prozess des Bekanntmachens unterstützen. Ebenfalls ist es für die Gruppenleitung wichtig, Orientierung zu geben und ansprechbar zu sein, um dafür zu sorgen, dass sich alle wohlfühlen und gut über das kommende Erlebnis informiert sind.

In der **Storming-Phase** geht es um die Suche nach der eigenen Rolle innerhalb der Gruppe – das Miteinander wird ausgehandelt. Dabei kommt es zu Machtkämpfen und der Auseinandersetzung über Normen und Regeln. Projektleitende sollten sich darauf einstellen, dass es zu ersten Konflikten kommt, und nicht versuchen, diese zu verhindern. Stattdessen geht es darum zu begleiten, den Teilnehmenden einen sicheren Rahmen zur Austragung der Konflikte zu bieten und eventuell zu schlichten. Außerdem ist es sinnvoll, Teilnehmende aktiv in die Gruppe reinzuholen.

In der dritten Phase, dem **Norming**, wird Vertrauen in die Gruppe gebildet. Dies geschieht durch gemeinsame Rituale, sich inzwischen herausgebildete Regeln und dem gemeinsamen Hinarbeiten auf ein klares Ziel. Projektleitende sollten die sich langsam herauskristallisierende Kooperation unterstützen.

In der **Performing-Phase** schließlich kommt es zu erfolgreicher Kooperation und gemeinsam erbrachter Leistung. Gute Kommunikation und gegenseitige Anerkennung stehen in dieser Phase im Mittelpunkt. Die Gruppenleitung kann sich dementsprechend zurückhalten und darauf

vertrauen, dass die Gruppe als Team respektvoll und konstruktiv zusammenarbeitet.

Einen Sonderfall stellt die **Adjourning-Phase** dar. Alle vorherigen Phasen können wiederholt vorkommen, zum Beispiel wenn neue Gruppenmitglieder dazukommen. Im Gegensatz dazu bildet die Adjourning-Phase immer den Abschluss des Prozesses. In dieser Phase wird die allmäßliche Auflösung der Gruppe eingeleitet. Wichtig ist es, die gemeinsam gemeisterten Herausforderungen wertzuschätzen und Erfolge zu feiern. Die Gruppenleitung sollte in dieser Phase wieder verstärkt anleiten, um ausreichend Raum für Lob, Feedback und gewonnene Erkenntnisse zu schaffen.

Obwohl das Phasenmodell nach TUCKMAN eine hilfreiche Struktur bietet, verlaufen gruppendynamische Prozesse in der Praxis selten linear. Vielmehr ist es typisch, dass Gruppen je nach Situation, Herausforderung oder individueller Entwicklung einzelne Phasen erneut durchlaufen – insbesondere die Storming-Phase. Neue Aufgaben, ungewohnte Konstellationen oder emotionale Belastungen können dazu führen, dass sich bereits bewältigte Konflikte oder Unsicherheiten wieder zeigen. Gerade in erlebnispädagogischen Settings ist es daher wichtig, flexibel und prozessorientiert zu arbeiten, die Gruppe dort abzuholen, wo sie steht, und Rückschritte als Teil des Lernweges zu verstehen.

Wirkungsmodelle der Erlebnispädagogik

Um zu verstehen, wie Wirkung im Rahmen von Erlebnispädagogik geplant werden kann, stellen wir im Folgenden vier Wirkungsmodelle vor.

1 Das Metaphorische Modell

Das *Metaphorische Modell* geht auf STEPHEN BACON (2003) zurück. Der Gruppe werden Aufgaben präsentiert, die im besten Fall isomorph (strukturgleich) zu ihrer Lebenssituation sind. Diese Isomorphie wird (zum Teil) bereits vor Beginn der Übung aufgezeigt, damit eine Verhaltensänderung unmittelbar in der Aktion stattfinden kann (statt erst in der Analyse danach). Das Programm ist damit auf die Ziele und Bedürfnisse der Gruppe abgestimmt. Die Aktivitäten werden als Metaphern angeboten und begleitet. Dadurch sollen verschiedene (auch unterbewusste) Ebenen angesprochen werden.



Kommentar/Kritik:

Die Erlebnispädagog*innen müssen ihre Gruppen gut kennen und ausreichend Vorwissen über sie haben. Für jede Gruppe muss eine neue passende Metapher kreiert werden. Hilfreich für dieses Wirkungsmodell sind Kompetenzen in der Tiefenpsychologie und Psychodrama (HILDMANN 2009).

2 Frontloading

Frontloading ist ein *Teil des metaphorischen Modells*. Das Anbinden von Zielen an metaphorische Bilder braucht viel Zeit in der Planungsphase, in welcher möglichst viele Informationen gesammelt werden müssen. Ein wichtiger Fokus liegt bei diesem Modell auf dem Vorher, das im Amerikanischen als „Frontloading“ bezeichnet wird. Es ist den Teilnehmenden schon im Vorfeld klar, was sie lernen sollen. An die erlebnispädagogische Leitung entsteht der Anspruch, die Teilnehmenden schon im Vorfeld so gut wie nur möglich zu kennen, um deren Bedürfnisse in die Planung aufzunehmen.

Andere Bezeichnungen für dieses Modell:

- Reinforcement in reflection
- metaphorische Erlebnispädagogik
- die Erfahrung in eine Metapher kleiden

③ Outdoor Bound Plus

Bei dem Wirkungsmodell *Outdoor Bound Plus* findet im Gegensatz dazu die Reflektion nach der Aktion statt. Das ‚Plus‘ steht für die an eine Aktion angehängte Reflexionsphase. Die Erlebnispädagog*innen unterstützen die Teilnehmenden darin, selbst Erkenntnisse aus ihren Erfahrungen zu ziehen. Das Erlebnis wird (erst) durch die Reflexion nachhaltig und für die Teilnehmenden nutzbar.



Kommentar/Kritik:

Erfordert von den Erlebnispädago-g*innen entsprechende Kompetenzen in Moderation und Gesprächsführung (HILDMANN 2009).

Andere Bezeichnungen für dieses Modell:

- Learning through reflection
- die Erfahrung reflektieren
- klassisches erlebnispädagogisches Modell
- Erfahrung durch Reflexion

④ Die Berge sprechen

Das Wirkungsmodell *Die Berge sprechen* für sich geht davon aus, dass das Naturerlebnis bei den Teilnehmenden von allein die gewünschten Lerneffekte erzeugt. Eine Reflexion ist nicht erforderlich und findet allenfalls spontan unter den Teilnehmenden statt. Die Tätigkeiten der Erlebnispädagog*innen beschränken sich auf Organisatorisches, Sicherheitsfragen und die Vermittlung von (Sport-)Techniken.



Kommentar/Kritik:

Bei kurzen Aktivitäten kann man nicht davon ausgehen, dass existenzielle Erlebnisse möglich sind. Darüber hinaus ist kritisch zu hinterfragen, ob der Transfer einer reinen Outdoor-Erfahrung auf den Alltag ohne weiteres möglich ist. Außerdem lässt dieses Modell das Aufstellen und Verfolgen von spezifischen (Lern-)Zielen für Individuen und Gruppen nicht zu (HILDMANN 2009).

Andere Bezeichnungen für dieses Modell:

- The Mountains speak for themselves
- learning and doing
- auf die Kraft der Erfahrung setzen
- Historisches Modell
- das Erlebnis wirkt für sich
- Handlungslernen pur

2.3 Transfer von der Theorie zum Konzept

Um eine Identifizierung mit den Inhalten und einen möglichst einfachen Transfer in das alltägliche Leben zu ermöglichen, entschieden wir uns, mit dem **Metaphorischen Modell** zu arbeiten. Dieses postuliert, dass „Lernen“ funktioniert, indem wir alte Erfahrungen mit neuen Erlebnissen verknüpfen und somit unsere Realität verifizieren oder neu konstruieren. Bei der metaphorischen Erlebnispädagogik werden die Aktivitäten auf die persönlichen Ziele der Teilnehmenden bzw. das Ziel der spezifischen Gruppe abgestimmt. Das heißt, die individuellen Ziele werden im Voraus formuliert und an metaphorische Bilder gebunden. Das Erlebnisangebot wird auf diese metaphorischen Bilder abgestimmt, wodurch Transfer schon in der Erlebnisphase geschehen kann, so dass das laufende Lerngeschehen großen Alltagsbezug hat.

Um mit dem Metaphorischen Modell zu arbeiten, müssen also die spezifischen Ziele der Gruppe klar formuliert sein. Für unser Camp haben wir die folgenden Zielstellungen identifiziert:

- Demokratie als wichtigen Teil des Alltags erleben
- gute Erfahrungen und positive Assoziationen mit Demokratie schaffen
- Selbstwirksamkeit erfahren
- Mitgestalten und Mitentscheiden konkret werden lassen

Wir entschieden uns, eine Metapher für das Sommercamp in Form einer ↪ **Storyline, S. 20** zu entwerfen. So sollte den Teilnehmenden bereits im Vorfeld klar sein, was sie lernen sollten, und ein Transfer erleichtert werden. Entlang dieser Storyline planten wir die gesamte Woche und ordneten Aktivitäten sowohl zur Unterstützung der Gruppendynamiken als auch zur Vermittlung von demokratiepädagogischen Inhalten.

Die Tagesstruktur wurde von uns in der Planung bewusst offen gehalten, wobei wir die von uns vorbereiteten Bausteine immer in die Vormittage gelegt haben. Die von uns geplanten Aktivitäten zur Förderung der gruppendynamischen Prozesse sollten flexibel einsetzbar sein, da die Gruppenphasen nicht steuerbar sind, sondern nur unterstützt werden können. Dabei haben wir uns bewusst dafür entschieden, nur wenige Vorgaben für das Programm zu machen, um den Jugendlichen möglichst große Gestaltungsspielräume zu geben. Dieser Gestaltungsspielraum sollte in den ↪ **Abendrunden, S. 21** mit Leben gefüllt werden, in denen wir gemeinsam mit den Jugendlichen den Ablauf des kommenden Tages geplant haben.

Eine zentrale Annahme des Camps war, dass die Identifikation mit demokratischen Werten durch gelungene Mitgestaltung und erlebte Selbstwirksamkeit gestärkt wird. Neben der Mitbestimmung bei der Freizeitgestaltung wollten wir den Jugendlichen auch die Möglichkeit geben, Regeln für das Zusammenleben im Camp selbst zu entwickeln – ausgenommen selbstverständlich die Hausordnung, gesetzliche Vorgaben und strafrechtlich relevante Regelungen. Wir gingen davon aus, dass dieser offene Rahmen Denkanstöße bieten könnte, sich mit grundlegenden Fragen demokratischen Zusammenlebens auseinanderzusetzen. Diese Aushandlung von Regeln war ebenfalls für die Abendrunden vorgesehen.

Was von diesen Ideen gut geklappt hat und an welchen Stellen wir bei einer weiteren Durchführung mit Alternativen arbeiten würden, könnt ihr im nächsten Abschnitt ↪ **2.5 Erkenntnisse aus dem Pilotprojekt, S. 16** nachlesen.

Demokratiepädagogische Ansätze können vielfältig aussehen

Nicht jede der von uns eingesetzten Methoden stellt einen unmittelbaren Bezug zu politischen Themen oder zu Demokratie her – und das ist auch nicht notwendig. Für uns bedeutet demokratiepädagogisches Arbeiten vor allem, Partizipation und Erfahrung von Selbstwirksamkeit in den Mittelpunkt zu stellen, da wir beides als zentrale Voraussetzungen für demokratische Haltungen und Handlungen begreifen.

Viele Aktivitäten im Camp-Alltag bieten die Möglichkeit, niedrigschwellig demokratierelevante Themen anzustoßen. Dabei muss nicht immer ein expliziter Bezug zu Politik oder Demokratie bestehen – entscheidend ist, dass Erfahrungen gemacht werden, die zentrale demokratische Werte wie Fairness, Teilhabe oder Chancengleichheit erfahrbar machen.

So kann zum Beispiel bei einem Basketballspiel oder -turnier eine Regel eingeführt werden, nach der alle Teilnehmenden, die in einem Verein spielen, nur einen Arm benutzen dürfen. Auf diese Weise werden willkürliche Formen von Privilegierung und Benachteiligung sichtbar gemacht – ohne reale Diskriminierungsmerkmale zu reproduzieren. Die Erfahrung kann anschließend in einer kurzen Reflexion aufgegriffen und gemeinsam eingeordnet werden.

Ein weiteres Beispiel: Für einen gemeinsamen Tag am Strand erhalten die Jugendlichen zu Beginn kleine Zettel mit individuell zugewiesenen Einschränkungen wie „Du darfst deinen stärkeren Arm nicht benutzen“ oder „Du darfst das Wort ‚Ich‘ nicht verwenden“. Die Einschränkungen gelten für einen vorher festgelegten Zeitraum (z. B. 10 Minuten oder eine Stunde). Die Fachkräfte entscheiden situativ, was für die Gruppe sinnvoll erscheint.

Anschließend findet eine Reflexion statt – entweder direkt im Anschluss oder im Rahmen der Abendrunde. Dabei können Fragen helfen wie:

- In welchen Momenten hast du deine Einschränkung besonders stark gespürt
- Was hat dir in dieser Situation geholfen?
- Welche Gedanken hattest du dabei im Hinblick auf Gerechtigkeit und Gleichheit?

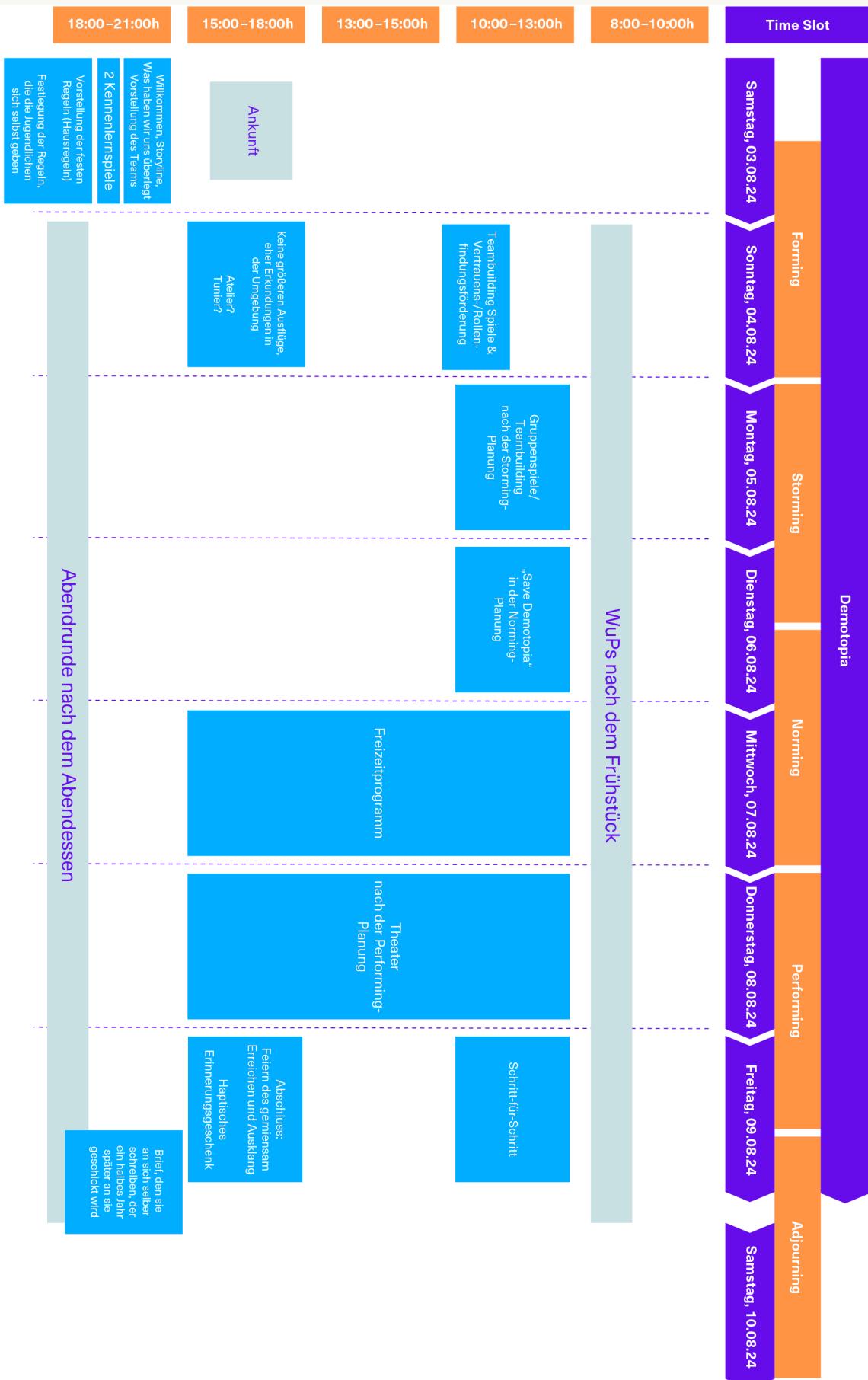
Wichtig ist, dass die Einschränkungen gezielt an die individuellen Stärken der Jugendlichen gekoppelt werden. So wird spürbar, wie sich ungleiche Startbedingungen auswirken. Gleichzeitig kann es pädagogisch sinnvoll sein, einigen Teilnehmenden Einschränkungen zu geben, die weniger stark in ihre Komfortzone eingreifen.

Diese Methode ist flexibel und lässt sich auf viele Aktivitäten übertragen – sei es beim Sport, in Kreativangeboten oder bei Freizeitaktionen. Entscheidend ist eine sensible Auswahl der Einschränkungen und eine gute Einbettung in den Tagesablauf, damit Reflexionen Raum bekommen können.

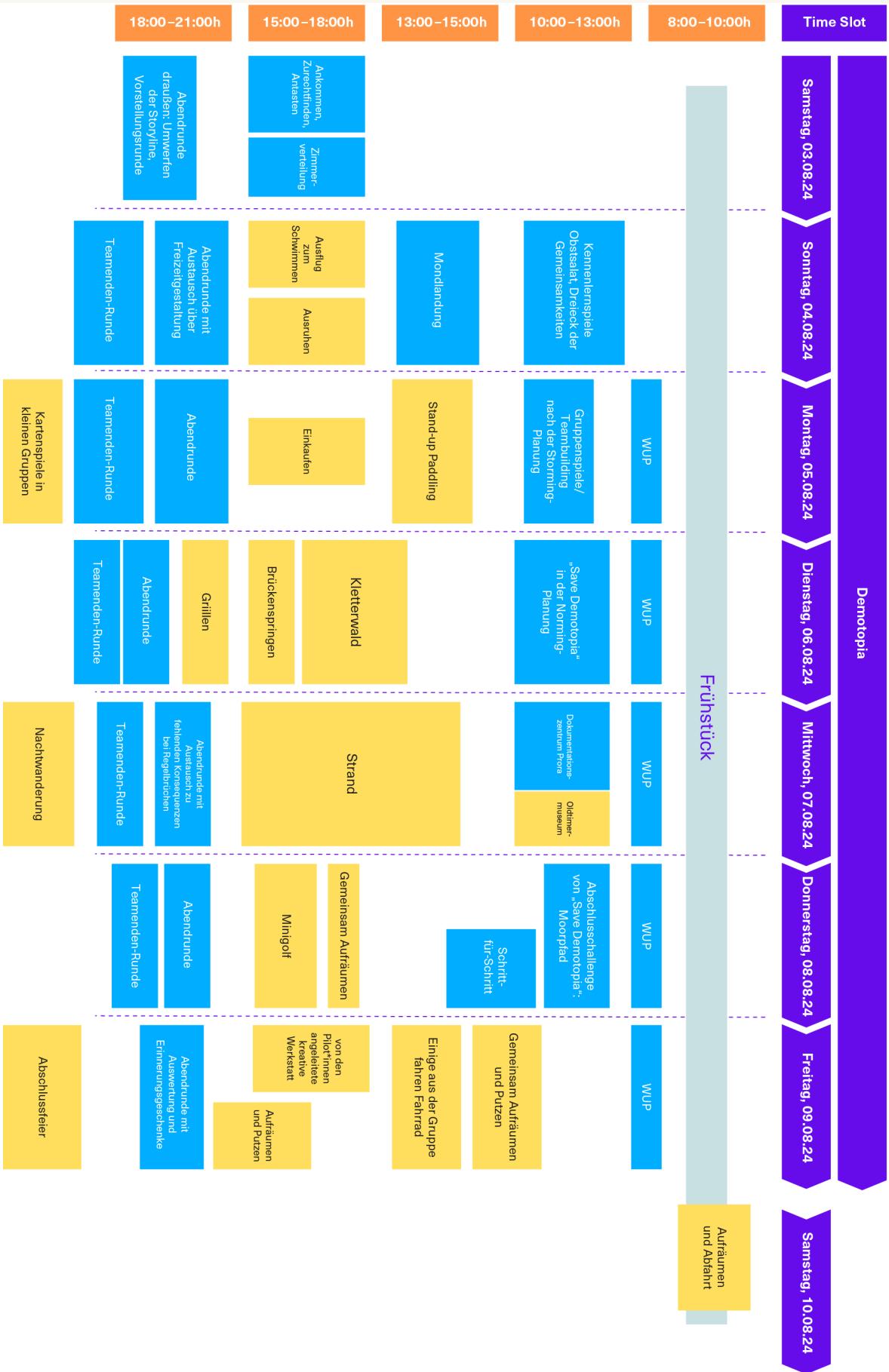
2.4 Ablauf des Sommercamps: Planung und Durchführung

Die Durchführung des Sommercamps beruhte einerseits auf detaillierter Planung der Abläufe, um die verschiedenen Bausteine wie Storyline, Teamphasen und erlebnispädagogische Spiele zu vereinen. Andererseits haben wir die konkrete Tagesstrukturen bewusst nicht im Vorhinein festgelegt, um den teilnehmenden Jugendlichen den Raum zu eröffnen, sich aktiv in die Planung und Gestaltung des Camps einzubringen. Im Folgenden findet ihr eine Übersicht, über die ursprünglich geplante Tagesstruktur und den tatsächlichen Ablauf des Sommercamps:

Geplanter Ablauf Demotopia



Rückblick: Tatsächlicher Ablauf Demotopia



[← Inhalt](#)

Vor Ort mit den Jugendlichen geplante Aktivitäten

Im Vorhinein geplante Aktivitäten

2.5 Erkenntnisse aus dem Pilotprojekt: Was lief gut – und was würden wir anders machen?

Was gut gelungen ist:

Trotz mancher Herausforderungen gab es viele schöne und gelungene Momente im Camp. Zwischen Jugendlichen und Teamenden aus unterschiedlichen Ländern entstanden intensive Einzelgespräche über Demokratie, ihre Bedeutung und einhergehende persönliche Erfahrungen. Besonders erfreulich war, dass das Angebot zur Mitgestaltung des Programms von den Jugendlichen aktiv angenommen wurde – ein Zeichen gelungener Partizipation. Besonders in schwierigen Situationen wurde deutlich, dass die Jugendlichen sich Hilfe holen können – einige sind mit dieser Erfahrung gewachsen und haben ihre eigene Wirksamkeit erlebt. Besonders schön war zu sehen, wie sich zwischen einzelnen Gruppen Berührungsängste abgebaut haben und echte Freundschaften entstanden sind.

Was wir beim nächsten Mal anders machen würden:

Als Pilotdurchlauf war das Camp für das gesamte Team eine neue Erfahrung – und als solche auch eine wertvolle Lerngelegenheit. Aber im Nachhinein ist man immer schlauer! Daher wollen wir euch im Folgenden einen Einblick geben, was wir bei einem zweiten Anlauf anders machen würden.

Verantwortlichkeiten:

Innerhalb des Leitungsteams waren Verantwortlichkeiten nicht ausreichend geklärt. Auch im Umgang mit Grenzüberschreitungen fehlte eine gemeinsame Linie – es wurde zu sehr auf die internen Abläufe der jeweiligen Jugendorganisationen vertraut. Die Idee, dass sich die Jugendlichen ihre eigenen Regeln geben, war gut gemeint, führte aber ohne klare Absprache darüber, welche Regeln wir als Team durchsetzen müssen, zu Unklarheiten.

Mitgestaltung durch die Jugendlichen:

Die von uns vorbereiteten Aktivitäten am Vormittag konkurrierten mit der freien Selbstbestimmung der Jugendlichen am Nachmittag. Was als kreative Offenheit gedacht war, führte stellenweise zu Orientierungslosigkeit. Wir haben von Tag zu Tag geplant – das war rückblickend keine gute Idee. Ein klarer Wochenüberblick und ein gemeinsam kommunizierter Rahmen hätten mehr Sicherheit und Verlässlichkeit geschaffen, ohne die Partizipation zu behindern.

Flexibilität:

Auch wenn wir uns vorgenommen hatten, flexibel auf die Dynamik der Gruppe zu reagieren, fehlte uns ein kleineres Delegationsteam, das spontan Entscheidungen zur Anpassung der Aktivitäten hätte treffen können. Unsere Gruppenphasen waren zu strikt durchgeplant. Als die Jugendlichen sich tatsächlich in der Storming-Phase befanden, ließen wir ihnen zu wenig Raum für eine offene Bearbeitung der Konflikte. Die pädagogischen Angebote konnten so nicht ihre volle Wirkung entfalten. Rückblickend wurde in einer Feedbackrunde deutlich: Für einige Jugendliche war der Abschied vom Camp gleichzeitig ein Ausstieg aus einem ungelösten Konflikt – eine verpasste Chance, als Gruppe zusammenzuwachsen.

Teilhabe: Die Abendrunde, die als Raum für Reflexion und Austausch gedacht war, war nicht inklusiv genug gestaltet – nicht alle Jugendlichen konnten oder wollten daran voll teilnehmen. Im Kapitel ↪ II.2 Systemisches Konsensieren, S.22 stellen wir eine alternative Methode vor, die mehr Beteiligung ermöglicht und niedrigschwelliger gestaltet ist. Das Feedback der Jugendlichen zu den Abendrunden war auch gemischt: Positiv hervorgehoben wurde der offene Charakter der Abendrunden. Die Teilnehmenden schätzten es, dass sie eigene Themen einbringen konnten und dass der Austausch ihnen half, andere Perspektiven kennenzulernen. Einzelne äußerten zudem, dass es sinnvoll gewesen wäre, die Teilnahme an einer Mindestanzahl von Abendrunden verpflichtend zu machen. Einige Teilnehmende empfanden die Abendrunden als zu formell. Sie wünschten sich mehr Raum für informellen Austausch untereinander. Auch die zeitliche Platzierung direkt nach dem Abendessen wurde unterschiedlich bewertet: Einige fanden sie passend, andere hätten sich eine lockerere Gestaltung zu diesem Zeitpunkt gewünscht. Kritisiert wurde, dass manche Diskussionen sehr ausufernd waren und die Abendrunden dadurch zu lang wurden. Auch der Umgang mit Konsequenzen bei Fehlverhalten – die während der Abendrunde festlegt wurden – wurde angesprochen: Diese sollten aus Sicht der Jugendlichen früher und klarer festgelegt werden.

Team: Nicht zuletzt wurde uns bewusst, dass auch das Leitungsteam selbst die klassischen Gruppenphasen nach TUCKMAN durchläuft – mit all ihren Herausforderungen. Auch in unserem Team gab es eine Storming-Phase, die wir nicht ausreichend aufgefangen haben. Diese Spiegelung von Gruppenprozessen auf mehreren Ebenen hat deutlich gemacht, wie wichtig es ist, neben den Jugendlichen auch die eigene Teamdynamik im Blick zu behalten und aktiv zu begleiten.

Vielfaltssensibilität: Jugendgruppen sind niemals „neutral“. Sie spiegeln gesellschaftliche Realitäten wider – mit all ihren Unterschieden in sozialer Herkunft, Zugang zu Bildung, Ressourcen oder Selbstverständnis. Die Jugendlichen kamen aus sehr unterschiedlichen sozialen Lebensrealitäten – von privilegierten bis hin zu strukturell benachteiligten Umfeldern. Unter anderem diese Vielfalt prägte das Gruppengeschehen und machte soziale Unterschiede im Campverlauf sichtbar. Für künftige Camps ist es wichtig, sich diese Vielfalt noch stärker bewusst zu machen, sie aktiv in der Vorbereitung zu berücksichtigen und Räume für Begegnung auf Augenhöhe zu schaffen.

Örtlichkeiten: Mit der Jugendbegegnungsstätte und ihrer Umgebung, die uns viele Möglichkeiten bot, waren wir als Schauplatz unseres Camps sehr zufrieden. Dennoch haben wir festgestellt, dass es hilfreich gewesen wäre, die Örtlichkeiten vor der Durchführung des Camps genauer zu kennen. Gegebenenfalls hätte ein Teil des Teams schon etwas früher vor Ort eintreffen können, um die geplanten Abläufe der Campaktivitäten an die Gegebenheiten vor Ort anzupassen.

Jugendliche in der Vorbereitung – Erfahrungen mit den Demokratiepilot*innen

Etwa ein halbes Jahr vor Beginn des Camps haben wir uns als gesamtes Team für eine Woche getroffen und gemeinsam eine Fortbildung zur Erlebnispädagogik durchlaufen. An dieser Woche haben jeweils drei Jugendliche aus Deutschland, Italien und Belgien teilgenommen, die als sogenannte „Demokratiepilot*innen“ eine besondere Rolle einnahmen: Sie sollten das Camp inhaltlich mitgestalten und ihre Perspektiven einbringen. Für uns war das ein großer Gewinn – denn so konnten wir das Camp näher an den Lebenswelten der Teilnehmenden orientieren und erste Ideen direkt mit Jugendlichen gemeinsam entwickeln.

Während des Camps haben die Demokratiepilot*innen eine sehr wertvolle Rolle eingenommen: Sie haben eigene Angebote wie zum Beispiel Bastelwerkstätten und Turniere für die Gruppe geplant und umgesetzt. Gleichzeitig bildeten sie ein wichtiges Scharnier zwischen dem Leitungsteam und den übrigen Jugendlichen.

Zugleich war ihre Einbindung – gerade in der Vorbereitungsphase – herausfordernd. Da es sich um einen Pilotdurchlauf handelte, fehlte uns eine klare Struktur, wie die Beteiligung der Jugendlichen zielgerichtet begleitet werden kann. Es entstanden immer wieder Unsicherheiten, welche Aufgaben und Verantwortlichkeiten mit ihrer Rolle verbunden sein sollten – was teilweise auch zu Frustrationen führte. Diese Erfahrung hat uns gezeigt: Partizipation funktioniert nicht von allein, sie braucht kontinuierliche Begleitung, Orientierung und Raum für Rückfragen. Trotzdem war die Entscheidung, Jugendliche frühzeitig einzubinden, absolut richtig – und ein wichtiger Schritt in Richtung echter Mitgestaltung. Denn die gemeinsame Aufarbeitung dieser Schwierigkeiten bot den Jugendlichen auch einen sehr realistischen Einblick in unsere Projektarbeit und führte dazu, dass sie uns als Teamenden zum Zeitpunkt des Camps schon sehr gut kannten und sich mit uns wohl fühlten.

Ausblick

Trotz aller Herausforderungen blicken wir dankbar und selbtkritisch auf diese erste Durchführung zurück. Wir haben viel gelernt – über Gruppenprozesse, über die Bedeutung klarer Strukturen und über die Balance zwischen Offenheit und

Verlässlichkeit. Dieses Wissen nehmen wir mit – als Grundlage für die Weiterentwicklung des Konzepts und für zukünftige Freizeiten, die noch besser auf die Bedürfnisse der Jugendlichen eingehen können.

Konzept- bausteine

Wie in der Einleitung beschrieben, möchten wir in dieser Handreichung keinen festen Wochenplan vorgeben. Stattdessen schlagen wir verschiedene Module vor: die Storyline als Übersetzung des metaphorischen Wirkungsmodells (→ Kapitel 2.2), die Abendrunde und eine alter-

native Partizipationsmöglichkeit sowie verschiedene demokratiepädagogische, erlebnisorientierte Aktivitäten angelehnt an die Teambuilding-Phasen nach TUCKMAN (→ Kapitel 2.2). Wir hoffen, dass euch diese Bausteine als Inspiration für eigene Feriencamps dienen.

1. Storyline

Plan: Für das Camp wurde im Sinne des metaphorischen Modells eine Storyline vorbereitet. Diese wurde so offen wie möglich gehalten, um den Jugendlichen einen größtmöglichen Gestaltungsspielraum zu eröffnen. Sie lautete folgendermaßen:

Direkt am ersten Abend erreicht die Gruppe die Nachricht, dass die Jugendclubs von autoritären Mächten erobert wurden und ihnen nun die Schließung droht. Die autoritären Mächte in Deutschland, Italien und Belgien halten fest zusammen und stärken sich gegenseitig. Um die Jugendclubs nach der Rückkehr am Ende der gemeinsamen Woche zurückzuerobern, müssen auch wir fest zusammenhalten und eine Gemeinschaft werden. Wie das aussieht, ist jedoch völlig unklar. Die Regeln für euer Zusammenleben (außer den Hausregeln) müsst ihr untereinander bestimmen. Das könnt ihr in den täglichen Abendrunden machen. Dort ist auch Raum für alle anderen Themen, die euch wichtig sind. Dazu gehört auch, dass wir die Abendrunden nutzen, um unsere Freizeitaktivitäten zu planen.

Wir Teamende haben schon Erfahrungen mit autoritären Mächten gemacht und helfen euch deswegen mit ein paar Trainingseinheiten sowie Rat und Tat durch die Woche.

Umsetzung: Die tatsächliche Umsetzung gestaltete sich in der folgenden Art und Weise: Am Tag der Ankunft wurde die geplante Storyline verworfen, da sie in der konkreten Umsetzung als nicht ausreichend logisch und tragfähig erschien. Stattdessen entschieden wir uns für einen offenen und ehrlichen Zugang. Wir erklärten den Teilnehmenden, warum das Camp stattfindet: Vor dem Hintergrund eines erstarkenden, weltweiten Rechtsrucks wollten wir ihnen die Möglichkeit bieten, demokratische Prozesse aktiv zu erleben und mitzugestalten.

Reflektion: Darüber hinaus entstand eine weitere Kritik während der nachfolgenden Evaluation des Camps. Abhängig vom Alter und Reifegrad der Jugendlichen kann eine spielerische Metapher als unpassend oder irritierend wahrgenommen werden – insbesondere dann, wenn sie nicht stimmig ausgestaltet ist oder keinen klaren Bezug zur Lebensrealität der Teilnehmenden erkennen lässt. Trotzdem lassen sich auch gute Gründe für eine Storyline finden: sie hat einen Spaßfaktor und bietet eine größere Identifikation mit den Inhalten. Und sie kann den Transfer des Erlebten und Gelernten ins eigene Leben erleichtern. Innerhalb des Projektteams sind wir bezüglich der Storyline nicht zu einem abschließenden Fazit gekommen, ob wir bei einer Wiederholung mit oder ohne arbeiten würden.

2. Partizipationsmöglichkeiten: die Abendrunde und Alternative

Die Abendrunde

Plan: Jeden Abend gab es während unseres Camps eine Abendrunde, die über die Woche hinweg in Form und Ablauf modifiziert wurde. Sie sollte zweierlei Anliegen Raum bieten: die Gestaltung der Freizeitaktivitäten sowie die Ausgestaltung von Regeln, die sich die Gruppe selber geben wollte.

Die Tagesstruktur wurde von uns in der Planung bewusst offen gehalten. Die von uns vorbereiteten Bausteine waren allerdings immer für die Vormittage angedacht. Dafür gab es zwei Gründe. Die von uns geplanten Aktivitäten zur Förderung der gruppendiffamischen Prozesse sollten flexibel einsetzbar sein, da die Phasen nicht steuerbar sind, sondern nur unterstützt werden können. Darüber hinaus wollten wir so wenig Vorgaben und so viel Gestaltungsspielraum wie möglich geben. Dieser Spielraum sollte durch die Abendrunden gefüllt werden.

Umsetzung: In den Abendrunden wurde jeweils der Plan für den kommenden Tag besprochen. Die Abendrunde fand überwiegend nach dem Abendessen statt. Ausschlaggebend dafür war die Annahme, dass die Teilnehmenden nach einem langen Tag erst ein Abendessen benötigen würden. An einigen Tagen wurde sie vor dem Abendessen durchgeführt. Dabei stellte sich heraus, dass diese Modifikation für die Konzentrationsfähigkeit von Vorteil war und der Runde eine natürliche Zeitbegrenzung gegeben hat.

Die Moderationsregeln der Abendrunde wurden im Verlauf der Woche modifiziert. Wir begannen mit einer Methode, bei der alle, die einen Redebeitrag anmelden wollten, sich in der Runde umschauen und ihre Meldung mit der entsprechenden Fingeranzahl einreihen: Wenn sich also vor mir schon zwei Personen gemeldet hatten, zeige ich drei Finger in die Luft. Damit gab es zwei Probleme: zum einen war die Gruppe nicht aufmerksam genug, um die Finger anzupassen (denn die Fingeranzahl musste nach jedem erfolgten Redebeitrag angepasst werden). Zum anderen konnte nicht angezeigt werden, ob sich die Meldung auf das zurzeit besprochene Thema bezog oder ein neues öffnen wollte. Daher wurde diese Herangehensweise geändert: Zu Beginn der Abendrunde wurden alle Themen gesammelt, ohne zu argumentieren. Danach wurden die Themen der Reihe nach besprochen. Die Moderation wurde außerdem um eine Person ergänzt, die eine Redeliste führte. Personen, die noch nicht (oder nur wenig) gesprochen hatten, wurden vorgezogen.

Reflektion: Nicht alle Jugendlichen können sich gleich gut ausdrücken und sich in argumentativen Diskussionen gleichberechtigt Gehör verschaffen. Daher haben wir nach einem Verfahren gesucht, das Lösungsvorschläge erst einmal nur sammelt und allen Teilnehmenden ermöglicht, sich auch nonverbal einzubringen. Bei unserer Recherche nach dem Camp sind wir auf das Systemische Konsensieren gestoßen, das wir im Folgenden darstellen wollen.

Systemisches Konsensieren: Konsensfindung in Gruppen, in denen nicht alle gleich gut argumentieren können

Diese Art der Konsensfindung ermöglicht es einer Gruppe aus einer Reihe selbst entwickelter Lösungsvorschläge, die Variante zu ermitteln, die am wenigsten Widerstand erfährt. Für jeden einzelnen Vorschlag wird das Ausmaß der Zustimmung oder des Widerstands der Gruppe ermittelt.



Zweck: Gemeinsam planen und entwickeln, Meinungen / Reaktionen einholen, längerfristig zusammenarbeiten.

Nicht für Konflikte geeignet.

Gruppengröße
beliebig

Dauer
beliebig, hängt von der Komplexität der zu bearbeitenden Fragestellung sowie von der Anzahl der Beteiligten ab

Materialien
Flipchart, Moderationskarten, ggf. Beamer & Laptop

Anleitung

1. Entwicklung einer Fragestellung

Es soll eine Entscheidung getroffen werden, die von allen Beteiligten getragen wird. Dafür wird eine übergeordnete Fragestellung entwickelt, die nicht mit Ja oder Nein zu beantworten ist (z.B. „Was wollen wir morgen unternehmen?“ oder „Wie sollen Regelverstöße geahndet werden?“)

2. Kreativphase: Sammeln von Lösungsvorschlägen

Es werden Lösungsvorschläge gesammelt, die kreativ und vielfältig sein sollen. Alle Ideen und Wünsche dürfen vorgebracht werden und stehen gleichberechtigt nebeneinander. Die Vorschläge werden in dieser Phase nicht kommentiert oder diskutiert.

3. Bewertungsphase

In dieser Phase wird jeder Lösungsvorschlag von allen Teilnehmenden bewertet. Dies kann nach Widerstandspunkten geschehen.

Widerstandspunkte:

0 = kein Widerstand, 10 = starker Widerstand (bzw. „Ich lehne diesen Vorschlag entschieden ab.“) Die Bewertung wird auf einem Flipchart o.ä. notiert.

4. Auswertung

Anschließend werden die Punkte zusammengezählt. Der Vorschlag mit den wenigsten Punkten ist die Lösung mit dem geringsten Widerstand und einem Konsens daher am nächsten. So wird Konfliktpotenzial bei kontroversen Entscheidungen minimiert.

Variationen

Sowohl Phase 2 als auch 3 können mit digitalen Tools durchgeführt oder unterstützt werden. Eine Möglichkeit wäre dafür das Tool *Lamapoll*. Dafür sollten im Vorfeld eine oder mehrere Präsentationen, auf denen die Abstimmungstools abgebildet sind, vorbereitet werden.

Anmerkung

Die Methode der Widerstandspunkte soll eine bessere Möglichkeit sein, demokratisch zu entscheiden. Denn sie „macht einen Beschluss nicht mehr von der Zahl der Befürworter und Gegner eines Vorschlags abhängig, sondern die Beteiligten entwickeln beliebig viele Lösungsvorschläge und bewerten deren Konfliktpotenzial“ (SCHROTTA 2011, S. 23). Dagegen lässt sich einwenden, dass eine Entscheidungsfindung unter positiven Aspekten ein besseres Identifikationspotenzial haben kann. Daher schlagen wir vor, Entscheidungen mit Zustimmungspunkten zu treffen (0 = keine Zustimmung, 10 = volle Zustimmung bzw. „Das will ich unbedingt so machen.“).

3. Warm Ups

Wir haben für den gemeinsamen Tagesstart nach dem Frühstück immer ein gemeinsames Warm-up durchgeführt. Dabei lässt sich häufig ein Demokratiebezug herstellen, wie wir im Folgenden darstellen.

Klimaerwärmung

Gruppengröße
beliebig

Dauer
ca. 10 Minuten

Materialien
ausreichend Zeitungs-
papier

Vorbereitung
keine Vorbereitung
notwendig

Anleitung

Aus der Gruppe werden zwei Teilnehmer*innen bestimmt, die die Sonne darstellen. Die anderen Teilnehmer*innen bekommen je einen Bogen Zeitungspapier, auf das sie sich drauf stellen. Das Papier symbolisiert die Eisberge, auf denen die Teilnehmer*innen im Meer treiben. Die beiden Teilnehmer*innen, die die „Sonne“ darstellen, laufen jetzt um-

her, reißen immer wieder von den Zeitungsbögen der anderen Teilnehmer*innen ein Stück ab und bringen so die „Eisberge“ zum Schmelzen. So wird es für die Teilnehmer*innen auf den „Eisbergen“ immer schwerer sich auf den Beinen zu halten. Sie müssen versuchen, sich möglichst lange auf den „Eisbergen“ zu halten, indem sie sich eventuell auch gegenseitig stützen oder halten.

Demokratisalat (Obstsalat)

Gruppengröße

ca. 12–30 Personen

Dauer

15 Minuten

Materialien

Stuhlkreis

Vorbereitung

Stuhlkreis aufbauen mit einem Stuhl weniger als Zahl der Teilnehmer*innen

Anleitung

Die Teilnehmer*innen sitzen im Stuhlkreis und zählen bis 3 durch. Den Untergruppen wird je ein Obst zugeordnet: z.B. Gruppe 1 – Äpfel, Gruppe 2 – Kirschen, Gruppe 3 – Erdbeeren. Eine Person hält sich innerhalb des Stuhlkreises ohne Stuhl auf. Diese Person ruft nun laut ein Obst in die Runde, z.B. „Äpfel“, und fordert damit alle „Äpfel“ auf den Platz zu wechseln. Oder sie ruft „Obstsalat“ und fordert damit alle Spieler*innen auf den Platz zu wechseln. Es ist nicht erlaubt, nur auf den Nachbarplatz zu rutschen. Dabei versucht die Person in der Mitte selbst einen Stuhl zu erwischen. Die Person, die keinen Platz bekommt, macht in der Mitte weiter.

Variationen

- Die Gruppen müssen natürlich nicht nach Obst benannt werden, sondern können andere (z.B. zu einem bestimmten Thema passende) Gruppenbezeichnungen tragen.
- Statt Obstsorten können Begriffe wie „Pressefreiheit“, „Wahlen“, „Meinungsfreiheit“ oder „Mitbestimmung“ verwendet werden.
- Niedrigschwelliger wären Alltagsorte demokratischer Teilhabe wie „Jugendclub“, „Verein“, „Nachbarschaft“.
- Es ist auch möglich die Gruppe zu fragen, welche Spieler*innen eine andere Sprache sprechen und sie zu bitten, die drei Obstsorten in ihre Sprache zu übersetzen. Eventuell ist es sinnvoll, die Übersetzungen auf einem Flipchart aufzuschreiben und mit der Gruppe einmal durchzugehen. Danach dürfen die Obstsorten in allen vorher genannten Sprachen aufgerufen werden.

Im Anschluss kannst du fragen: „Wie fühlt es sich an, wenn man die Sprache (nicht) versteht?“

Verbindung zu politischer Teilhabe: Wer kann wie mitmachen, wenn er/sie sprachlich (nicht) mitkommt?

Die Person in der Mitte darf z. B. eine neue Regel bestimmen („Niemand darf dabei sprechen“/ „Alle müssen beim Wechsel klatschen“).

Danach fragen: „Wie war das, wenn eine Person die Regel bestimmt hat?“

Einstieg in Themen wie Macht, Fairness und Mitbestimmung.

Reflektion mit Bezug zu Gruppen-dynamiken und Demokratie (bei Bedarf)

- Wie war das, plötzlich Teil einer bestimmten Gruppe zu sein?
- Wer hatte die Kontrolle im Spiel – und wie hat sich das angefühlt?
- Was passiert, wenn jemand die Regeln nicht versteht?
- Wie können wir dafür sorgen, dass alle mitmachen können?



Verbindung zur Demokratie

Dieses dynamische Aufwärmspiel macht nicht nur Spaß, sondern bringt den Teilnehmenden auch spielerisch näher, in welchem Spannungsverhältnis der Konkurrenzkampf um begrenzte Ressourcen und die, (im besten Fall) trotzdem noch weiter bestehende, gegenseitige Rücksichtnahme stehen. Ebenso lässt sich bei diesem Spiel erleben, wie es sich anfühlt, das Spiel zu bestimmen und andersherum den Anweisungen anderer zu folgen. Besonders die Variationen laden dazu ein, diese Themen noch weiter zu erforschen.

Gemeinsam aufstehen

Gruppengröße

ca. 5–30 Personen

Dauer

ca. 5 Minuten

Materialien

kein Material notwendig

Vorbereitung

keine Vorbereitung
notwendig

Anleitung

Die Teilnehmer*innen setzen sich kreisförmig auf den Boden und halten sich an den Händen. Nun versuchen sie gemeinsam aufzustehen, ohne sich mit den Händen vom Boden abzudrücken. Auch dürfen sie beim Aufstehen ihre Hände nicht voneinander lösen.

Variationen

- Die Spieler*innen haken sich ein und versuchen Rücken an Rücken aufzustehen.
- Beim Aufstehen darf nicht gesprochen werden.

Reflektion mit Bezug zu Gruppendynamiken und Demokratie (bei Bedarf)

- Wie war das für euch – war es leicht oder schwer?
- Was hat geholfen, damit ihr es geschafft habt?
- Wie fühlt es sich an, wenn alle an einem Ziel arbeiten?
- Was passiert, wenn eine Person sich rauszieht?

**Verbindung zur Demokratie**

Demokratie funktioniert wie diese Übung: Nur wenn alle mitmachen, Rücksicht nehmen und sich abstimmen, kann etwas gemeinsam erreicht werden. Jede Person ist wichtig, jede Stimme zählt – und ohne Zusammenarbeit bleibt man „am Boden“. Demokratie heißt, Verantwortung zu teilen, aufeinander zu hören und gemeinsam Lösungen zu finden.

Demokratie geht nur gemeinsam: Durch den Reifen

Gruppengröße

ca. 10–30 Personen

Dauer

ca. 10 Minuten

Materialien

1 Hula-Hoop-Reifen

Vorbereitung

keine Vorbereitung
notwendig

Anleitung

Die Teilnehmenden bilden einen Kreis und fassen sich an den Händen. Zwischen zwei Personen wird ein Reifen eingehängt. Das Ziel des Spiels ist es, dass sich alle Spieler*innen so schnell wie möglich durch den Reifen bewegen. Wie sie es machen, ist ihnen selbst überlassen, jedoch dürfen sich die Hände der Spielenden zu keinem Zeitpunkt loslassen. Wie viele Runden schafft die Gruppe in drei Minuten?

Variationen

- Wie lange brauchen die Spieler*innen für eine Runde?
- Alle Spieler*innen schließen die Augen.

Reflektion mit Bezug zu Gruppen-dynamiken und Demokratie**(bei Bedarf)**

- Was war wichtig, damit ihr schnell durchgekommen seid?
- Wie habt ihr euch gegenseitig unterstützt?
- Gab es Personen, die es schwieriger hatten?
Was habt ihr dann gemacht?
- Wer hat Vorschläge gemacht – und wer hat entschieden?

**Verbindung zur Demokratie**

Demokratie bedeutet, gemeinsam Lösungen zu finden, auch wenn das manchmal nicht einfach ist. Wie beim Reifenlauf braucht es Zusammenarbeit, Rücksichtnahme und kreative Ideen, damit alle mitkommen. Niemand darf „losgelassen“ werden – genauso wie in einer demokratischen Gesellschaft niemand ausgeschlossen werden darf. Jede Person zählt, und nur wenn wir gemeinsam handeln, kommen wir voran.

Wie lösen wir das gemeinsam? Demokratie erleben im gordischen Knoten

Gruppengröße
ca. 10 – 30 Personen

Dauer
ca. 20 Minuten

Materialien
kein Material notwendig

Vorbereitung
keine Vorbereitung
notwendig

Anleitung

Die Teilnehmer*innen stehen im Kreis und strecken ihre Hände in die Mitte. Jede*r greift zwei Hände von zwei verschiedenen Mitspieler*innen. Wenn jede Hand eine andere Hand gefunden hat, versucht die Gruppe so weit wie möglich auseinanderzugehen, ohne dabei die Hände zu lösen. Ein gordischer Knoten ist entstanden! Die Aufgabe der Gruppe besteht nun darin, den Knoten zu entwirren, ohne die Hände loszulassen. Zum Schluss sollten die Teilnehmenden einen Kreis bilden, was nicht immer gelingt.

Variationen

Bei kleineren Gruppen kann man die „verwirrte“ Anfangssituation blind schaffen: Die Gruppe bildet einen Kreis, schließt die Augen, streckt die Hände nach vorne und bewegt sich langsam in Richtung Kreismitte. Dort angekommen, verbindet sich jedes Gruppenmitglied mit zwei „freien“ Händen.

Reflektion mit Bezug zu Gruppen-dynamiken und Demokratie

(bei Bedarf)

- Was hat euch geholfen, den Knoten zu lösen?
- Gab es Momente, in denen ihr nicht weiter wusstet? Was habt ihr dann gemacht?
- Wer hat wie viel Raum bekommen? Wer hat Ideen eingebracht? Wer wurde gehört?
- Wie ist das, wenn man zusammen feststeckt?
- Was hat das mit Gemeinschaft oder Demokratie zu tun?
- Gibt es gesellschaftliche Themen, die sich wie ein Knoten anfühlen, die Probleme ohne einfache Lösungen darstellen?
z. B. Klimakrise, Migration, soziale Gerechtigkeit



Verbindung zur Demokratie

Der Knoten steht für politische oder gesellschaftliche Herausforderungen: kompliziert, verstrickt, unübersichtlich. Aber: Wenn alle zusammenarbeiten, sich zuhören und Rücksicht nehmen, kommt Bewegung rein. Niemand kann sich allein befreien – und keine*r wird zurückgelassen. Demokratie heißt: Probleme gemeinsam lösen, ohne Verbindungen zu kappen.

Wahlzettel-Wettkampf

Gruppengröße

ca. 12 – 30 Personen

Dauer

5–10 Minuten

Materialien

100 „Wahlzettel“ aus Pappe (z. B. Bierdeckel/Getränkeuntersetzer), Stoppuhr / Wecker

Vorbereitung

Der Spielbereich /der Raum wird in zwei Hälften geteilt und die Mittellinie wird markiert.

Anleitung

Es werden zwei etwa gleich große Gruppen gebildet, die sich jeweils gleichmäßig auf ihrer Spielfeldseite verteilen. Auf ein Kommando der Spielleitung haben die Teilnehmer*innen 2 Minuten lang Zeit, die eigenen „Wahlzettel“ auf die andere Spielseite zu bringen. Das eigene Feld darf dabei nicht verlassen werden. Wer die wenigsten „Wahlzettel“ am Ende der Zeit übrig hat, gewinnt.

Am besten wird ein Wecker gestellt. Wenn der klingelt, darf kein „Wahlzettel“ mehr geworfen werden.

Variationen

Der Zeitraum, der zum Werfen zur Verfügung steht, kann weiter verkürzt werden.

Reflektion mit Bezug zu Gruppen-dynamiken und Demokratie (bei Bedarf)

- Welche Strategie habt ihr gewählt und warum?
- Habt ihr vor allem versucht, möglichst viele eigene Wahlzettel loszuwerden – oder habt ihr euch darauf konzentriert, gegnerische Wahlzettel abzuwehren?
- Habt ihr euch innerhalb der Gruppe abgesprochen? Wie wurde mit dem Zeitdruck umgegangen?

**Verbindung zur Demokratie**

Das Spiel bietet die Möglichkeit, über die Bedeutung von Wahlen in einer Demokratie nachzudenken: Wahlzettel symbolisieren die Stimme jedes Einzelnen. In einer Demokratie zählt jede Stimme – doch nur, wenn sie tatsächlich abgegeben wird. Gleichzeitig kann das Spiel dazu anregen, über Fairness, Wettbewerb und gegenseitigen Respekt in politischen Prozessen nachzudenken. Es lässt sich reflektieren, inwieweit Demokratie sowohl Wettstreit als auch Kooperation und vor allem Beteiligung bedeutet.

Ich bin die Demokratie ...

Gruppengröße

beliebig

Dauer

ca. 15 Minuten

Materialien

Stuhlkreis
und drei freie Stühle

Vorbereitung

evtl. Stuhlkreis aufbauen

Anleitung
Einführung

Die Teilnehmenden sitzen im Halbkreis, drei freie Stühle stehen nebeneinander vorne im Raum. Ein*e Teamer*in sitzt auf dem mittleren der drei Stühle und erläutert, dass es bei diesem Spiel um schnelle Assoziationen geht, die nicht logisch oder besonders schlau sein müssen.

Das Spielprinzip wird anhand eines Beispiels wie „Ich bin ein Huhn, wer passt zu mir?“ erläutert. Zwei Teilnehmende, denen Assoziationen zum „Huhn“ einfallen, sollen spontan die freien Stühle besetzen und zum Beispiel sagen: „Ich bin das Ei“ oder „Ich bin der Massentierstall“. Die Person auf dem mittleren Stuhl entscheidet sich zügig für (zum Beispiel) das Ei und sagt: „Ich nehme das Ei“ und geht mit dem „Ei“ davon – sprich sie setzen sich zurück auf ihre Plätze in der Gruppe. Dann setzt sich der „Massentierstall“ auf den mittleren Stuhl und sagt: „Ich bin ein Massentierstall, wer passt zu mir?“ und so geht es immer weiter.

Spiel

Wenn alle Teilnehmenden das Spiel verstanden haben, geht es los. Dazu kommt ein*e Freiwillige*r nach vorne, setzt sich auf den mittleren Platz und sagt: „Ich bin die Demokratie, wer passt zu mir?“.

Die Übung wird beendet, wenn den Teilnehmenden die Assoziationen ausgehen oder immer wieder die gleichen Teilnehmenden sich beteiligen – spätestens nach etwa 10 Minuten. Dann kann sich die Übungsleitung auf einen Stuhl setzen und als letzte Assoziation sagen: »Ich bin das Ende dieses Spiels«.

Reflektion mit Bezug zu Gruppendynamiken und Demokratie (bei Bedarf)

- Welche Assoziationen zur „Demokratie“ wurden genannt?
- Was für ein Demokratieverständnis zeigt sich dadurch?
- Gab es eher positive, kritische oder kreative Beiträge?
- Welche Rollen, Werte, Institutionen oder Probleme wurden genannt – und was wurde vielleicht vergessen?
- Haben sich alle beteiligt? Gibt es Personen, die sich gar nicht beteiligt haben, wenn ja, warum?

Im Gespräch kann verdeutlicht werden, dass Demokratie viele Facetten hat: von Beteiligung, Wahlen, Meinungsfreiheit über Gerechtigkeit, Medien, Debattenkultur bis hin zu Herausforderungen wie Populismus, Desinformation oder Ungleichheit. Es lohnt sich auch zu überlegen, warum sich manche Teilnehmende häufiger beteiligt haben als andere – spiegelt sich darin vielleicht auch etwas aus dem echten politischen Alltag wider? Wer wird gehört? Wer bleibt leise?



Verbindung zur Demokratie

Das Spiel macht auf spielerische Weise erfahrbar, wie vielschichtig Demokratie ist – und dass sie nicht nur aus einer einzelnen Idee besteht, sondern viele verschiedene Elemente vereint. Es wird deutlich, dass Demokratie sehr unterschiedliche Assoziationen auslöst. Die Aufgabe der Spielleitung könnte sein, die Gemeinsamkeiten zwischen den Assoziationen der Teilnehmer*innen hervorzuheben.

Bürger*in und Politiker*in

Gruppengröße

beliebig

Dauer

ca. 15 Minuten

Materialien

kein Material notwendig

Vorbereitung

evtl. Tische und Stühle zur Seite schieben

Anleitung

Am besten wird dieses Spiel draußen auf einer Wiese gespielt. Aus der großen Gruppe bilden sich 3er Teams - je eine Person ist der*die Bürger*in und die anderen beiden sind die Politiker*innen. Der*die Bürger*in stellt sich in der Mitte des Spielfelds auf, die beiden Politiker*innen stehen jeweils mit dem Rücken zur Bürgerin und gucken in entgegengesetzte Richtungen. Auf ein Zeichen hin laufen die Politiker*innen los. Ziel des Spiels ist es, das der*die Bürger*in die beiden Politiker*innen so steuert, dass sie sich in die Arme laufen. Gesteuert wird so: Auf ein Klopfen auf der rechten Schulter hin dreht sich der*die Politiker*in ein wenig nach rechts - je häufiger geklopft wird, desto stärker ist die Drehung in die gewünschte Richtung. Spüren die Politiker*innen kein Schulterklopfen, so laufen sie automatisch weiter geradeaus, bis sie an ein Hindernis stoßen. An einem Hindernis laufen sie so lange auf der Stelle, bis das Hindernis verschwindet (z.B. ein*e andere*r Spieler*in) oder der*die Bürger*in sie umleitet. Hat es der*die Bürger*in erfolgreich geschafft, die beiden Politiker*innen so zu lenken, dass sie voreinander stehen und sich in die Arme laufen, wird gewechselt, sodass alle einmal die Rolle der Bürger*in eingenommen haben.

Reflektion mit Bezug zu Gruppendynamiken und Demokratie (bei Bedarf)

- Wie hat es sich angefühlt, gesteuert zu werden?
- Wie hat es sich angefühlt, die "Politiker*innen" zu steuern?
- Wie schwierig oder einfach war es für euch als "Bürger*innen", die "Politiker*innen" zu steuern?
- Wie viel Macht haben Bürger*innen in der Realität über Politiker*innen?


Verbindung zur Demokratie

Dieses Spiel lädt dazu ein, in der Gruppe darüber zu reflektieren, wie viel Macht und Steuerungsfähigkeit „normale“ Bürger*innen in einer Demokratie über Politiker*innen haben. In einem weiteren Schritt kann auch danach gefragt werden, welche Personen von dieser Macht (in Teilen oder vollständig) ausgeschlossen sind (z.B. Kinder, staatenlose Menschen, Menschen ohne festen Wohnsitz, ...).

4. Integration von Gruppenphasen in die Camp-Planung

Wir haben die Planung unseres Camps um das in Kapitel 2 beschriebene Phasenmodell von BRUCE TUCKMAN herum strukturiert. Dieses Vorgehen hilft dabei, die typischen Entwicklungsphasen einer Gruppe – von der ersten Orientierung über Konflikt- und Kooperationsphasen bis hin zum Abschluss – angemessen und unterstützend zu begleiten. Teamende

übernehmen in diesen Phasen eine wichtige Rolle, indem sie Orientierung bieten, Konflikte begleiten und die Gruppe je nach Bedarf unterstützen oder sich zurücknehmen. Dabei verläuft die Entwicklung einer Gruppe selten linear: Rückschritte, insbesondere in der konfliktbehafteten Storming-Phase, treten häufig auf und gehören zum Lernprozess dazu.

4.1 Forming: Erste Begegnungen und Orientierung ermöglichen

Die sogenannte „Forming-Phase“ ist die Orientierungsphase, in der der Umgang der Teilnehmenden miteinander noch höflich-distanziert ist, sich gegenseitig ‚beschuppert‘ wird. Die Teilnehmenden erfassen langsam die Rolle, die sie in der jeweiligen Gruppenkonstellation haben.

Außerdem kann man sich darauf einstellen, dass die Teamenden von den Teilnehmenden getestet werden. Produktives Arbeiten ist in dieser Phase eher nicht möglich. Der Fokus der

Teamenden sollte darauf liegen, den Kennenlernprozess zu unterstützen sowie Sicherheit und Orientierung zu geben.

Im Folgenden listen wir verschiedene spielerische Methoden auf, die für Kennenlern-Phasen eingesetzt werden können. Nach unserer Erfahrung verfangen ‚oberflächliche‘ Methoden wie das Speed-Dating weniger gut (aber je nach Gruppe kann es Sinn machen, sie im Repertoire zu haben!). Wir raten, kooperative Methoden einzusetzen, um ein vertieftes Kennenlernen der Teilnehmenden zu ermöglichen.

Speed-Dating

Gruppengröße

ca. 16 - 30 Personen

Dauer

ca. 15-20 Minuten

Materialien

Stühle, evtl. vorbereitete Kennenlernfragen,
Stoppuhr

Vorbereitung

Zwei konzentrische Stuhlkreise aufbauen: Ein großer Kreis außen und ein zweiter Kreis innen, so dass sich jeweils zwei Stühle gegenüberstehen.

Anleitung

Die Teilnehmer*innen sitzen sich in zwei konzentrischen Kreisen gegenüber. Die Person, die das Spiel anleitet, verliest eine Frage, die die Spieler*innen dann jeweils mit ihrem Gegenüber besprechen. Für diese Besprechung steht jeweils 1 Minute zur Verfügung, anschließend rotiert der äußere Kreis eine Position weiter, bis alle im äußeren und inneren Kreis einmal miteinander gesprochen haben. Beispielsweise kann gefragt werden:

1. Hund oder Katze?
2. Pizza oder Pommes?
3. Auto oder Motorrad?
4. Mücken oder Wespen?
5. Nie wieder hören oder nie wieder sehen?
6. ...

Variationen

Speed-Dating mit Haltung - Meinungen begegnen sich: Bei dieser Variation könnte es Sinn machen, die Gruppen zu verkleinern und eine längere Redezeit zu geben.

1. Ist es okay, anderer Meinung zu sein?
2. Was bedeutet Gerechtigkeit für dich?
3. Lieber klare Regeln oder Freiheit?
4. Was sollte man in der Schule über Politik lernen?
5. ...

Mögliche Reflexionsfragen

- Konnte jemand etwas Neues über ein paar Teammitglieder erfahren?
- Gab es für jemanden etwas sehr Überraschendes bzw. Unerwartetes?
- Gab es jemanden, der total anders gedacht hat als du?
- Was hat dich überrascht?
- Wie war das, wenn ihr nicht derselben Meinung wart?
- Was braucht es, damit man sich gut zuhört – auch wenn man unterschiedlich denkt?
- Wofür könnte das im echten Leben wichtig sein?



Verbindung zur Demokratie

Demokratie lebt davon, dass unterschiedliche Meinungen aufeinandertreffen – und dass wir trotzdem im Gespräch bleiben. In diesem Spiel lernst du zuzuhören, dich auszudrücken, offen zu bleiben und Unterschiede auszuhalten. Denn: Es geht nicht darum, „Recht zu haben“, sondern sich gegenseitig zu verstehen. Genau das ist demokratischer Dialog.

Dreieck der Gemeinsamkeiten

Gruppengröße

ca. 9–24 Personen

Dauer

ca. 30 Minuten

Materialien

Flipcharts und Stifte

Vorbereitung

–

Anleitung

Es werden Kleingruppen à 3 Personen gebildet, die sich untereinander möglichst wenig kennen. Jede Kleingruppe erhält einen Flipchart, auf dem sie ein großes Dreieck zeichnen. An die drei Ecken des Dreiecks wird der Name von jeweils einem Gruppenmitglied geschrieben. Nun unterhalten sich die Kleingruppen und haben 15 Minuten Zeit, Gemeinsamkeiten zu finden, die sie dann im Dreieck notieren.

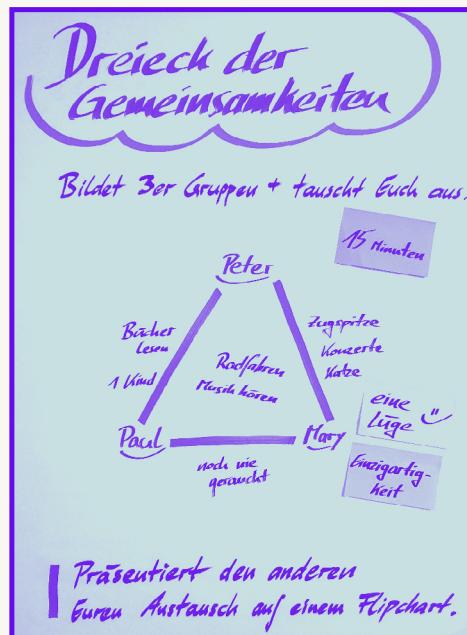
Variationen

Alle dürfen eine Lüge erzählen.

Mögliche Reflexionsfragen

- War es einfach oder schwierig, Gemeinsamkeiten zu finden?
- Gab es etwas, das euch überrascht hat?
- Wie verändert es die Gruppe, wenn man sieht, was man gemeinsam hat?
- Warum ist es wichtig, nicht nur auf Unterschiede zu schauen?

Abbildung:
Leander Vierheilig



Beispiel: Die Gruppenmitglieder A und B stellen fest, dass sie beide gerne kochen. Kochen wird also im Dreieck an der Linie zwischen A und B notiert; Gruppenmitglieder A, B und C haben alle einen Hund, dann wird das in die Mitte des Dreiecks geschrieben.

Im Anschluss werden die Dreiecke der restlichen Gruppe präsentiert.



Verbindung zur Demokratie

Demokratie braucht Gemeinschaft und gegenseitiges Verständnis. Auch wenn Menschen unterschiedlich sind, gibt es fast immer etwas, das sie verbindet. In dieser Übung wird genau das sichtbar: Vertrauen entsteht, wenn wir Gemeinsamkeiten entdecken – und Unterschiede akzeptieren. Wer sich verbunden fühlt, ist eher bereit zuzuhören, Kompromisse zu machen und sich einzubringen.

Mondlandung

Gruppengröße

ca. 10 - 30 Personen
(in Teams mit
3-5 Personen)

Dauer

ca. 30 Minuten

Materialien

pro Team 20 Blatt Din A4
Papier, 1 Meter Kreppband,
1 rohes Ei

Vorbereitung

-

Anleitung

Die Gruppe wird in Teams mit jeweils drei bis fünf Personen aufgeteilt. Jedes Team erhält 20 Blatt DIN A4 Papier, ein Meter Kreppband und ein rohes Ei. Ziel des Spiels ist es, das Ei so zu schützen, dass es einen Sturz unbeschadet übersteht. Die Gruppen haben 18 Minuten Zeit, um für das Ei eine Rettungskapsel zu bauen. Dann werden die Rettungskapseln getestet, in dem sie aus verschiedenen Höhen fallen gelassen werden. Das Team, dessen Ei dank der selbst gebauten Rettungskapsel den Sturz aus größter Höhe übersteht, gewinnt.

Nach dem Spiel sollten die Teams (oder das erfolgreichste Team) gefragt werden, wie ihr Prozess ausgesehen hat und was ihr Erfolgsrezept war. Oft haben diese Gruppen nur kurz geplant und sehr viel ausprobiert. Man sollte beim Abwurf natürlich darauf achten, auf einen Untergrund zu zielen, der sich gut abwaschen



lässt. Seminarräume mit Eigelflecken sind nicht beliebt.

Mögliche Reflexionsfragen

- Wie hat die Rollen- und Aufgabenverteilung in der Gruppe funktioniert?
- Wurden die Rollen nach Absprache eingenommen oder hat es sich so ergeben?
- War jede*r zufrieden damit? Gab es ein Teammitglied, das den Prozess angeleitet oder moderiert hat?
- Wie ist die Entscheidung für die Art der Konstruktion gefallen?

**Verbindung zur Demokratie**

In jeder Gruppe muss entschieden, ausprobiert, abgestimmt und improvisiert werden – wie in demokratischen Prozessen. Wer übernimmt welche Verantwortung? Wer bringt Ideen ein? Wer wird gehört? Damit das Ei überlebt, muss die Gruppe gut zusammenarbeiten – auch unter Zeitdruck und mit begrenzten Ressourcen.

Das Spiel zeigt: Demokratie heißt nicht immer Harmonie – sondern Vielfalt, Kompromissbildung und gemeinsames Handeln.

Marshmallow Challenge

Gruppengröße

ca. 15 - 30 Personen
(in Teams à 4 Personen)

Dauer

ca. 40 Minuten

Materialien

pro Team 20 Spaghetti,
1 Meter Kreppband,
1 Marshmallow,
ggf. 1 Meter Band/Faden

Vorbereitung

-

**Anleitung**

Die Gruppe wird in Teams mit jeweils 4 Personen aufgeteilt. Jedes Team erhält 20 Spaghetti, 1 Meter Kreppband, 1 Marshmallow und ggf. 1 Meter Schnur. Aus diesen Materialien versucht das Team gemeinsam einen möglichst hohen Turm zu bauen, an dessen Spitze der Marshmallow sitzen muss. Es geht dabei um Kreativität und ums Ausprobieren. Für den Turmbau haben die Teams 18 Minuten Zeit, danach wird vom Boden bis zum Marshmallow gemessen, welches Team den höchsten Turm erschaffen hat. Nach dem Spiel sollten die Teams (oder das erfolgreichste Team) gefragt werden, was ihr Erfolgsgeheimnis war.

Mögliche Reflexionsfragen

- Wie hat die Rollen- und Aufgabenverteilung in der Gruppe funktioniert?
- Wurden die Rollen nach Absprache eingenommen oder hat es sich so ergeben?
- War jede*r zufrieden damit?
- Gab es ein Teammitglied, das den Prozess angeleitet oder moderiert hat?
- Wie ist die Entscheidung für die Art der Konstruktion gefallen?

**Verbindung zur Demokratie**

Die Marshmallow Challenge zeigt auf spielerische Weise, wie wichtig Zusammenarbeit, Kommunikation und Beteiligung für ein gemeinsames Ziel sind – genau wie in einer Demokratie. Genau wie in allen demokratischen Prozessen geht es nicht nur darum, wer die besten Ideen hat, sondern auch darum, wie Entscheidungen getroffen werden, wie mit unterschiedlichen Meinungen umgegangen wird und wie Verantwortung geteilt wird.

Paperplanes

Gruppengröße

bis zu 60 Personen
(in Teams mit 3 bis 7 Personen)

Dauer

ca. 40 Minuten

Materialien

viel Kopierpapier

Vorbereitung

-

Anleitung

In Teams mit 3-7 Personen werden Papierflieger gebaut. Das Ziel ist es, als Team den Flieger mit der größten Flugweite zu bauen. Die Spieler*innen haben 20 Minuten Zeit, um sich im Team auf ein Flugmodell zu einigen und dann zehn baugleiche Papierflieger dieser Variante zu produzieren.

Nach Abschluss der Bauphase werden die Flugzeuge zusammen getestet, am besten draußen. Jede Gruppe testet alle zehn Flugzeuge, gewertet wird entweder die gemittelte Weite aller Würfe oder die gemittelte Weite der drei weitesten Würfe.

Mögliche Reflexionsfragen

- Wie hat die Rollen- und Aufgabenverteilung in der Gruppe funktioniert?
- Wurden die Rollen nach Absprache eingenommen oder hat es sich so ergeben? War jede*r zufrieden damit?
- Gab es ein Teammitglied, das den Prozess angeleitet oder moderiert hat?
- Wie ist die Entscheidung für die Art der Konstruktion gefallen?

**Verbindung zur Demokratie**

Auch bei diesem Spiel zeigt sich, wie wichtig Teamarbeit, Absprachen und gemeinsame Entscheidungen für ein funktionierendes Ergebnis sind – genau wie in einer Demokratie. Die Teilnehmenden müssen sich auf ein Modell einigen, Aufgaben verteilen, miteinander kommunizieren und Verantwortung übernehmen.

Wie im politischen Alltag geht es auch hier um Aushandlungsprozesse: Verschiedene Ideen stehen nebeneinander, nicht alle können gleichzeitig umgesetzt werden und trotzdem muss eine gemeinsame Lösung gefunden werden.

4.2 Storming: Konflikte bearbeiten und Rollenfindung begleiten

Die Storming-Phase, auch Kampfphase genannt, dreht sich um die Konflikte innerhalb der Gruppe. Hier werden Hierarchien ausgefochten, und es können sich Untergruppen bilden, die untereinander Konflikte austragen.

Zwar wird die Storming-Phase in Reihenfolge nach der Forming-Phase eingeordnet, kann aber immer wieder in Gruppen auftreten. Dann ist es wichtig, dass die betreuenden Pädagog*innen schnell darauf reagieren können. Da auftretende Konflikte eine Gruppe auch spalten können, sollte ihre Bearbeitung Vorrang vor dem „Abspulen“ eines geplanten Programms haben.

Wie die Konflikte gelöst werden, ist abhängig von der Gruppe. Wir haben mit der Annahme gearbeitet und geplant, dass es möglich ist, spielerisch ein paar Fähigkeiten zu vermitteln, die es den Jugendlichen erleichtern, die Storming-Phase als Gruppe zu meistern. Hierfür bieten sich Spiele an, die auf die Kommunikation und die Koordination der Gruppe abzielen.

Für die Demotopia-Freizeit haben wir einen Vormittag mit unterstützenden Spielen vorbereitet, wie nachfolgend beschrieben. Die Spiele können aber auch an die Situation angepasst oder für sich gespielt werden.

Sobald ein Konflikt in der Gruppe aufkommt, muss dieser adressiert werden. Dafür muss Raum und Zeit gegeben werden. Im Rahmen der Freizeit bedeutet das, den Plan für den Tag zu unterbrechen, sich in der Gruppe zusammenzusetzen und den Konflikt offen zu benennen. Die Rolle der Pädagog*innen ist es, das Gespräch zu moderieren. Deeskalation und eine neutrale Position sind grundlegend. Alle Konfliktparteien sollen zu Wort kommen um ihre Sichtweise darstellen zu können. Zur Lösung des Konflikts kann es hilfreich sein, sich auf ein gemeinsames Ziel zu einigen (z.B. dass alle eine schöne Freizeit haben können). Unterstützend können unsere gesammelten Spiele genutzt werden, um Gesprächskultur zu üben ([z.B. ↗ Marktschreier](#)) und die Gruppendynamik zu stärken ([z.B. ↗ Moorpfad](#)). Wenn grundlegende Konflikte gelöst und überstanden sind, könnt ihr als Teamenden davon ausgehen, dass die Storming-Phase vorerst durchlaufen ist.

Reflektion: Unsere Herangehensweise hat nur bedingt verfangen, da einige der Methoden recht konfrontativ sind und wir uns bereits mitten in einem Konflikt befanden. Anstatt ein festes Storming-Programm zu planen, ist es wichtig, vorbereitet und achtsam zu sein. Eine Liste mit Spielen und die Rollenverteilung für eine ggf. notwendige Moderation können im Vorfeld abgestimmt werden. Anstatt der Methoden, die wir in diesem Kapitel aufführen, könnten auch Methoden ausgewählt werden, die einen stärkeren Fokus auf Kooperation (z.B. **→ die Mondlandung**) legen. Nachdem der Konflikt bearbeitet wurde, kann gut auf die im Folgenden dargestellten Methoden zurückgegriffen werden, zum Beispiel damit Personen, die viel reden, ein Gefühl dafür kriegen, wie es ist, auf der anderen Seite nicht gehört zu werden (z.B. Marktschreier). Eine weitere Variante wäre es, diese Methoden erst in der Performing-Phase einzusetzen. Zum Abschluss eines überstandenen Konflikts bietet sich eine schöne Gruppenaktion an. Ein Tag am Strand mit dem Bau einer gemeinsamen Sandburg kann eine Belohnung für einen überstandenen Konflikt mit dem weiteren Aufbau des Gruppengefühls verbinden.

Um die Storming-Phase zu unterstützen, haben wir einen Parcours geplant. Der Parcours unterstützt die Gruppe dabei, sich in einer Phase der Auseinandersetzung auf spielerische Weise mit Gruppendynamik, Kommunikation und Kooperation auseinanderzusetzen. Gleichzeitig schafft er einen Rahmen, in dem sich neue Konstellationen erproben und Spannungen im Tun verarbeiten lassen.



Ablauf

1. Einteilung der Gruppen:

Die Jugendlichen teilen sich selbstständig in drei Gruppen zu je etwa zehn Personen auf.

- Wichtig: In jeder Gruppe müssen mindestens drei Personen aus jedem der drei Länder (bzw. aller Gruppen) vertreten sein.
- Optional: Unterstützt die Gruppeneinteilung bei Bedarf durch ein kurzes Spiel oder eine zufällige Zuteilung, um bestehende Dynamiken zu durchmischen.

2. Stationen

Jede Gruppe durchläuft nacheinander drei Spielstationen. Dabei werden sie von einer*m Teamer*in begleitet. An jeder Station liegt das benötigte Material bereit, zusammen mit einer laminierten Spielanleitung auf buntem Papier. Die Spiele sollten so gestaltet sein, dass Kooperation, Kommunikation und Problemlösung im Mittelpunkt stehen. Die aus unserer Sicht für diesen Zweck geeigneten Spiele finden sich im Anschluss an diese Ablaufbeschreibung.

3. Reflexionsspiegel (4. Station)

Nach den drei Stationen kommt jede Gruppe zu einer vierten Station: dem Reflexionsspiegel. Dort findet eine kurze angeleitete Kleingruppen-Reflexion statt:

- Was hat gut funktioniert in eurer Gruppe?
- Gab es Missverständnisse oder Konflikte?
- Welche Rollen habt ihr übernommen?
- Wie habt ihr euch gegenseitig unterstützt?
- ... mehr Fragen und Ideen findet ihr auf → S. 49.

4. Abschlussrunde in der Gesamtgruppe

Nach Abschluss aller Stationen kommen alle Gruppen wieder zusammen.

Die Gesamtauswertung wird bewusst niedrigschwellig gehalten:

- Die Teamer*innen stellen eine Frage wie: „Wie war der Parcours für dich persönlich – hast du dich wohl gefühlt in deiner Gruppe?“
- Die Jugendlichen schließen die Augen und zeigen mit dem Daumen ihre Antwort:
👉 = gut, 👈 = schlecht, ↔ = neutral/unsicher
- Wer möchte, darf anschließend freiwillig etwas dazu sagen.

Schreien-Grölen-Kreischen

Gruppengröße

ca. 20 - 30 Personen

Dauer

ca. 10 Minuten

Materialien

-

Vorbereitung

-

Anleitung

Die Gruppe teilt sich in zwei Teams A und B auf. Team A bildet zwei sich in einer Entfernung von ca. 20 Metern gegenüberstehende Reihen. Zwischen die beiden durch Team A gebildete Reihen stellt sich Team B auf. Die eine Hälfte / Reihe von Team A bekommt nun Begriffe gesagt, die sie der anderen Teamhälfte zurufen muss. Das gegnerische Team B versucht durch lautes Geschrei zu verhindern, dass die zweite Reihe von Team A den Begriff versteht. Wie viele Wörter können innerhalb einer festgeschriebenen Zeit (z.B. drei Minuten) übermittelt werden? Anschließend wechseln Team A und Team B ihre Positionen.

Mögliche Lernerfahrungen

Zum einen erfordert das Spiel Kooperation und Absprache im Team. Zusätzlich erfahren die Teilnehmer*innen im spielerischen Rahmen, wie es sich anfühlt, gegen Störungen anzuschreien zu müssen. Diese Erfahrungen können bei schwierigen Gesprächen in der ganzen Gruppe positive Auswirkungen auf die Redekultur haben.

**Verbindung zur Demokratie**

Die Methode sensibilisiert spielerisch für zentrale demokratische Prinzipien wie respektvolle Kommunikation, aktives Zuhören und Teilhabe. Sie macht erfahrbar, wie es ist, wenn die eigene Stimme übertönt wird, und fördert so Empathie für überhörte oder marginalisierte Perspektiven. Gleichzeitig stärkt sie Teamarbeit und das gemeinsame Aushandeln von Strategien – wichtige Kompetenzen für demokratisches Miteinander.

Marktschreier

Gruppengröße

ca. 5 Personen

Dauer

ca. 10 Minuten

Materialien

-

Vorbereitung

-

Anleitung

Je zwei Gegenspieler*innen aus der Gruppe sind 60 Sekunden lang konkurrierende „Marktschreier*in“. Ihr Ziel ist es, dem Rest der Gruppe ein vorher bestimmtes Produkt zu „verkaufen“ (z.B. Erdbeeren). Dafür versuchen die beiden Spieler*innen sich gegenseitig zu übertönen und zu übertrumpfen. Sie dürfen sich gegenseitig die Ware schlecht machen, sich beschimpfen und die eigene Ware anzupreisen. Sind die 60 Sekunden vorbei, entscheiden die restlichen Mitglieder der Gruppe, welche*r Marktschreier*in sie überzeugt hat. Danach wird in der Gruppe über die Kommunikationserfahrung reflektiert.

Mögliche Lernerfahrungen

Die Sensibilität für Kommunikationsunterschiede zwischen den Jugendlichen wird gefördert. Das Spiel kann dazu führen, dass in Gesprächen in der ganzen Gruppe Rücksicht auf die Jugendlichen genommen wird, die weniger Übung haben, sich auszudrücken.

Alternative: „Wahlkampf statt Marktschreierei“**— Anleitung**

Statt ein Produkt zu verkaufen, vertreten die beiden Spieler*innen nun als „Kandidierende“ jeweils ein politisches Anliegen oder Thema (z. B. Umweltschutz vs. Digitalisierung, oder „mehr Sportstunden“ vs. „längere Pausen“ an der Schule). Ziel ist es, innerhalb von 60 Sekunden möglichst viele Zuhörer*innen für ihr Anliegen zu gewinnen. Lautstärke ist erlaubt, aber überzeugende Argumente, Kreativität und respektvolle Kommunikation zählen mehr. Die Zuhörer*innen entscheiden danach per Abstimmung, welche Position sie überzeugt hat – und begründen ihre Entscheidung.

**Verbindung zur Demokratie**

Diese Variante fördert das Verständnis für demokratische Aushandlungsprozesse und den Wert von Meinungsvielfalt. Sie zeigt, dass es in der Demokratie nicht nur darum geht, laut zu sein, sondern auch darum, *argumentativ* zu überzeugen. Die Reflexion über Kommunikationsstile, Manipulation und Mehrheitsentscheidungen stärkt das Bewusstsein für faire und respektvolle politische Debatten.

Stab absenken

Gruppengröße

ca. 8–15 Personen

Dauer

ca. 10–20 Minuten

Materialien

–

Vorbereitung

–

Anleitung

Die Gruppenmitglieder stellen sich in zwei gegenüberliegenden Reihen auf.. Alle Teilnehmer*innen halten mit angewinkelten Armen ihre beiden Hände mit ausgestrecktem Zeigefinger nach vorne. Der Stab wird nun so auf die Hände gelegt, dass alle Zeigefinger ihn tragen. Er darf nicht festgehalten oder mit anderen Fingern fixiert werden, sondern muss frei aufliegen. Ziel ist, den Stab gemeinsam zum Boden zu führen und dort sanft abzulegen, ohne dass ein Zeigefinger den Kontakt dazu verliert. Sobald eine Person den Stab nicht mehr berührt, fängt die Gruppe wieder von vorne an.

Mögliche Lernerfahrungen

Bei diesem Spiel müssen die Jugendlichen zusammen ein Tempo finden. Wenn einzelne zu schnell sind oder keine Rücksicht auf die langsameren genommen wird, kann die Gruppe den Stab nicht gemeinsam absenken. Auch hier kann es zu einer Sensibilisierung für die Unterschiede in der Gruppe und zu einer Aushandlung von Rollen innerhalb der Gruppe (z.B. Anführer*in) kommen.

**Verbindung zur Demokratie**

Die Methode verdeutlicht, dass gemeinsame Entscheidungen und Ziele nur gelingen, wenn alle gehört und einbezogen werden. Sie fördert Aushandlung, Rücksichtnahme und die Fähigkeit, das eigene Tempo an die Gruppe anzupassen – zentrale Kompetenzen für demokratisches Handeln.

Drei Säulen der Demokratie

Gruppengröße
ca. 15–25 Personen

Dauer
ca. 20 Minuten

Materialien
2 mal 3 unterschiedliche Karten mit 1x Judikative, 1x Exekutive, 1x Legislative (alternativ: 6 Bälle in drei verschiedenen Farben);
1 Hula Hoop Reifen

Vorbereitung
Drei Karten vorbereiten, auf denen gut sichtbar die drei Elemente der Gewaltenteilung (Judikative, Exekutive, Legislative) abgebildet sind.

Anleitung

Die Gruppe teilt sich in zwei Teams (bei mehr als 25 Teilnehmer*innen drei Teams). Zuerst sprechen sich die einzelnen Teams getrennt voneinander ab, welches nonverbale Signal für welches Staatsorgan steht (Sprechen, Husten, Lachen oder andere Laute sind als Signal nicht erlaubt). Die Spielleitung sollte hier keine Vorschläge machen.

Dann setzen sich die Teammitglieder im Grätsch- oder Schneider-sitz in einer Reihe hintereinander; die Reihen sitzen parallel im Abstand von ca. 1 Meter nebeneinander, alle schauen in dieselbe Richtung. Hinter der Gruppe steht die Spielleitung und versteckt 3 Karten mit jeweils einem Staatsorgan hinter ihrem Rücken. Vor der Gruppe befindet sich im Abstand von ca. 4 m ein Reifen, in dem auch 3 Karten mit den Staatsorganen liegen.

Die Spielleitung zeigt den hintersten Teammitgliedern wahllos eine der 3 Staatsorgan-Karten. Diese haben die Aufgabe, ohne Sprechen und ohne Laute ein Signal an die Person vor ihnen weiterzugeben, das diese durch die Reihe fortsetzt. Ist das Signal vorne angekommen, läuft das vorderste Teammitglied zum Ring und greift die Karte mit dem Staatsorgan, die dem Signal entspricht. Wenn vorhanden, postiert sich die zweite Spielleitung als Schiedsperson vorne am Ring.

Die Person, die als erste die richtige Karte geholt hat, geht ans Ende der Reihe, alle anderen Mitglieder dieses Teams rutschen vor. Wird die falsche Karte gegriffen, muss die hinterste Person in diesem Team nach vorne kommen. Es gewinnt das Team, bei dem zuerst wieder dieselbe Person vorne sitzt.

Die Spielleitung sollte unbedingt darauf achten, dass zu Beginn eines Durchgangs alle außer die hintersten Teammitglieder nach vorne gucken und dass während der Übertragung keine Geräusche gemacht werden.

Wenn die Übertragung in einem Team überhaupt nicht funktioniert, kann eine Auszeit für eine Teambesprechung genommen werden.

Mögliche Lernerfahrungen

Neben den oben bereits genannten Aushandlungen von Hierarchien (siehe "Stab absenken") können die Jugendlichen mit unterschiedlichen Kommunikationsstrategien zur Lösung kommen. Dies kann die Akzeptanz für Strategien fördern, die nicht die eigenen sind.



Verbindung zur Demokratie

Die Methode bietet die Option, das Prinzip der Gewalten- teilung noch einmal zu erklären und spielerisch zu vermitteln. Außerdem verdeutlicht es, wie wichtig klare, verlässliche Kommunikation und Zusammenarbeit für das Funktionieren demokratischer Systeme sind. Sie stärkt das Verständnis für komplexe Abstimmungsprozesse und fördert die Anerkennung unterschiedlicher Lösungs- wege und Rollen in einer Demokratie.

Ausbrechen

Gruppengröße

ca. 10–30 Personen

Dauer

ca. 10 Minuten

Materialien

–

Vorbereitung

–

Anleitung

Die Teilnehmer*innen stellen sich in einem großen Kreis auf und legen die Arme über die Schultern ihrer Nachbar*innen. Eine Person steht im Kreis und muss versuchen, den Kreis zu verlassen. Die Aufgabe der Gruppe ist es, dies zu verhindern.

Mögliche Lernerfahrungen

Dieses Spiel bringt die Gruppe dazu, sich wortwörtlich näher zu kommen. So können Hürden abgebaut werden, sich auch in anderen Punkten anzunähern. Unterschiedliche Ausbruchsstrategien können unterschiedliche Qualitäten hervorheben, z.B. kommt eine Person vielleicht durch Kraft aus dem Kreis und eine andere durch einen schlauen Trick.

Dazu kommt die Erfahrung, alleine gegen die Gruppe zu stehen. So kann durch das eigene Erleben Empathie in möglichen, echten Konfrontations- oder Ausschluss-szenarien gefördert werden.

**Verbindung zur Demokratie**

Die Methode macht erfahrbar, wie sich Machtverhältnisse und Gruppendruck anfühlen können – und wie es ist, sich als Einzelne*r gegen eine Mehrheit behaupten zu müssen. Sie stärkt das Bewusstsein für Ausgrenzung, Widerstand und Zivilcourage – zentrale Themen demokratischen Zusammenlebens – und fördert Empathie für Menschen, die im Alltag mit Ausschluss oder Widerspruch konfrontiert sind.

Reflektionsmöglichkeiten zum Abschluss

Ob und wie ihr diese Methoden reflektiert, solltet ihr anhand eurer Gruppe und Ausgangssituation entscheiden. Mögliche Fragen könnten sein:

Individuelle Reflektion

- Wie hast du dich während des Konflikts/der Übung gefühlt?
- Was hat dich gestört – und was hat dir geholfen?
- Gab es einen Moment, in dem du dich nicht gesehen oder gehört gefühlt hast?
- Was war dein eigener Anteil daran, dass die Situation so verlaufen ist, wie sie verlaufen ist?

Gruppenreflexion

- Was war schwierig an der Zusammenarbeit – und wie seid ihr damit umgegangen?
- Wer hat in der Gruppe welche Rolle übernommen? Wurde das bewusst entschieden?
- Haben sich Untergruppen gebildet? Warum – und was hat das mit der Situation gemacht?
- Welche Strategien haben euch geholfen, als Gruppe weiterzukommen?
- Wurden alle gehört? Wenn nein – warum nicht?

4.3 Norming: Zusammenhalt spüren und Vertrauen stärken

Die Norming-Phase tritt in der Regel ein, wenn in der Storming-Phase Unterschiede und Vielfalt sowie Konflikte aufgedeckt und verhandelt wurden. In dieser Phase ist es besonders wichtig, die Kooperationsfähigkeit der Gruppe zu unterstützen, denn es geht darum, dass die individuellen Teilnehmer*innen als Teil der Gruppe handlungsfähig werden. Das Norming entscheidet letztendlich über die Wirksamkeit einer Gruppe. In Anlehnung an die Erlebnispädagogische Fortbildung, die wir in Vorbereitung auf das Camp durchgeführt haben, planten wir für die Norming-Phase eine erlebnispädagogische Tour unter dem Motto „Save Demotopia“.

Die Idee von „Save Demotopia“ war eine erlebnispädagogische Rallye durch die Umgebung unserer Unterkunft. Wir wählten dafür fünf erlebnispädagogische Spiele und zwei Rätsel² aus. Hierfür wurde eine Karte der Umgebung erstellt, mit der die Gruppen die Aufgaben ansteuern konnten. An jeder Station wurde eine Aufgabenstellung (der nachfolgend beschriebenen Methoden) von den Teamenden ausgegeben. Am Ende sollten sich alle Gruppen wieder in der Unterkunft einfinden und gemeinsam eine letzte Aufgabe bewältigen. Den Jugendlichen wurde pro Gruppe ein*e Pädagog*in zur Seite gestellt. Außerdem entwickelten wir passend zu dem Motto und der Geschichte des Camps für diesen Tag eine eigene Storyline:

Die autoritären Mächte dringen so langsam bis in den Norden Deutschlands vor. Eine Gruppe von ihnen hat es bis auf die Insel geschafft und euch aufgespürt!

Sie versuchen mit allen Mitteln, die von euch aufgebaute Gemeinschaft zu sabotieren. Auf der Flucht vor ihnen wurdet ihr in kleine Grüppchen zersprengt. Um wieder in Sicherheit zu kommen muss jede Gruppe ___ Aufgaben und ___ Rätsel lösen. Für diese bekommt ihr ___ Punkte.

Wenn ihr eure Verfolger abgeschüttelt habt, kommt alle wieder hierher zurück, um die letzte Aufgabe gemeinsam zu bewältigen, die euch endgültig in Sicherheit bringt. Um diese Aufgabe lösen zu können, müssen alle Gruppen zusammen mindestens ___ Punkte erhalten haben.



Verbindung zur Demokratie

Die Rallye zeigt spielerisch, dass demokratische Gemeinschaften nur durch Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung bestehen können. Dabei erleben die Jugendlichen, dass ihre unterschiedlichen Stärken, Ideen und Entscheidungen wichtig sind und zum Erfolg der ganzen Gruppe beitragen. Gleichzeitig vermittelt die Storyline, dass Demokratie nicht selbstverständlich ist und durch gemeinsames, verantwortungsbewusstes Handeln geschützt werden muss.

² Wir haben die Rätsel im Internet recherchiert und euch die Links an der jeweiligen Stelle der Anleitung bzw. bei den Quellen hinterlegt. Falls zu einem späteren Zeitpunkt die Anleitungen über diese Links nicht mehr zu finden sind, wendet euch gern an kontakt@bueroblau.de oder sucht euch im Internet ein für eure Gruppe passendes Rätsel.

4.3.1 Erlebnispädagogische Spiele

Die folgenden vier erlebnispädagogischen Spiele haben wir selbst in der erlebnispädagogischen Fortbildung von Leander Vierheilig kennengelernt und anschließend für unsere Planung ausgewählt, da sie sich gut in die Demotopia-Storyline integrieren lassen. Im Sinne der Norming-Phase fordern sie von der Gruppe selbstbestimmte Kooperation und wirksame Kommunikation. Außerdem wird durch die Spiele Vertrauen spürbar gemacht - die Teilnehmenden erfahren durch die gemeinsame Überwindung von kniffligen Aufgaben Selbstwirksamkeit und Zusammenhalt in der Gruppe.

Wasserrohr

Gruppengröße

ca. 10–20 Personen

Dauer

ca. 10–25 Minuten

Materialien

ein unten geschlossenes Rohr mit Löchern
(in das ein Tennisball passt), Tennisball,
Eimer oder Wanne mit Wasser, Becher

Vorbereitung

evtl. Rohr vorbereiten

Szenario

Ein unten geschlossenes Rohr mit Löchern steht auf einer Bank, auf einem Tisch oder auf dem Boden. In dem Rohr befindet sich ein Tennisball. Die Gruppe muss mit Hilfe von Wasser den Tennisball aus dem Rohr bekommen.

**Ziel**

Die Gruppe hat die Aufgabe, mit einem Becher Wasser in das Rohr zu füllen, um den Ball nach oben schwimmen zu lassen. Ist der Ball ganz oben, kann er in die Hand gegriffen werden, die Aufgabe wurde erfolgreich gelöst.

Regeln

Durch die vielen Löcher im Rohr geht Wasser verloren - die Gruppe darf alle Körperteile nutzen, um möglichst viele Löcher zu schließen. Eine weitere Schwierigkeit: Es gibt nicht unendlich viel Wasser. Je nach Größe des Rohres eignen sich etwa drei Eimer mit je etwa zehn Litern Wasser.

Ertrag: ___ Punkte

Gestrandet

Gruppengröße

ca. 10–20 Personen

Dauer

ca. 30–45 Minuten

Materialien

1 Zelt, Augenbinden für die Hälften der Gruppe

Vorbereitung

–

Szenario

Die Flucht war schwierig. Es haben aber glücklicherweise alle überlebt.

Die Hälfte aller Personen kann jedoch nicht (mehr) sehen. Die übrigen Personen haben sich die Hände verletzt. Vor euch liegt ein verpacktes Zelt, das euch vor den autoritären Mächten schützen kann.

**Ziel**

Das Team stellt das Zelt seiner Bestimmung entsprechend funktions-tüchtig auf. Das Ziel ist erreicht, wenn alle blinden Teammitglieder im Zelt sitzen.

Regeln

- Mindestens die Hälfte der Teammitglieder ist während der Übung blind (trägt Augenbinden).
- Die sehenden Teammitglieder dürfen das Zeltmaterial nicht berühren (Hände auf dem Rücken halten).
- Das Zelt darf nur durch verbale Anweisungen von den Sehenden an die blinden Gruppenmitglieder aufgebaut werden.
- Abschließend müssen alle erblindeten Teilnehmenden im geschlosse-nen Zelt sitzen.

Vorsicht bei der Benutzung des Zeltgestänges!

Ertrag: ___ Punkte

Das Netz

Gruppengröße

ca. 10–20 Personen

Dauer

ca. 30–40 Minuten

Materialien

1 Seil (min. 25 Meter)

Vorbereitung

–

Szenario

Ein Spinnennetz versperrt den Weg. Einzige Möglichkeit ist es, geschickt hindurchzuklettern, ohne es zu berühren. Nur so bekommt die Spinne hoffentlich nichts mit!

**Ziel**

Die Teilnehmer*innen konstruieren zwischen zwei Bäumen mit dem Seil ein Netz. Alle Teilnehmenden starten auf derselben Seite des Netzes. Durch die Maschen des Netzes hindurch müssen alle Gruppenmitglieder auf die andere Seite gelangen.

Regeln

- Der Platz für das Netz und die Bäume werden zugewiesen.
- Maschen werden nur durch das Seil gebildet.
- Jede Masche im Netz darf nur von einer Person genutzt werden.
- Unter dem Netz darf nicht hindurch gekrochen werden.
- Wird das Seil berührt (auch von helfenden Personen), müssen alle auf die Ausgangsseite zurück und neu starten.
- Neustarts sind beliebig oft möglich.

Alle sind für die Sicherheit verantwortlich!

Personen dürfen nicht durch das Netz springen oder geworfen werden.

Ertrag: ___ Punkte

Sandsturm

Gruppengröße

ca. 10–20 Personen

Dauer

ca. 25–40 Minuten

Materialien

Augenbinden für alle Teilnehmer*innen, Gegenstand zum Bergen

Vorbereitung

–

Szenario

Die Gruppe hat sich vor einem Sandsturm in einen geschützten Bereich gerettet. Leider ist ein Gegenstand unterwegs liegen geblieben.

**Ziel**

Das Team muss in etwa 40 m Entfernung einen Gegenstand bergen. Anschließend müssen alle Teammitglieder gemeinsam einen zweiten, vorher vom Trainer festgelegten und markierten Punkt im Gelände erreichen. Sobald ein Teammitglied den Ausgangspunkt verlässt, werden alle Teammitglieder blind (Augenbinden).

Regeln

- Die Gruppe hat vom Startplatz aus die Möglichkeit, sich das Gelände anzuschauen. Ebenso besteht die Chance, Strategien zu entwerfen, die zur Lösung des Problems beitragen.
- Sobald eine Person den Standort verlässt, werden alle blind und bekommen die Augenbinden aufgesetzt.
- Erst wenn alle Teilnehmenden am markierten Zielpunkt angekommen sind, können die Augenbinden wieder abgenommen werden.
- Muss eine oder mehrere Augenbinden vor Erreichen des Zielpunktes abgenommen werden, gilt die Aufgabe als nicht erfolgreich gelöst.

Ertrag: ___ Punkte

4.3.2 Rätsel

Als Ergänzung zu den erlebnispädagogischen Spielen schlagen wir zwei Rätsel vor. Auch diese haben einen "Abenteuer"-Charakter und passen daher gut zur Storyline der Rallye. Anders als die zuvor vorgestellten Spiele, sind die Teilnehmenden bei den Rätseln nicht zu Bewegung und Koordination im Raum und stattdessen zu logischem Denken und gemeinsamen Knobeln aufgefordert. Die Rätsel können also im Gegensatz zu den Spielen auch drinnen durchgeführt werden und fördern etwas andere Kompetenzen. Nichtsdestotrotz stehen auch hier Kommunikation und wirksame Zusammenarbeit in der Gruppe im Fokus - und unterstützen so die Gruppenprozesse während der Norming-Phase.

Knacke den Code!

Gruppengröße

ca. 3–5 Personen pro Team

Dauer

ca. 10–20 Minuten

Materialien

pro Team: ausgedrucktes Rätsel, evtl. Truhe / Kiste mit 3-stelligem Zahenschloss, evtl. Papier und Stifte für Notizen und zum Aufschreiben der Lösung (wenn ohne Zahenschlösser gespielt wird)

Vorbereitung

Rätsel ausdrucken, evtl. Zahenschlösser einstellen (siehe Lösung), evtl. Schatzkarte des 7-Minuten Escape Adventure in den Truhen platzieren

Szenario

Eine Truhe mit wichtigen Dokumenten ist verschlossen. Die Teams müssen einen dreistelligen Code finden, um die Truhe zu öffnen.

Das Rätsel**6 | 8 | 2**

Eine Nummer ist korrekt und richtig positioniert.

6 | 1 | 4

Eine Nummer ist korrekt, aber falsch positioniert.

2 | 0 | 6

Zwei Nummern sind korrekt, aber falsch positioniert.

7 | 3 | 8

Nichts ist korrekt.

8 | 7 | 0

Eine Nummer ist korrekt, aber falsch positioniert.

Gib den richtigen 3-stelligen Code ein!

Lösung: 042**Ertrag: ___ Punkte**

Das 7 Minuten Escape Adventure

Gruppengröße

ca. 2–4 Personen pro Team

Dauer

ca. 10–20 Minuten

Materialien

pro Team: ausgedruckte Schatzkarte, Schere, Stuhl, „Schatz“, Klebeband

Vorbereitung

Schatzkarte ausdrucken und laut Anleitung zusammenfügen:
https://escaperoomspiele.com/img/leadmagnet/Anleitung_7MinutenEscapeAdventure.pdf

„Schatz“ (z.B. ein „Gewonnen!“-Zettel, eine Tüte Gummibären, o.ä.) unter die Sitzfläche des Stuhls kleben, Stuhl an einen „unauffälligen“ Platz nahe des Spielfelds (zurück-)stellen

Szenario

Auf eurer Abenteuerreise seid ihr auf eine Schatzkarte gestoßen (evtl. in der Truhe des „Knack den Code!“-Rätsels). Welches Geheimnis mag sie wohl verbergen? Entlockt der Schatzkarte ihre Geheimnisse, um den Schatz zu finden.

Das Rätsel

Das Rätsel versteckt sich in der Schatzkarte. Die Teilnehmer*innen müssen die Karte richtig auseinander schneiden, falten und legen, um auf das folgende Rätsel zu stoßen: „Was hat vier Beine, ohne laufen zu können?“ Die Antwort darauf lautet natürlich „ein Stuhl“, was die Teilnehmer*innen wiederum zu dem unter die Sitzfläche des Stuhls geklebten Schatz führt.

Es ist bei diesem Rätsel sinnvoll, wenn die Spielleitung sich mit dem Rätsel gut vertraut macht, um bei Bedarf Hinweise geben zu können.

Eine ausführliche Anleitung gibt es unter <https://escaperoomspiele.com/7-min-escape-adventure/7min-anleitung/>

Ertrag: ___ Punkte

4.3.3 Gemeinsame Abschlusschallenge: Moorpfad

Gruppengröße

ca. 10–20 Personen

Dauer

ca. 20–40 Minuten

Materialien

25 Matten (Moorpfadsteine), evtl. Seile, um das Moor zu markieren

Vorbereitung

das „Moor“ markieren

Szenario

Bis hierhin habt ihr es geschafft! Auf der anderen Seite des Moors liegt das sichere Demotopia. Dort können die autoritären Mächte euch nichts mehr anhaben! Der Weg dorthin ist allerdings nicht ungefährlich. Ihr dürft den Boden auf keinen Fall berühren, sonst geht ihr unter. Für eure Punkte bekommt ihr Moorpfadsteine, mit denen ihr immer in Kontakt bleiben sollt, sonst gehen diese sofort unter.

Ziel

Alle Spielenden überqueren das Moor, ohne den Boden zu betreten.

Regeln

- Jeder Moorpfadstein kostet ___ Punkte.
- Wird der Boden berührt, muss die Person zurück an den Anfang.
- Die Moorpfadsteine dürfen aufgenommen und nach vorn durchgereicht werden.

Ertrag: ___ Punkte**Variationen**

- Es ist sehr windig: die Teilnehmer*innen müssen alle miteinander in Berührung bleiben, damit niemand weggeweht wird.
- Es gibt ein Zeitlimit.
- Einigen Spielenden werden die Augen verbunden.
- Alle Moorpfadsteine müssen auf die andere Seite des Moores mitgenommen werden.

4.4 Performing: Selbstwirksamkeit stärken und gemeinsam gestalten

In der Performing-Phase zeigt sich das volle Potenzial der Gruppe. Nach der Klärung von Rollen, dem Aufbau von Vertrauen und dem Durchleben erster Konflikte arbeiten die Jugendlichen nun kooperativ und eigenverantwortlich zusammen. Sie bringen ihre individuellen Stärken ein, treffen Entscheidungen gemeinsam und übernehmen Verantwortung für das Gelingen der Gruppenprozesse. Erlebnispädagogische Herausforderungen werden nicht mehr nur bewältigt, sondern aktiv gestaltet – Selbstwirksamkeit, Teamgeist und soziale Kompetenzen treten deutlich hervor.

Die Theater-Methode, die wir für diesen Tag geplant hatten, konnten wir nicht durchführen, da wir die Gruppe nicht erfolgreich in die Performing-Phase begleiten konnten. Einzelne Jugendarbeiter*innen des Projektkonsortiums haben jedoch sehr gute Erfahrungen mit dieser Methode gemacht, da sie einen Perspektivwechsel begünstigt. Daher haben wir sie trotzdem in diese Handreichung aufgenommen. Außerdem stellen wir eine überarbeitete Version der „Schritt-für-Schritt“ Methode vor, die ein Klassiker der politischen Bildung zur Sensibilisierung gegenüber Privilegierung und Diskriminierung ist.

Einstimmung: Perspektivenwechsel – Mein Leben als Opfer, mein Leben als Held*in

Gruppengröße
beliebig

Dauer
ca. 15 Minuten

Materialien
evtl. Stifte und Papier

Vorbereitung
–

Anleitung

Je nach Gruppe ergibt es eventuell Sinn, wenn alle Teilnehmenden zunächst in Einzelarbeit etwas Zeit haben, um sich Notizen zu machen. Dazu sollte die Gruppenleitung die Teilnehmenden bitten, sich Gedanken zu ihrer Lebensgeschichte zu machen: Was waren wichtige Stationen in dem bisherigen Leben der Teilnehmer*innen? Was hat die Teilnehmer*innen besonders geprägt?

Anschließend kann die Spielleitung noch Denkanstöße zu den beiden Perspektiven (Opfer und Held*in) mitgeben: Wie würde eine Person, die alles aus der Opferperspektive wahrnimmt, die Lebensgeschichte der Teilnehmenden erzählen? Die Opferperspektive kann zum Beispiel beinhalten: Opfer von Diskriminierung, von gesellschaftlichem Leistungsdruck, von wirtschaftlichen Ungleichverhältnissen etc.

Und anschließend sollen sich die Teilnehmenden in die Perspektive der Held*innen versetzen: Wie würde eine Person, die sich selbst als Held*in wahrnimmt, dieselbe Lebensgeschichte erzählen?

Nun bildet die Gruppe 2er Teams. Paarweise sollen sich die Teilnehmenden nun die Geschichte ihres Lebens erzählen. In einem ersten Durchgang nehmen sie die Perspektive eines Opfers ein. Sie erzählen über ihr Leben aus dem Blickwinkel von jemandem, der sich als Opfer (z.B. von Diskriminierung oder gesellschaftlichem Leistungsdruck) wahrnimmt. Danach wechseln sie die Perspektive. Jetzt verknüpfen sie die einzelnen „Eckpfeiler“ ihrer persönlichen Biographie zu einer anderen Geschichte: Die eines*r Held*in.

Die Übung soll einerseits auf das Medium Geschichte einstimmen und den Teilnehmenden andererseits zeigen, wie sich aus ein und demselben biografischen Element zwei völlig verschiedene Geschichten mit verschiedenen Botschaften formen lassen.



Diese Methode ist sehr tiefgehend und nicht für alle Kontexte geeignet. Je nach Gruppe und Situation könnte es angemessen sein, dass sich die Teilnehmenden eine oder zwei Situationen überlegen, die anschließend aus Opfer- oder Held*innen-Sicht erzählt werden.

Theater

Gruppengröße

beliebig – muss allerdings zum ausgewählten Theaterstück passen

Dauer

beliebig - wir haben dafür den ganzen Tag eingeplant, so können auch Kostüme und Bühnenbild gebastelt werden

Materialien

Theatergeschichten, Stifte und Papier, ggf. Kostümkiste

Vorbereitung

passende Geschichten finden und ggf. kürzen, zu den Geschichten passende Kostüme vorbereiten

Für diese Methode haben wir im Vorfeld drei Geschichten³ ausgewählt, die verschiedene politisch-demokratische Aspekte vermitteln. Die Geschichten wurden außerdem gekürzt, so dass sie für die Methode geeignet sind. Neben dem Inhalt der Geschichte steht der angeleitete Perspektivwechsel als demokratische Kompetenz im Fokus.

Ablauf

Es werden schriftliche Zusammenfassungen von Geschichten bereitgestellt. Die Großgruppe unterteilt sich in Untergruppen (mit jeweils ca. 10 Personen). Jede Untergruppe sucht sich eine Geschichte, die sie inszenieren möchte.

Alle Teilnehmenden in den Untergruppen lesen sich die jeweilige Zusammenfassung der Geschichte durch. Anschließend bestimmt die Untergruppe gemeinsam, wer welche Rolle im Theaterstück übernimmt. Nun schreibt jede Person die Geschichte aus Sicht der jeweiligen Rolle auf. Wichtig ist, dass nur das beschrieben wird, was die jeweilige Rolle in der Handlung mitbekommt (Bsp. aus der Geschichte „Momo“: Girolamo erlebt und sieht andere Dinge als Beppo Straßenkehrer). Anschließend stellen sich die Mitglieder der Untergruppe ihre Perspektive der Handlung vor. Im letzten Schritt puzzelt die Untergruppe aus den verschiedenen Perspektiven ein gemeinsames Theaterstück, in dem alle Rollen ihren Platz finden sollen, bevor sie ihr Stück den anderen Untergruppen vorführen.

Mögliche Lernerfahrung

Die Teilnehmer*innen setzen sich intensiv mit unterschiedlichen Perspektiven auseinander, indem sie sich in Rollen hineindenken, diese individuell interpretieren und gemeinsam in einem Theaterstück zusammenführen. Dabei erleben sie, dass jede Rolle – unabhängig von Macht, Sichtbarkeit oder Einfluss – eine eigene Realität und Bedeutung innerhalb der Geschichte hat. Durch den Perspektivwechsel üben die Teilnehmenden Empathie, stärken ihre Ausdrucksfähigkeit und erproben kreative, kooperative Lösungsprozesse. Die gemeinsame Inszenierung fördert Teamarbeit, Kompromissfähigkeit und die Erfahrung, dass aus vielfältigen Sichtweisen ein gemeinsames Ganzes entstehen kann.

³ Wir haben die Geschichten „Momo“, „Lord of the Flies“ und „Am kürzeren Ende der Sonnenallee“ ausgesucht und Zusammenfassungen erstellt bzw. recherchiert. Du kannst diese Geschichten vorbereiten – sie also in einem Dokument so zusammenfassen, dass du sie deinen Teilnehmenden geben kannst – oder auch andere Geschichten wählen. Zusammenfassungen, die im Internet frei verfügbar sind, können als Basis für die Zusammenfassung dienen.



Verbindung zur Demokratie

Die Methode stärkt demokratische Kompetenzen wie Perspektivübernahme, Empathie, Aushandlung und Partizipation. Sie macht erfahrbar, dass in einer Demokratie unterschiedliche Sichtweisen und Lebensrealitäten nebeneinander bestehen und ernst genommen werden müssen, um zu fairen, inklusiven Entscheidungen zu gelangen. Indem alle Rollen im Theaterstück Raum bekommen, wird symbolisch deutlich: In einer demokratischen Gesellschaft zählt jede Stimme.

Schritt-für-Schritt

Gruppengröße

ca. 10–30 Personen

Dauer

ca. 60 Minuten

Materialien

ausgedruckte Rollenkarten

Vorbereitung

Rollenkarten vorbereiten;
Rollenkarten zum Ausdrucken gibt es unter
<https://divedu.eduskills.plus/methods/social%2F02>

Anleitung

Die Teilnehmer*innen bekommen jeweils eine Rollenkarte, die sie sich gegenseitig nicht zeigen oder verraten. Die Spielleitung stellt zunächst einige Fragen gleichzeitig an alle Mitspieler*innen, durch die sie sich mit ihrer jeweiligen Rolle vertraut machen können. Zwischen den Fragen sollte die Spielleitung genug Zeit lassen. Es kann hilfreich sein, wenn die Spieler*innen sich die Antworten stichwortartig aufschreiben.

Mögliche Anleitung und Fragen zur Konkretisierung der Rolle:

Wir befinden uns in Deutschland. Stell dir vor, wie das Leben in deiner Rolle bisher aussah:

- Wie waren deine Eltern?
- Wie und wo bist du groß geworden?
- Was für Hobbys hast du? Was machst du beruflich?
- Was für Freunde hast du und was unternehmt ihr miteinander?
- Wie lebst du?
- Wie viel Geld verdienst du?
- Was macht dir Angst?
- Worüber freust du dich?

Anschließend stellen sich die Teilnehmer*innen in einer Reihe auf. Die Spielleitung stellt laut einige Ja/Nein-Fragen (je nach der zur Verfügung stehenden Zeit etwa 10–20 Fragen). Wenn die Teilnehmer*innen glauben, eine Frage aus der Perspektive ihrer Rolle mit Ja beantworten zu können, bewegen sie sich jeweils einen Schritt nach vorn. Wenn sie sich unsicher sind oder die Antwort Nein lautet, bleiben die Spieler*innen stehen.

Mögliche Spielfragen:

1. Hattest du noch nie besorgniserregende Geldprobleme?
2. Hast du das Gefühl, dass du deine Meinung frei äußern kannst und du ernst genommen wirst?
3. Hattest du noch nie Angst vor einer Polizeikontrolle?
4. Bist du im Krankheitsfall abgesichert oder hast Zugang zu medizinischer Versorgung?
5. Kannst du dir einen jährlichen Urlaub leisten?
6. Kannst du den Beruf erlernen, den du dir wünschst?
7. Hattest du noch nie Angst, nachts einzuschlafen?
8. Kannst du dich verlieben, in wen du willst?
9. Kannst du problemlos alle Kneipen und Clubs besuchen, in die du hinein möchtest?
10. Kannst du lesen und schreiben?
11. Hattest du nie das Gefühl, von anderen ausgegrenzt zu werden?
12. Besuchst du die Schule, die deinen Fähigkeiten angemessen ist?
13. Kannst du mit deinem Umfeld problemlos kommunizieren?

14. Kannst du dich in deiner Umgebung/deiner Stadt überall selbstständig und sicher fortbewegen?
15. Hast du das Gefühl, deine Religion und Sprache werden in der Gesellschaft, in der du lebst, respektiert?
16. Freust du dich auf den nächsten Tag?
17. Kannst du deine politische Meinung ohne Angst vor negativen Konsequenzen äußern?
18. Hast du Zugang zum Internet?
19. Weißt du, wohin du dich wenden kannst, wenn du Rat und Hilfe brauchst?
20. Kannst du dir regelmäßig neue Kleidung kaufen?

Nachbereitung und Auswertung

Nachdem alle Fragen verlesen wurden, sollen sich die Teilnehmer*innen im Raum umschauen. An welcher Position stehen sie? Wie viele Teilnehmer*innen stehen auf gleicher Höhe? Wer steht alleine? Vor der Auswertung werden die Rollen abgeschüttelt. Hierzu schütteln die Teilnehmer*innen die Arme und Beine aus und streichen über die Arme. Anschließend können sich die Teilnehmer*innen in einen Kreis setzen. Nun können einige Teilnehmer*innen ihre Rollenkarten vorlesen. Wie leicht oder schwer ist es ihnen gefallen, sich in die Rolle einzufühlen und die Fragen zu beantworten?

Mögliche weitere Fragen zur Auswertung:

- Was war es für ein Gefühl, einen Schritt nach vorne zu kommen beziehungsweise zurückzubleiben?
- Konnte jemand keinen Schritt nach vorne machen?
- Haben diejenigen, die nach vorne gehen konnten, mitbekommen, dass sie zum Teil alleine waren?
- Wie ging es denjenigen, die ganz hinten standen? Wie denjenigen, die ganz vorne standen?
- Wer fühlte sich besonders benachteiligt?
- Was hat sie daran gehindert, einen Schritt nach vorne zu gehen?
- Welche strukturellen oder gesellschaftlichen Probleme sehen die Teilnehmer*innen?
- Inwiefern spiegelt die Übung die Realität wider?
- Welche Möglichkeiten zur Veränderung ihrer Situation haben die verschiedenen Gruppen oder Individuen? Worauf haben sie keinen Einfluss?

4.5 Adjourning: Reflexion, Transfer und Abschied

In der Adjourning-Phase steht das bewusste Abschließen des gemeinsamen Weges im Mittelpunkt. Die Gruppe blickt auf das Erlebte zurück, würdigt Erfolge und Lernprozesse und nimmt Abschied – nicht nur voneinander, sondern auch von der intensiven Gruppenerfahrung. Durch angeleitete Reflexionseinheiten, Rituale und Feedbackrunden werden persönliche Entwicklungen sichtbar gemacht und nachhaltig verankert. Diese Phase ist emotional geprägt und bietet Raum, das Erlebte zu integrieren und mit einem gestärkten Selbstbild in den Alltag zurückzukehren.

Wir fanden uns dafür zu einer Runde zusammen und begannen mit einem Feedback durch eine Aufstellung im Raum, bei der wir die Beurteilung der Abendrunde abfragten. Die Jugendlichen stellten sich im Raum entlang der Pole „gut“ und „schlecht“ auf und begründeten ihre Positionen, sofern sie sich mitteilen wollten (aufgeführt im ↗ **Abschnitt 2.5**).

Nachdem alles gesagt wurde, teilten wir an jede Person jeweils drei Karten in grün (das war gut), gelb (das würde ich ändern) und rot (das war schlecht) aus, auf denen schriftlich und anonym zur gesamten Woche Feedback geben werden konnte

Außerdem wurden von den Teamenden Ketten/Armbänder mit einem Kompassanhänger an die Teilnehmenden verteilt. Der Kompass fand sich als Symbol auch auf dem Gelände der Unterkunft und sollte an die gemeinsame Zeit erinnern.

Quellen

CORNELISSEN, L. (ohne Jahr). *Erlebnispädagogische Theoriemodelle*. N.E.W. Institut, Verfügbar unter: <https://new-institut.com/erlebnispaedagogik/erlebnispädagogische-theoriemodelle>

HECKMAIR, B. & MICHL, W. (2018). *Erleben und Lernen: Einführung in die Erlebnispädagogik*. München: Ernst Reinhardt Verlag

HILDMANN, J. (2009). *Probleme sind verkleidete Möglichkeiten – Kompetenzförderung durch Erlebnispädagogik im Unterricht* (Dissertation). Ludwig-Maximilians-Universität München. Verfügbar unter: https://edoc.ub.uni-muenchen.de/12312/1/Hildmann_Jule.pdf

MATTHES, E. & BOUS, B. (2017). *Erlebnispädagogik in Theorie und Praxis: Einleitung zu diesem Heft. Bildung und Erziehung*, 70(3), 243–248.

MICHL, W. (2020). *Erlebnispädagogik*. München: Ernst Reinhardt Verlag

PARTIZIPATION.AT (2022). *Systemisches Konsensieren*. Verfügbar unter: <https://partizipation.at/methoden/systemisches-konsensieren/>

SCHROTTA, S. (2011). *Wie wir klüger entscheiden*. Styria Print.

Weitere Quellen

Warm-Ups

Klimaerwärmung:

JUGENDLEITER BLOG (2017). *10 Warmup-Spiele für Kinder und Jugendliche*. Verfügbar unter: <https://www.jugendleiter-blog.de/2017/01/23/10-warmup-spiele-fuer-kinder-und-jugendliche/>

Demokratiesalat:

PORTAL INTERSEKTIONALITÄT (2023). *Obstsalat*. Verfügbar unter: <http://portal-intersektionalitaet.de/forum-praxis/methodenpool/methoden-der-intersektionalen-bildungs-und-beratungsarbeit/2012/obstsalat/>

Gemeinsam Aufstehen:

VLAMINGO (ohne Jahr). *40 Kooperative Gruppenspiele für den Sportunterricht*. Verfügbar unter: https://www.vlamingo.de/kooperationsspiele/#Gemeinsam_aufstehen

Durch den Reifen:

VLAMINGO (ohne Jahr). *15 Spiele mit Reifen für den Sportunterricht*. Verfügbar unter: https://www.vlamingo.de/spiele-mit-reifen/#Durch_den_Reifen

Gordischer Knoten:

KINDERPOLITIK: INFOSTELLE DES DEUTSCHEN KINDERHILFSWERKES (ohne Jahr). *Gordischer Knoten*. Verfügbar unter: http://www.kinderpolitik.de/index.php?option=com_methoden&ID=209

Wahlzettel-Wettkampf:

JUGENDLEITER BLOG (2017). *10 Warmup-Spiele für Kinder und Jugendliche*. Verfügbar unter: <https://www.jugendleiter-blog.de/2017/01/23/10-warmup-spiele-fuer-kinder-und-jugendliche/>

Ich bin die Demokratie:

DGB BILDUNGSWERK BUND e.V. (2020). *Demokratisch Leben und Lernen. Für eine starke Demokratie in der beruflichen Bildung!*, S. 37. Verfügbar unter: https://www.dgb-bildungswerk.de/sites/default/files/pdf-upload/2021-09/methodenheft_web_final_0.pdf

Bürger*in und Politiker*in:

BUND LANDESVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG e.V. (ohne Jahr). *Spiele-Ideen für Kinder- und Jugendgruppen*. Verfügbar unter: https://www.bund-bawue.de/fileadmin/bawue/Dokumente/Kinder_und_Jugendliche/Spielideen_fuer_Kinder_und_Jugendgruppen.pdf

Forming-Methoden /

Kennenlernspiele

Speeddating:

TEAMBUILDING SPIELE (ohne Jahr). *Kennenlernspiele & Ice Breaker Spiele für jeden Anlass*. Verfügbar unter: <https://teambuilding-spiele.de/kennenlernspiele/>

Dreieck der Gemeinsamkeiten:
KULTURSHAKER (ohne Jahr). *Dreieck der Gemeinsamkeiten.* Verfügbar unter: <https://kulturshaker.de/methoden/kulturelle-vielfalt-praeigung/dreieck-der-gemeinsamkeiten/>

Mondlandung:
SIEBEL, C. (2018). *Das lustige Teamspiel sprengt jedes Seminar.* Wilde Workshop Spiele. Verfügbar unter: <https://www.workshop-spiele.de/das-lustige-teamspiel-mit-dem-rohem-ei/>

Marshmallow Challenge:
SIEBEL, C. (2017). *Marshmallow Challenge – ein Bastelspiel.* Wilde Workshop Spiele. Verfügbar unter: <https://www.workshop-spiele.de/marhsmallow-challenge/>

Paperplanes:
MALANGRE, A. (2022). *19 geniale Teambuilding Spiele – erlebnisorientiertes Lernen mit jeder Menge Spaß.* Workshop Helden. Verfügbar unter: <https://workshop-helden.de/tambuilding-spiele/#paperplanes>

Storming-Methoden:
Schreien-Grölen-Klatschen:
GRUPPENSPIELE – HITS FÜR KIDS (ohne Jahr). *Schreien - Grölen - Kreischen.* Verfügbar unter: <https://www.gruppenspiele-hits.de/wettspiele/ge-schrei.html>

Marktschreier:
GRUPPENSPIELE – HITS FÜR KIDS (ohne Jahr). *Marktschreier.* Verfügbar unter: https://www.gruppenspiele-hits.de/sonstige-spiele/marktschreier.html#google_vignette

Stab absenken:
KREISJUGENDRING FÜRSTENFELDBRUCK (ohne Jahr). *Stab ablegen.* Verfügbar unter: <https://www.kjr.de/?p=allespiele&s=75>

Die Drei Säulen der Demokratie:
LANDESSPORTBUND NORD-RHEIN-WESTFALEN (ohne Jahr). *Ampelspiel.* In: Integration durch Sport: Praxishilfe Sport Interkulturell, Praxisteil 2, S. 115 - 117. Verfügbar unter: https://www.vibss.de/fileadmin/Medienablage/Sportpraxis/PH_Kinder/Integration_durch_Sport/PH_Kinder_-_Integration_-_Kapitel_2.pdf

Ausbrechen:
LANDESSPORTBUND NORD-RHEIN-WESTFALEN (ohne Jahr). *Ausbrechen.* In: Integration durch Sport: Praxishilfe Sport Interkulturell, Praxisteil 2, S. 119. Verfügbar unter: https://www.vibss.de/fileadmin/Medienablage/Sportpraxis/PH_Kinder/Integration_durch_Sport/PH_Kinder_-_Integration_-_Kapitel_2.pdf

Norming - Methoden

Wasserrohr:
GROUPSENZ (ohne Jahr). *Wasserrohr.* Verfügbar unter: <https://groupsenz.org/view/158/wasserrohr>

Gestrandet:

LEANDER VIERHEILIG, Centrum für Erlebnispädagogik e.V. & Teambuilding Spiele (ohne Jahr). *Teambuilding Spiele für Büro und Freizeit.* Verfügbar unter: <https://teambuilding-spiele.de/>

Das Netz:

LEANDER VIERHEILIG, Centrum für Erlebnispädagogik e.V. & Wastel, P. (ohne Jahr). *Erlebnispädagogische Lernfelder im Sport, Teil 4.* Bergische Universität Wuppertal - Sportwissenschaft. Verfügbar unter: <https://www.itps.uni-wuppertal.de/fileadmin/itps/Wastl/EP-Aktiv-04.pdf>

Sandsturm:

LEANDER VIERHEILIG, Centrum für Erlebnispädagogik e.V.

Knack den Code:

ESCAPE ROOM SPIELE (2017). *Das Code Logical.* Verfügbar unter: <https://escaperoomspiele.com/das-code-logical/>

Das 7 Minuten Escape Adventure:

ESCAPE ROOM SPIELE (ohne Jahr). *Das 7 Minuten Escape Adventure.* Verfügbar unter: <https://escaperoomspiele.com/7-min-escape-adventure/7min-anleitung/>

Moorpfad:

GROUPSENZ (ohne Jahr).

Moorpfad. Verfügbar unter:

[https://groupsenz.org/view/48/
moorpfad](https://groupsenz.org/view/48/moorpfad)

Performing-Methoden

Perspektivenwechsel – Mein Leben als Opfer, mein Leben als Held*in:

MEINERT, S & STOLLT, M. (ohne Jahr). *Storytelling Warm-ups.* team GLOBAL und Bundeszentrale für Politische Bildung. Verfügbar unter: [https://www.bpb.de/system/files/pdf/
PQ1DKH.pdf](https://www.bpb.de/system/files/pdf/PQ1DKH.pdf)

Theater:

Entwurf von DARIO KOCKARTZ und SABRINA SCHUMACHER, Jugendtreff Inside, Eynatten.

Schritt-für-Schritt:

EDUSSKILLS+ (ohne Jahr). *Ein Schritt nach vorne.* Verfügbar unter: [https://divedu.eduskills.
plus/methods/social%2F02](https://divedu.eduskills.plus/methods/social%2F02)

LANDESJUGENDRING BERLIN (2014). *Praxishandbuch Juleica-Ausbildung in Berlin. Modul 13 | Vorurteilsbewusstsein – Inklusion.* Verfügbar unter: <https://ljrberlin.de/juleica/methoden>

Impressum

Herausgeber:

BÜRO BLAU – räume. bildung. dialoge.
gemeinnützige GmbH
Mansfelder Straße 48
D – 10709 Berlin

T: +49 (0) 30–63 960 37–0
F: +49 (0) 30–63 960 37–27
kontakt@bueroblau.de

Vertretungsberechtigte Geschäftsführende:
Frank Baumann und Ingrid Lankenau

Registergericht:
Amtsgericht Charlottenburg (Berlin)
Registernummer: HRB 156396 B
Umsatzsteuer-Identifikationsnummer:
DE293796089

Redaktion: Marla Vakili,
Josephine Kreutzmüller und
Frank Baumann

In Zusammenarbeit mit: Dario Kockartz,
Aaron van Norden, Sabrina Schumacher,
Evelyn Spechtenhauser und Johannes
Waldner

Gestaltung: Laura Risse

November 2025

Der Inhalt dieser Broschüre gibt allein
die Meinung der Verfasser*innen wieder.
Die Europäische Kommission haftet nicht
für die Nutzung der enthaltenen Infor-
mationen.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

