

Ja-nein-Kreis

Versuchen, sich durchzusetzen

Arbeitsform

Gesamtgruppe im Kreis



Dauer

ca. 5 min

Material

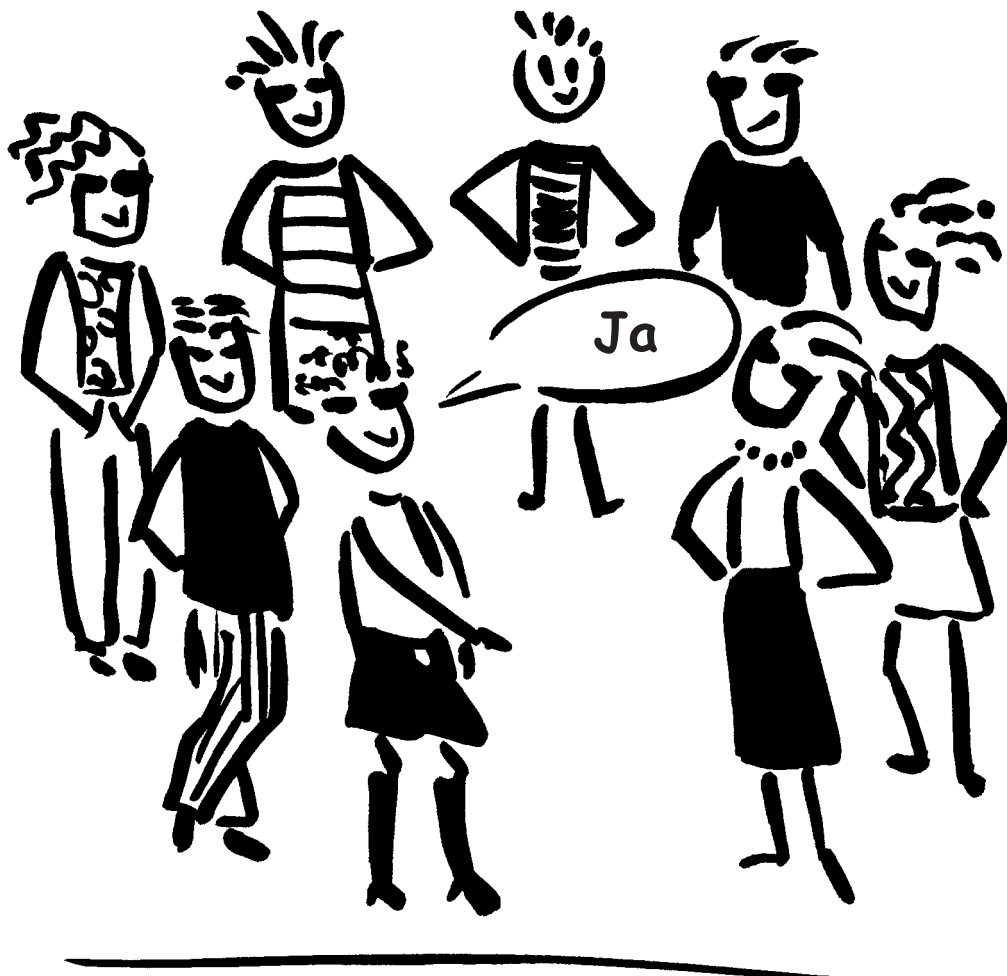
nicht notwendig

Ablauf

Alle stehen im Kreis. Der SpL beginnt, indem er sich zu seinem rechten Nachbarn dreht, und zu ihm klar und deutlich „Ja“ sagt. Dieser gibt ebenfalls das „Ja“ an seinen Nachbarn usw. weiter, bis jemand auf ein „Ja“ mit einem energischen „Nein“ antwortet. Dann geht es in der Gegenrichtung wieder zurück, solange bis jemand „Ja“ sagt. Die Aussage kann durch Gesten und Körperhaltung verstärkt werden.

- *Wer schafft es, seinen Nachbarn mit einem Wort zu überzeugen?*
- *Wer gibt schnell nach? Wer nie?*
- *Manchmal entstehen im Wortgefecht kleine Geschichten. Wer hat während des Spiels eine solche gesehen oder erlebt?*

Idee von Jamie Walker: Gewaltfreier Umgang mit Konflikten



Hau ab! (besonders für Mädchen geeignet)

Sich durchsetzen

Arbeitsform

paarweise, szenisches Spiel



Dauer

ca. 10 min, abhängig von der Gruppengröße

Material

nicht notwendig

Ablauf

Bitten Sie zwei Freiwillige (A und B) nach vorn. A geht durch den Raum. B kommt hinzu, stellt sich A in den Weg und versucht, den Arm um die Schulter von A zu legen o.Ä. A sieht B daraufhin direkt ins Gesicht und sagt laut und deutlich „Hau ab!“ o.Ä. und versetzt B mit der Hand gleichzeitig einen kräftigen Stoß gegen den Oberkörper oder die Schulter.

Geben Sie den Sp nach dem Austausch über das Erlebte und Gesehene auch die Möglichkeit, noch einmal in die Rolle von A zu schlüpfen. Spielen Sie diese Form, bis jeder einmal A und einmal B war.

- Ermutigen Sie Zurückhaltende, sich wirklich durchzusetzen.
- Fragen Sie A und B, wie sie sich in ihrer Rolle gefühlt haben.
- Besprechen Sie, welches Verhalten dem eigenen Standpunkt Nachdruck verleiht, z. B.: feste, kräftige Stimme, Blickkontakt (auf die Nasenwurzel schauen), aufrechte Körperhaltung.

