

## Exemplarische Beschreibung des Trainingsvorschlages 2 „Die Sanften und die Stolzen“ aus dem 17. Modul „Meine Gruppe – Deine Gruppe“ des Trainings „Fit for Differences“

Die Ziele des Moduls sind die folgenden:

- Sich bewusst werden, welchen Gruppen man angehört.
- Sich der Vor- und Nachteile bewusst werden, einer Gruppe beizutreten.
- Das Erkennen der Zufälligkeit und Veränderbarkeit mancher Gruppenzugehörigkeit.
- Einer Gruppe anzugehören, können wir als etwas Besonderes empfinden, ohne zugleich andere Gruppen abzuwerten.

### Meine Gruppe – Deine Gruppe



... SO KOMMST DU  
BEI UNS NICHT  
REIN..!

DANN GEH' ICH  
EBEN WIEDER...!

Die Trainingsstunden sind wie in allen Verhaltenstrainings immer gleich strukturiert. Eine Trainingsgruppe umfasst sechs bis zwölf Jugendliche beiderlei Geschlechts mit und ohne Migrationshintergrund im Alter von 12/13 bis 21 Jahren. Die Trainingsdauer sollte fünf bis sechs Monate mit einer Trainingsstunde von 90 Minuten Dauer wöchentlich betragen. Durchgeführt wird das interkulturelle Training von einem interkulturellen TrainerInnenpaar.

### **Stimmungsrunde:**

Die Jugendlichen kommen mit ihren TrainerInnen zu einem Stuhlkreis zusammen. Nach der Begrüßung zeigen die TeilnehmerInnen mit Hilfe ihrer Signalkarten ihre momentane Stimmung an und artikulieren zusätzlich ihre Stimmung, ihre Gefühle und etwaige Probleme.

### **Regelphase:**

Die TrainerInnen verweisen auf die derzeit zu übenden Regeln, oder es wird eine neue Regel mit den TeilnehmerInnen erarbeitet. Dieses kann zum Beispiel mit der Frage: „Was sollte in dieser Gruppe verbessert werden, damit sie arbeitsfähiger ist?“ eingeleitet werden.

### **Entspannungsphase:**

Um die Aufmerksamkeit für die nachfolgende Arbeitsphase zu erhöhen, wird eine kurze Entspannung durchgeführt, etwa die Kurzform der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen.

### **Arbeitsphase:**

Nach einem kurzen Gespräch über Gruppenzugehörigkeit leiten die TrainerInnen zu dem Simulations- oder Rollenspiel „Die Sanften und die Stolzen“ über. Nach einigen Vorbemerkungen zum Simulationsspiel werden zwei möglichst gleich große Teilgruppen gebildet. Die eine Teilgruppe sind die „Sanften“, die andere die „Stolzen“. Die Jugendlichen finden auf je einem Arbeitsblatt eine Beschreibung der Verhaltensweisen und Angewohnheiten der beiden Gruppen. Dieses erarbeitet und übt jede Teilgruppe für sich unter Anleitung und Hilfestellung einer TrainerIn. Im Arbeitsblatt wird beschrieben, unter welchen Umständen beide Gruppen miteinander in Kontakt kommen. Das Verhalten, was dann gezeigt werden soll, wird besprochen. Weitere Interaktionen werden dem spontanen Spiel überlassen.



DIE SANFTEN

Nun wird das Land der Sanften hergerichtet. Das Spiel beginnt. Die „Sanften“ und die „Stolzen“ verhalten sich entsprechend ihren Rollenbeschreibungen. Das Land wird „erobert“, seine Bewohner werden „unterworfen“. Es gibt Aufbegehren, passiven Widerstand, Rebellion und so weiter.

### **Auswertung und Transfer;**

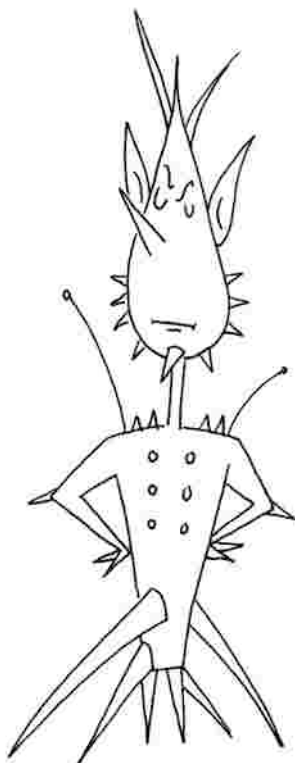
Den Jugendlichen werden Fragen zur Auswertung und zum Transfer wie die folgenden gestellt: „Wart ihr bei der Begegnung der beiden Gruppen neugierig oder unsicher?“ zur Gefühlsebene, „Wodurch entstanden Konflikte zwischen den beiden Gruppen?“ auf der Ebene des Verstehens und „Wie sollten zwei Kulturen, die sich nicht oder wenig kennen, miteinander umgehen?“ auf der Ebene des Transfers. Die wesentlichen Aussagen der TeilnehmerInnen sollten festgehalten werden.

### **Regeleinhaltung:**

Mit Hilfe der Signalkarten soll jedes Mitglied der Trainingsgruppe anzeigen, ob es sich in dieser Trainingsstunde an die zu übenden Regeln gehalten hat oder nicht. Falls Bedarf besteht, gehen die TrainerInnen noch einmal auf die Bedeutung der Regeln und deren Einhaltung ein und sprechen mit den Jugendlichen darüber.

### **Abschlussrunde:**

In der Abschlussrunde werden die TeilnehmerInnen gebeten, ihre momentane Stimmung zu beschreiben, wie Ihnen die Trainingsstunde gefallen hat und ob sie Wünsche für den Fortgang des Trainings haben.



DIE STOLZEN