

Wünsch dir was		
Zeit	20 min	
Ziel	TN stärken das Ich-Gefühl und können ihre Wahrnehmungen und Wünsche äußern.	
Methode	Positionierung	
Material	<ul style="list-style-type: none"> • 4 Karten mit Bedürfnissen • Beispielsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • evtl. ModKarten und Stifte

Inhalt

Die TN vergegenwärtigen sich ihre eigene Bedürfnisse, Wünsche und Grenzen anhand verschiedener Situationen und in Abgrenzung zu anderen TN.

Ablauf

1. TM1 erklärt die Aufgabe.

Formulierungsvorschlag:

„Ich lese euch zwei Situationen vor. Versetze dich in die jeweilige Situation. Danach kannst du entscheiden, was du brauchst, wenn dir das passiert. Also was dein Bedürfnis/Wunsch in der Situation wäre. Wir haben 4 Bedürfnisse/Wünsche vorbereitet und verteilen die jetzt in die 4 Ecken des Klassenraumes. Steh bitte auf und gemeinsam verteilen wir jetzt die Karten.“

2. Die Karten werden anschließend mit den TN in die 4 Ecken des Raumes verteilt. TM1 erklärt in jeder Ecke des Raumes die jeweilige Bedürfniskarte. Diese sind:
 - nach Hilfe fragen
 - ablenken
 - getröstet werden
 - weinen
3. Eine Situation (siehe Materialien) wird vorgelesen. Danach werden die TN mit *„Was wünschst du dir in dieser Situation? Wonach fühlst du dich?“* motiviert, zu der jeweiligen Bedürfnis-Karte zu gehen. Im Anschluss wird kurz mit jeweils einer Person in jeder Ecke über den Wunsch/das Bedürfnis gesprochen:
 - *Warum stehst du dort?*
 - *Fiel es dir leicht dich zu entscheiden, was du am liebsten machen möchtest?*
 - *Warum fiel es dir leicht dich zu entscheiden?*

TN, die sich nicht entscheiden können oder etwas ganz anderes brauchen, können sich in die Mitte vom Raum stellen. An sie können folgende Fragen gerichtet werden:

- *Warum stehst du in der Mitte?*
- *Woher weißt du ganz genau was du in dieser Situation brauchst?*
- *Oder: Warum fällt es dir schwer zu sagen, was du brauchst?*

4. Dieser Vorgang wird 2-4 mal wiederholt.
5. Die Gespräche werden zusammengefasst und die Möglichkeit von sehr unterschiedlichen Bedürfnissen betont.

Fazit

„Manchmal ist das, was wir uns in einer Situation wünschen, ganz ähnlich, manchmal aber brauchen wir ganz verschiedene Dinge, um uns gut zu fühlen. Das ist gar nicht schlimm, sondern ganz normal und kann auch ganz lustig sein. Manchmal wissen wir auch einfach noch gar nicht, was uns gut tut. Dann sollten wir uns Zeit nehmen, tief durchatmen und vielleicht mit jemandem darüber reden. Lale hat auch gerade dieses Problem und weiß nicht, wie sie sich in einer Situation entscheiden soll.“

Visualisierungen und Materialien

Beispielsituationen

- a) Deine Eltern haben dir endlich einen Schlüssel für eure Wohnung gegeben. Leider hast du heute auf dem Weg von der Schule nach Hause den Schlüssel verloren.
- b) Seit der ersten Klasse hast du eine_n beste_n Freund_in. Vorhin, in der großen Pause, erzählt die Person dir, dass sie wegzieht.
- c) Du hast heute Nachmittag einen Termin bei der_m Zahnärzt_in. Und du hast Angst, dass gebohrt werden muss.
- d) Zwei Freund_innen haben dich heute Nachmittag zum Spielen eingeladen. Leider verstehen sich die Beiden nicht besonders gut und ihr könnt nicht zu dritt spielen. Jetzt musst du dich entscheiden zu wem du gehst. Aber du kannst dich nicht entscheiden.

Hinweis

Die Situation d) wird in der nächsten Übung (M2_01_10) die Grundlage für die Schreibwerkstatt sein. Falls ihr diese Situation wählt, kann TM2 während der Auswertung Ideen für ein mögliches Ende der Geschichte auf ModKarten mitschreiben. Dies kann an der Tafel aufgehängt werden und TN in ihrem Schreibprozess unterstützen.



4 Karten mit Bedürfnissen