

K A J U

WORKSHOPKONZEPTE

Kompetenzen Akademie Junior!

EINLEITUNG

Diese Konzeptmappe vereint zwölf kreative Workshopkonzepte, die im Rahmen des Projekts **KAJU** mit Jugendlichen aus Drittstaaten entwickelt wurden. Im Mittelpunkt stehen kreative Ausdrucksformen, kulturelle Bildung und eine werteorientierte, empowernde Pädagogik.

In den Workshops setzten sich die Jugendlichen mit grundlegenden Fragen auseinander: **Wer bin ich? Was ist mir wichtig? Wie finde ich meine Stimme? Was verbindet mich mit anderen? Wie lassen sich Medien sinnvoll nutzen? Und wie kann ich meine Zukunft mitgestalten?**

Die Formate reichen von Rap- und Medienarbeit über kreative Schreibübungen bis hin zu Gruppenaktivitäten zu Vielfalt, Toleranz und Teilhabe. Sie eröffnen Räume, in denen Jugendliche sich ausprobieren, ausdrücken und gegenseitig stärken können – mit ihrer eigenen Sprache, in ihrem Tempo, auf Augenhöhe.

DABEI GEHT ES UM:

- die **Entwicklung einer eigenen Wertehaltung,**
- das **Erleben von Gemeinschaft und Respekt,**
- den **kreativen Umgang mit Sprache, Texten und Medien,**
- sowie die **Auseinandersetzung mit Vielfalt und Zugehörigkeit.**
-

ALLE WORKSHOPS SIND:

- **sprachsensibel, inklusiv und niedrigschwellig,**
- **flexibel anpassbar an Gruppengröße und Sprachniveau,**
- **praktisch erprobt und leicht umsetzbar,**
- **orientiert an Lebensrealitäten und Ressourcen junger Menschen mit Migrationserfahrung.**
-

HINWEIS FÜR PÄDAGOG:INNEN

Für die Durchführung der Workshops sind eine offene Haltung, die Bereitschaft zum Ausprobieren und ein wertschätzender Umgang mit Vielfalt entscheidend.

Wichtig ist nicht das perfekte Ergebnis, sondern die Erfahrung, gesehen und gehört zu werden.

INHALTSVERZEICHNIS

1. QUARTAL 1: „WER BIN ICH UND WAS IST MIR WICHTIG?“ – WERTE, SELBSTWAHRNEHMUNG & INNERE STÄRKE

- 1.1. **WORKSHOP 1: WAS MIR WICHTIG IST – MEINE WERTE, MEIN INNERES FUNDAMENT** | SEITE 05
- 1.2. **WORKSHOP 2: ICH SPÜRE – MEINE GEFÜHLE, MEIN KÖRPER, MEINE GRENZEN** | SEITE 13
- 1.3. **WORKSHOP 3: WAS ICH KANN, WAS MICH TRÄGT – MEINE STÄRKEN, MEIN SELBSTWERT** | SEITE 19

2. QUARTAL 2: „MEINE STIMME ZÄHLT!“ – AUSDRUCK, RESPEKT UND GEMEINSCHAFT

- 2.1. **WORKSHOP 1: BEATS UND BEGEGNUNGEN – EINSTIEG IN RAP, RESPEKT UND GRUPPENGEFÜHL** | SEITE 26
- 2.2. **WORKSHOP 2: RHYTHMUS DES RESPEKTS – VERTRAUEN, FREESTYLE UND SOZIALE WERTE** | SEITE 30
- 2.3. **WORKSHOP 3: DEINE STIMME, DEIN TEXT – KREATIVES SCHREIBEN & PERSÖNLICHE THEMEN** | SEITE 35

3. QUARTAL 3: „DU – ICH – WIR ALLE“ – VIELFALT VERSTEHEN, UNTERSCHIEDE RESPEKTIEREN & GEMEINSAMKEITEN LEBEN

- 3.1. **WORKSHOP 1: „WER BIST DU – UND WAS MACHT DICH AUS?“** | SEITE 42
- 3.2. **WORKSHOP 2: „STELL DIR VOR, DU WÄRST ICH ...“ PERSPEKTIVENWECHSEL & EMPATHIE** | SEITE 48
- 3.3. **WORKSHOP 3: „ZUSAMMEN GEHT’S BESSER!“** | SEITE 54

4. QUARTAL 4: „LESEN – VERSTEHEN – GESTALTEN“ – MEDIEN & TEXTE MIT VERANTWORTUNG NUTZEN

- 4.1. **WORKSHOP 1: „WAS STECKT IN EINEM TEXT?“** | SEITE 61
- 4.2. **WORKSHOP 2: „WEM KANN ICH GLAUBEN?“** | SEITE 67
- 4.3. **WORKSHOP 3: „MEINE BOTSCHAFT ZÄHLT!“** | SEITE 73



QUARTAL

1

**„WER BIN ICH UND WAS IST MIR
WICHTIG?“ - WERTE,
SELBSTWAHRNEHMUNG & INNERE
STÄRKE**

WORKSHOP 1: WAS MIR WICHTIG IST – MEINE WERTE, MEIN INNERES FUNDAMENT

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

Dieser Workshop ist der Auftakt des ersten Quartals und legt das Fundament für Selbstwahrnehmung, Wertebewusstsein und einen vertrauensvollen Umgang in der Gruppe. Die Teilnehmenden entdecken spielerisch und interaktiv, was Werte sind, warum sie im Leben Orientierung geben – und welche Werte ihnen persönlich wichtig sind.

So nutzt du den Workshop:

Arbeite die drei Übungen in der vorgeschlagenen Reihenfolge durch – sie bauen didaktisch aufeinander auf. Ziel ist ein gemeinsames Erleben, das zum Nachdenken über sich selbst anregt und eine persönliche Verbindung zu Begriffen wie „Geduld“, „Dankbarkeit“ oder „Aufgeschlossenheit“ schafft. Am Ende wissen die Jugendlichen: Werte sind wie ein innerer Kompass – und ich habe ihn schon in mir.

THEMA

Was ist mir wichtig? – Werte entdecken und verstehen

INHALT

Grundverständnis von „Werten“, Gruppenöffnung, kreative Reflexion der eigenen Wertvorstellungen

LERNZIELE

- Grundverständnis von „Werten“ entwickeln
- Eigene Werte entdecken und benennen
- Achtsamkeit für andere Perspektiven fördern
- Selbstvertrauen durch Selbstreflexion stärken
- Gruppenbindung durch wertschätzenden Austausch aufbauen

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: WERTE-SPIEL IM RAUM (20 MINUTEN)

Ziel: Bewegung, Gruppenöffnung, erste Begegnung mit Werten

Material: 12 vorbereitete Karten mit Wertbegriffen

(Vorschläge: Geduld, Ehrlichkeit, Freundlichkeit, Respekt, Hilfsbereitschaft, Dankbarkeit, Mut, Gerechtigkeit, Höflichkeit, Aufgeschlossenheit, Zuverlässigkeit, Rücksichtnahme)

ABLAUF:

- Jede Person zieht eine Karte mit einem Wert (Wort + evtl. einfaches Symbol).
- Die Jugendlichen gehen durch den Raum und zeigen nonverbal, was ihr Wert bedeuten könnte. Beispiel: Wer „Hilfsbereitschaft“ hat, hilft jemandem beim Aufstehen oder mit dem Stuhl.
- Danach Rückkehr in den Sitzkreis: Reihum nennen alle ihren gezogenen Wert und erklären in einfachen Worten, warum dieser Wert wichtig sein könnte oder ob sie ihn aus ihrem Alltag kennen.

Anmerkung an die Leitung:

Achte auf einfache Sprache bei der Erklärung der Werte. Wenn sich jemand mit der Darstellung überfordert fühlt, darf er oder sie den Begriff einfach beschreiben. Du kannst zur Unterstützung selbst ein Beispiel geben (z. B. für „Hilfsbereitschaft“ einen Stuhl richten oder beim Auslegen helfen).

EINSTIEG: WAS SIND WERTE?

(25 MINUTEN)

Ziel: Den Begriff „Wert“ in einfacher Sprache erklären und mit konkreten Alltagssituationen verbinden

Material: Sechs Bildkarten mit klar erkennbaren Szenen (ausgedruckt oder projiziert)

ABLAUF:

Die Leitung zeigt nacheinander sechs Bildkarten mit Alltagsszenen. Zu jeder Karte stellt sie einfache Fragen wie:

- „Was siehst du auf dem Bild?“
- „Was macht die Person?“
- „Wie nennt man das Verhalten?“
- „Findest du das gut?“

Die Antworten werden gesammelt, bei Bedarf sprachlich vereinfacht, und an der Tafel oder auf einem Plakat notiert.

Bildkarten-Szenen:

1. Eine Person hilft einer älteren Frau mit einer Einkaufstasche
→ möglicher Wert: **Hilfsbereitschaft**
2. Zwei Kinder heben gemeinsam einen heruntergefallenen Stuhl auf
→ möglicher Wert: **Zusammenhalt / Kooperation**
3. Ein Jugendlicher lässt jemand anderen in der Tür den Vortritt
→ möglicher Wert: **Höflichkeit / Rücksichtnahme**
4. Ein Kind gibt einem anderen seine Trinkflasche, weil es durstig ist
→ möglicher Wert: **Teilen / Fürsorge**
5. Zwei Jugendliche aus unterschiedlichen Kulturen lachen gemeinsam beim Spiel
→ möglicher Wert: **Aufgeschlossenheit / Freundschaft**
6. Eine Person hält bei Rot an der Ampel, obwohl keine Autos kommen
→ möglicher Wert: **Geduld / Regelbewusstsein**

Nach der gemeinsamen Bildbetrachtung fasst die Leitung die Aussagen der Gruppe zusammen und erklärt:

„Werte sind Dinge, die uns wichtig sind. Sie helfen uns, gute Entscheidungen zu treffen.
Werte zeigen uns, wie wir miteinander leben wollen – ehrlich, hilfsbereit, respektvoll.“

Die gesammelten Werte können sichtbar gemacht werden – z. B. auf einem Plakat im Raum. Wenn sinnvoll, kann die Gruppe die Begriffe zusätzlich in ihren Herkunftssprachen ergänzen (z. B. durch Post-its oder mündlich).

Anmerkung an die Leitung:

Frage auch nach Beispielen aus dem Alltag der Jugendlichen. Wenn jemand keine Idee hat, ist das in Ordnung – zeige, dass Werte nicht nur „große Wörter“ sind, sondern oft im Kleinen sichtbar werden.

ÜBUNG 1:

WERTEBAROMETER – WO STEHE ICH?

(30 MINUTEN)

Ziel: Eigene Haltung zu bestimmten Werten spüren und äußern

Material: Raum mit vier Positionen: „Ja“, „Eher ja“, „Eher nein“, „Nein“ (z. B. mit Blättern auf dem Boden markiert)

ABLAUF:

Die Leitung nennt Aussagen, die die Teilnehmenden in ihrer Haltung einschätzen. Danach stellen sich die Jugendlichen zu der passenden Position. Wer möchte, erklärt, warum er oder sie dort steht. Es folgen mehrere Durchgänge. Jede Gruppe kann aus folgenden fünf Paketen auswählen:

PAKET 1 – THEMA: GEDULD UND ZUHÖREN

- Ich bin geduldig, wenn ich warten muss.
- Ich finde es wichtig, anderen ruhig zuzuhören.
- Ich kann gut aushalten, wenn jemand langsam ist.

PAKET 2 – THEMA: EHRlichkeit UND VERTRAUEN

- Ich sage die Wahrheit, auch wenn es schwer ist.
- Ich finde Vertrauen in einer Freundschaft wichtig.
- Ich finde es okay, manchmal zu lügen.

PAKET 3 – THEMA: DANKBARKEIT

- Ich bin dankbar für meine Familie.
- Ich sage oft „Danke“, wenn mir jemand hilft.
- Ich finde, man kann auch für kleine Dinge dankbar sein.

PAKET 4 – THEMA: HILFSBEREITSCHAFT

- Ich helfe gerne, wenn jemand etwas nicht versteht.
- Ich finde es wichtig, anderen zu helfen.
- Ich finde: Jeder soll selbst klarkommen.

PAKET 5 – THEMA: AUFGESCHLOSSENHEIT

- Ich interessiere mich für andere Kulturen.
- Ich höre mir gerne andere Meinungen an.
- Ich finde es okay, wenn jemand anders denkt als ich.

Anmerkung an die Leitung:

Gib bei Bedarf sprachliche Hilfestellung (z. B. „Geduld heißt: Ich kann warten.“). Ermutige zu Begründungen, aber ohne Druck. Auch Gesten oder kurze Begriffe („Ich finde das wichtig“) sind ausreichend. Die Methode soll Spaß machen und Bewegung ermöglichen.

ÜBUNG 2: MEIN WERTEBAUM (30 MINUTEN)

Ziel: Eigene Werte kreativ sichtbar machen und mit anderen teilen

Material: Blankopapier DIN A4, Stifte, Farben

ABLAUF:

1. Einführung durch die Leitung:
„Ein Baum hat Wurzeln, einen Stamm und eine Krone. So ist es auch mit unseren Werten.“
2. Die Teilnehmenden zeichnen ihren eigenen Wertebaum – frei, ohne Vorlage.
 - Wurzeln: Woher kommen meine Werte? (z. B. Familie, Religion, Vorbilder)
 - Stamm: Welche Werte tragen mich heute? (z. B. Geduld, Ehrlichkeit)
 - Krone: Welche Werte wünsche ich mir für meine Zukunft?

Hinweise:

- Zeichnungen, Farben und Symbole sind ausdrücklich erlaubt.
- Wer Unterstützung braucht, kann sich einzelne Wörter an der Tafel zeigen lassen.
- Leitung hilft durch gezielte Nachfragen oder gibt sprachliche Impulse.

Rundlauf: Am Ende geben die Jugendlichen ihre Blätter reihum weiter. Jede Person betrachtet kurz den Baum der anderen und sieht, was ihnen wichtig ist. Keine Erklärung nötig – es geht um stilles Verstehen.

Anmerkung an die Leitung:

Wer Hilfe braucht, kann sich Begriffe an der Tafel zeigen lassen. Wiederhole ruhig Wörter aus dem Einstieg. Achte darauf, dass niemand überfordert ist. Zeichnerische Fähigkeiten sind nicht wichtig – das Symbolische zählt.

ÜBUNG 3: MEIN WERT – MEINE GESCHICHTE (35 MINUTEN)

Ziel: Eigene Werte ausdrücken, sich zeigen, Respekt üben

Material: Blankopapier, Stifte, Tafel

ABLAUF:

Die Jugendlichen wählen einen Wert aus ihrem Wertebaum und schreiben oder sagen etwas dazu. Es wird keine Vorlage verwendet – alle arbeiten frei. Die Leitung gibt einfache Satzbausteine zur Unterstützung vor (schriftlich oder an der Tafel):

Satzbausteine:

- Mein Name ist ...
- Mein Wert ist ...
- Dieser Wert ist mir wichtig, weil ...
- Ich habe diesen Wert durch ... kennengelernt.
- Ich versuche, diesen Wert zu leben, wenn ...
- Ich wünsche mir, dass andere Menschen auch ...
- In meiner Familie ist dieser Wert ...
- Ich möchte später ... und dabei hilft mir dieser Wert.

Präsentation:

- Wer möchte, liest seinen Text oder einzelne Sätze vor.
- Wer nicht sprechen möchte, zeigt das Blatt oder liest nur den Wert laut.
- Nach jeder Vorstellung folgt ein kurzer Applaus oder ein stilles Zeichen der Anerkennung (z. B. Handzeichen oder Daumen hoch).

Anmerkung an die Leitung:

Sorge für eine ruhige Atmosphäre. Wer nicht schreiben will, darf auch zeichnen oder nur sprechen. Gib auf Wunsch auch Wörterhilfen – und ermutige, ohne zu drängen. Ziel ist Selbstaussdruck, nicht Perfektion.

ABSCHLUSSRUNDE: EIN WERT, DEN ICH MITNEHME (10 MINUTEN)

Ziel: Reflexion und gemeinsamer Abschluss

ABLAUF:

- Im Stuhlkreis nennt jede Person einen Wert, der ihr heute wichtig geworden ist.
- Danach legt jede Person eine Karte mit ihrem gewählten Wert in die Mitte. Diese Karten bilden gemeinsam einen sichtbaren „Wertekreis“.
- Die Leitung betont zum Abschluss:

„Werte sind wie ein Kompass. Heute habt ihr euren eigenen Kompass ein Stück besser kennengelernt. Und wir sehen, wie viel uns als Gruppe verbindet.“

Anmerkung an die Leitung:

Gib den Jugendlichen Zeit, ihren Wert zu wählen. Wertschätzung darf still oder deutlich erfolgen – mit Blicken, Zeichen oder kurzen Sätzen wie „Danke fürs Teilen“.

WORKSHOP 2:

ICH SPÜRE – MEINE GEFÜHLE, MEIN KÖRPER, MEINE GRENZEN

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

Dieser Workshop baut auf den Erfahrungen des ersten Treffens auf. Nachdem die Jugendlichen ihre persönlichen Werte kennengelernt haben, geht es nun darum, die Verbindung zum eigenen Körper und zur Gefühlswelt herzustellen. Sie lernen, ihre Gefühle bewusster wahrzunehmen, mit schwierigen Situationen umzugehen und ihre eigenen Grenzen zu spüren und zu respektieren.

So nutzt du den Workshop:

Die Übungen in diesem Workshop fördern die Körperwahrnehmung, emotionale Achtsamkeit und das Vertrauen in sich selbst. Die Teilnehmenden erleben durch Bewegung, Ausdruck und Austausch, wie Gefühle im Körper spürbar sind und wie man auf sich achtgeben kann. Achte auf eine ruhige Atmosphäre, besonders bei Übungen mit Nähe oder emotionalem Inhalt. Nimm dir Zeit für die Reflexion am Ende jeder Übung – sie hilft, das Erlebte bewusst zu verankern.

THEMA

Selbstwahrnehmung stärken: Gefühle, Körper und persönliche Grenzen

INHALT

Gefühle erkennen und benennen, Achtsamkeit üben, Körpersignale deuten, eigene Grenzen ausdrücken

LERNZIELE

- Eigene Gefühle besser erkennen und benennen können
- Körpersignale wahrnehmen und einordnen lernen
- Eigene Grenzen spüren und kommunizieren
- Selbstmitgefühl entwickeln
- Achtsamkeit und gegenseitigen Respekt im Gruppenkontext stärken

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: KÖRPERSPÜRSPIEL MIT MUSIK (15–20 MINUTEN)

Ziel: Den Körper bewusst wahrnehmen, Ankommen im Raum, Konzentration auf sich selbst

Material: Musik (Handy + Box), freier Platz im Raum

ABLAUF:

- Alle bewegen sich frei durch den Raum. Die Leitung spielt ruhige oder neutrale Musik und gibt einfache Bewegungsanweisungen:
 - „Gehe leise wie auf Sand.“
 - „Bewege dich wie Wasser.“
 - „Stell dir vor, deine Schultern sind schwer.“
 - „Bewege dich wie ein Tier, das langsam wird.“
- Danach: alle bleiben im Raum stehen. Jede Person schließt kurz die Augen. Die Leitung fragt:
 - „Was fühlst du gerade in deinem Körper?“
 - „Wie fühlst du dich – ruhig, schnell, nervös, entspannt?“

Anmerkung an die Leitung:

Diese Übung ist besonders wertvoll für Jugendliche, die wenig über ihre Körperwahrnehmung sprechen können. Nimm dir Zeit und bleib sprachlich einfach. Wer nicht sprechen möchte, darf z. B. mit Gesten antworten.

ÜBUNG 1: GEFÜHLSKARTEN & BEWEGUNG (35 MINUTEN)

Ziel: Gefühle erkennen, benennen und mit dem Körper ausdrücken

Material: 8 Gefühlskarten mit Symbolen oder Gesichtsausdrücken

Gefühlskarten (mit visuellen Hinweisen):

1. **Traurig** – Gesicht mit Träne
2. **Wütend** – gerunzelte Stirn, roter Kopf
3. **Fröhlich** – lachendes Gesicht
4. **Ängstlich** – große Augen, zitternder Mund
5. **Stolz** – Kopf aufrecht, Brust leicht vorgestreckt
6. **Ruhig** – geschlossene Augen, entspannter Mund
7. **Erschöpft** – geschlossene Augen, heruntergezogene Schultern
8. **Aufgeregt** – große Augen, offener Mund, erhobene Arme

ABLAUF:

1. Die Karten werden im Kreis gezeigt. Die Leitung fragt:
 - „Was siehst du?“
 - „Wie heißt dieses Gefühl?“
 - „Hattest du das schon mal? Wann?“
 - „Wo im Körper spürt man das?“ (z. B. Herz, Bauch, Beine, Schultern)
2. Jede Person sucht sich eine Karte aus. Dann überlegen alle:
 - „Wie bewegt sich jemand, der dieses Gefühl hat?“
 - Die Jugendlichen stellen einzeln ihre Bewegung dar (z. B. traurig: Kopf senken und langsam gehen).
 - Die anderen dürfen mitmachen.
3. Danach: kurze Reflexionsrunde
 - „War es leicht oder schwer, ein Gefühl mit dem Körper zu zeigen?“
 - „Gab es ein Gefühl, das dir schwerfiel?“
 - „Kann man Gefühle auch verbergen? Wie merkt man sie trotzdem?“

Anmerkung an die Leitung:

Die Übung erlaubt einen sehr direkten Zugang zur Gefühlsebene – ohne Sprache im Vordergrund. Ermutige auch stille Teilnehmende zur Bewegung. Du kannst mitspielen und dabei Orientierung geben

ÜBUNG 2: KÖRPERSPRACHE UND GRENZEN (35 MINUTEN)

Ziel: Körpersignale erkennen, eigene Grenzen spüren und ausdrücken

Material: Kein spezielles Material, aber ausreichend Platz im Raum

Einstieg:

„Manchmal spüren wir: Ich will nicht. Jemand kommt zu nah. Oder ich möchte Abstand.
Unser Körper zeigt oft zuerst, was wir brauchen – noch bevor wir etwas sagen.“

ABLAUF SCHRITT FÜR SCHRITT:

1. Begegnung mit Abstand:

- Zwei Personen stehen sich gegenüber. Eine geht langsam auf die andere zu.
- Die stehende Person hebt die Hand, wenn sie möchte, dass die andere stehen bleibt.
- Danach wird gewechselt.
- Leitung beobachtet, gibt ruhige Hinweise: „Lass dir Zeit. Spür gut hin.“

2. Kurze Reflexion im Kreis:

- „Wie war das, Stopp zu sagen?“
- „Was hast du gespürt?“
- „War es leicht, ehrlich zu sein?“

3. Begegnung mit Entscheidung:

- Zwei neue Personen treffen sich in der Mitte des Raums.
- Sie entscheiden: Möchte ich Hände geben? Abstand halten?
- Jede Entscheidung ist erlaubt und wird nicht kommentiert.

4. Leitung fasst am Ende zusammen:

„Heute habt ihr mit dem Körper Stopp gesagt – ohne Worte. Ihr habt gespürt: Ich darf entscheiden, wie nah jemand kommt. Das ist wichtig – für euch und für andere.“

Anmerkung an die Leitung:

Achte auf eine geschützte Atmosphäre. Paare bewusst bilden oder ziehen lassen – keine Zwangspaarung. Wer nicht mitmachen will, darf beobachten.

ÜBUNG 3: MEINE GEFÜHLE, MEINE GRENZE – ICH ERZÄHLE VON MIR (40 MINUTEN)

Ziel: Gefühle und Grenzen benennen lernen, sich selbst ernst nehmen, gegenseitiges Zuhören

Material: Blankopapier, Stifte, ruhige Musik möglich

Einstieg:

Kurze gemeinsame Atemübung: Alle sitzen ruhig. Drei tiefe Atemzüge gemeinsam. Die Leitung sagt:

„Jetzt schauen wir nach innen. Was spürst du in dir – heute? Was brauchst du?“

Aufgabe: Jede Person schreibt oder malt frei zu folgenden Satzanfängen:

Satzbausteine:

- Heute fühle ich mich ...
- Ein Gefühl, das ich oft habe, ist ...
- Ich mag es, wenn andere ...
- Ich mag es nicht, wenn ...
- Wenn ich traurig bin, hilft mir ...
- Ich sage selten „Nein“, aber ...
- Ich wünsche mir, dass andere ...
- Ich möchte besser auf mich achten, indem ich ...

Erweiterung: Wer möchte, kann sein Gefühl als Farbe malen („Mein Gefühl heute ist rot und schwer“) oder ein Symbol dazu erfinden.

Austausch:

- Freiwillige können ihren Text oder ein Bild vorstellen.
- Die Gruppe hört zu – ohne Kommentare oder Urteile.

Zusammenfassung durch die Leitung:

„Heute habt ihr euch mit euch selbst beschäftigt. Mit Gefühlen, die man nicht immer sagen kann. Ihr habt gemerkt: Ich kann etwas ausdrücken – auf meine eigene Art. Und das ist stark.“

ABSCHLUSSRUNDE: ICH SPÜRE, WAS ICH BRAUCHE (15 MINUTEN)

Ziel: Erkenntnisse festhalten, Selbstwahrnehmung stärken, Abschlussgefühl erzeugen

ABLAUF:

1. **Blitzrunde im Kreis:** Jede Person sagt einen Satz:

- „Heute habe ich gelernt, dass ...“
- „Ein Gefühl, das ich jetzt besser verstehe, ist ...“
- „Ich merke jetzt, dass ich ... brauche.“

2. **Gemeinsames Schreiben:**

In der Mitte liegt ein großes Plakat mit der Überschrift:

„Worauf ich in Zukunft besser achten will ...“

Jede Person schreibt ein Wort oder einen Satz dazu (anonym oder offen).

3. **Abschluss durch die Leitung:**

„Ihr habt heute gut auf euch gehört. Jeder Mensch hat das Recht zu sagen: Das tut mir gut – das nicht. Eure Körper helfen euch dabei. Und heute habt ihr das geübt.“

WORKSHOP 3: WAS ICH KANN, WAS MICH TRÄGT – MEINE STÄRKEN, MEIN SELBSTWERT

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

Dieser Workshop schließt das erste Quartal ab. Die Jugendlichen haben ihre Werte erkundet (Workshop 1) und ihre Gefühle und Grenzen gespürt (Workshop 2). Nun lenken sie den Blick auf sich selbst – auf das, was sie stark macht. Es geht um Selbstvertrauen, Frustrationstoleranz und darum, den eigenen Weg mit Mut weiterzugehen.

So nutzt du den Workshop:

Der Workshop ist bewusst aufbauend: Zuerst Bewegung und gegenseitige Wertschätzung, dann ehrliche Auseinandersetzung mit Schwächen, zuletzt kreative Selbstermächtigung. Ziel ist, dass jede Person mindestens eine persönliche Stärke erkennt – und mit einem Gefühl von „Ich kann etwas“ nach Hause geht.

THEMA

Selbstvertrauen stärken, eigene Stärken erkennen, mit Frust umgehen

INHALT

Spiegelung von Stärken, Frustrationserfahrung und Umgang damit, Entwicklung einer positiven Selbstsicht

LERNZIELE

- Eigene Stärken und Fähigkeiten benennen können
- Rückmeldung wertschätzend geben und annehmen
- Frustsituationen erkennen und Strategien entwickeln
- Vertrauen in sich selbst stärken
- Eigene Zukunftsvorstellungen positiv erleben

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: SPIEGELSPIEL – WER MACHT MIT? (15–20 MINUTEN)

Ziel: Kontaktaufnahme, Körpersprache wahrnehmen, Vertrauen stärken

Material: Kein Material nötig

ABLAUF:

1. Die Jugendlichen finden sich in Zweiergruppen zusammen, stehen sich gegenüber.
2. Eine Person beginnt mit langsamen Bewegungen, die andere spiegelt.
 - o Beispiele: Arme heben, Kopf neigen, Schultern rollen, auf Zehenspitzen gehen, sich langsam drehen.
3. Nach ca. 1 Minute wird gewechselt.
4. Dann neue Partner*innen suchen und erneut spielen.

Kurzreflexion im Kreis:

- „Was war leicht?“
- „Was war schwierig?“
- „Wie war es, jemandem zu folgen? Wie war es, geführt zu werden?“

Anmerkung an die Leitung:

Diese Übung macht Spaß und schafft Nähe ohne Sprache. Achte auf Tempo: lieber langsam als albern. Wenn nötig, führe selbst vor.

ÜBUNG 1: STÄRKENSPIEGEL – WAS ANDERE IN MIR SEHEN (40 MINUTEN)

Ziel: Eigene Stärken durch andere erkennen, Selbstwert stärken

Material: Blankopapier, Stifte, farbige Marker

ABLAUF:

1. Jede Person schreibt ihren Namen groß in die Mitte eines Blatts.
2. Die Gruppe bewegt sich im Raum. Jede*r schreibt oder malt bei anderen eine beobachtete oder vermutete Stärke auf das Blatt.
 - Beispiele: „freundlich“, „guter Zuhörer“, „hilft beim Aufräumen“, „kann gut zeichnen“, „macht anderen Mut“, „weiß viel“, „lustig“, „geduldig“, „vertraut sich was“.
 - Wer nicht schreiben kann, darf ein Symbol oder eine Farbe verwenden.
3. Wenn alle fertig sind, nimmt jede Person ihr Blatt zurück und schaut es sich in Ruhe an.
4. In Kleingruppen (3 Personen):
 - „Was hat dich überrascht?“
 - „Was hat dich gefreut?“
 - „Was möchtest du noch weiterentwickeln?“

Anmerkung an die Leitung:

Achte darauf, dass jede Person mindestens 4 Rückmeldungen bekommt. Du kannst leise nachhelfen oder ein eigenes Symbol ergänzen. Bestärke: Es geht nicht darum, perfekt zu sein – sondern gesehen zu werden.

ÜBUNG 2:

FRUST-WAND – WENN ETWAS NICHT KLAPPT (35 MINUTEN)

Ziel: Frustrationserlebnisse benennen, Umgang mit Misserfolg stärken

Material: Zwei verschiedenfarbige Karten pro Person, Klebeband, freie Wandfläche

ABLAUF:

1. Einstieg im Kreis: Die Leitung erzählt oder fragt:

„Manchmal klappt etwas nicht. Wir geben uns Mühe – und trotzdem läuft es schief. Das kann sehr weh tun. Was macht ihr, wenn sowas passiert?“

Gib bei Bedarf eigene Beispiele:

- „Ich habe einmal in Mathe alles falsch gemacht – das hat mich geärgert.“
- „Ich wurde beim Fußball nicht ausgewählt – ich war enttäuscht.“

2. Jede Person bekommt zwei Karten:

- Karte 1: „Das war für mich schwer“ (rote oder dunkle Karte)
- Karte 2: „Das hat mir geholfen“ (grüne oder helle Karte)

3. Jede*r schreibt oder malt zu beiden Fragen.

- Mögliche Einträge:
 - „Ich habe einen Streit gehabt“
 - „Ich habe etwas verloren“
 - „Ich habe nichts verstanden“
 - → „Ich habe mit Mama geredet“, „Ich habe Pause gemacht“, „Ich habe geweint und dann ging es besser“

4. Die Karten werden an eine Wand gehängt – links Frust, rechts Hilfe.

5. Gemeinsames Betrachten:

- „Was hilft vielen?“
- „Was könntest du probieren beim nächsten Mal?“

Anmerkung an die Leitung:

Nimm Rücksicht auf die emotionale Lage. Manche schreiben nur ein Wort – das reicht. Verstärke: Jeder Mensch erlebt Frust – wichtig ist, was wir daraus machen. Du kannst die Frust-Wand auch bei späteren Workshops wieder nutzen.

ÜBUNG 3:

MEIN KRAFTBILD – WAS IN MIR STECKT

(50 MINUTEN)

Ziel: Eigene Fähigkeiten, Ressourcen und Ziele kreativ ausdrücken

Material: A3-Blatt, Farben, ruhige Musik

Ablauf Schritt für Schritt:

1. Die Leitung erklärt:

„Jetzt darfst du ein Bild von dir selbst gestalten. Nicht dein Gesicht – sondern das, was in dir steckt. Deine Kraft. Deine Wünsche. Deine Ideen.“
2. Mögliche Impulsfragen an der Tafel:
 - Was macht mich stark?
 - Wer ist für mich da?
 - Wann bin ich mutig?
 - Was möchte ich einmal schaffen?
 - Was habe ich schon geschafft?
 - Was mag ich an mir?
3. Jede*r gestaltet frei ein Kraftbild mit Symbolen, Farben, Worten oder Szenen.
 - Beispiele:
 - Ein Anker: „Meine Familie gibt mir Halt“
 - Eine Brücke: „Ich schaffe den Übergang zur neuen Schule“
 - Eine Sonne: „Ich will anderen Licht geben“
 - Ein Puzzle: „Ich habe viele Seiten – und sie passen zusammen“
4. Galeriegang: Die Bilder werden im Raum verteilt. Alle gehen herum und schauen – ohne zu sprechen. Wer will, kann danach im Kreis erzählen:
 - „Das bin ich – und das gibt mir Kraft“

Anmerkung an die Leitung:

Erlaube Stille und Offenheit. Niemand muss präsentieren. Wenn jemand keine Idee hat, frage: „Was magst du an dir?“ oder „Wer ist für dich wichtig?“ Das öffnet oft Türen.

ABSCHLUSSRUNDE: ICH NEHME MEINE KRAFT MIT (15 MINUTEN)

Ziel: Erkenntnisse festhalten, positive Selbstsicht stärken

ABLAUF:

1. Jede Person nennt einen Satz:
 - „Ich habe heute gesehen, dass ich ... kann“
 - „Ich bin stolz auf ...“
 - „Ich war heute mutig, weil ...“
2. Danach beschriftet jede Person eine kleine Karte mit einem persönlichen **Kraftwort** – also einem Wort, das ihr heute besonders wichtig war oder sie stark gemacht hat.

Beispiele für Kraftwörter:

Mut, Geduld, Freundschaft, Vertrauen, Durchhalten, Glaube, Humor, Fantasie, Hilfsbereitschaft

Die Karten werden in die Mitte gelegt – es entsteht ein „Kreis der Kraft“.

3. Die Leitung schließt ab mit:

„Ihr habt heute gezeigt, was in euch steckt. Jede Person hier kann etwas Besonderes. Manchmal sieht man es nicht sofort – aber heute habt ihr es sichtbar gemacht. Vergesst das nicht: In euch steckt Kraft – und ihr dürft sie nutzen.“



QUARTAL

2

**„MEINE STIMME ZÄHLT!“ -
AUSDRUCK, RESPEKT UND
GEMEINSCHAFT**

WORKSHOP 1: BEATS UND BEGEGNUNGEN – EINSTIEG IN RAP, RESPEKT UND GRUPPENGEFÜHL

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

Dieser Workshop ist der Auftakt des zweiten Quartals. Er verbindet Musik, Bewegung und Wertebildung und schafft eine kreative und respektvolle Atmosphäre. Die Jugendlichen erleben durch Rhythmus und erste Rap-Elemente, wie sie ihre Stimme einsetzen und sich gegenseitig mit Respekt und Offenheit begegnen können.

So nutzt du den Workshop:

Die Einheiten des Workshops bauen aufeinander auf – von spielerischem Einstieg bis zu gemeinsamer Ausdruckskraft im Mini-Rap. Ziel ist, über Kreativität Zugang zu Werten wie Respekt, Toleranz und Solidarität zu finden – und eine erste Gruppendynamik zu stärken.

THEMA

Respektvoll rappen – Einstieg in Rhythmus, Ausdruck und Gemeinschaft

INHALT

Kennenlernen der anderen Teilnehmenden über Musik, erste Raperfahrung, Werte kreativ ausdrücken

LERNZIELE

- Gruppengefühl stärken und soziale Kompetenzen aufbauen
- Erste Erfahrung mit Rhythmus, Sprache und Flow machen
- Respekt, Toleranz und Solidarität thematisieren
- Kreative Ausdrucksformen als Teil der Selbstwirksamkeit erleben
- Offenheit für andere Perspektiven und Hintergründe fördern

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: ZIPP-ZAPP-ZOPP (15 MINUTEN)

Ziel: Gruppendynamik aktivieren, Namen lernen, Spaß haben

Material: Kein spezielles Material notwendig

ABLAUF:

- Die Teilnehmenden stehen im Kreis.
- Eine Person in der Mitte ruft z. B. „Zipp“ (linker Name), „Zapp“ (rechter Name), „Zopp“ (eigener Name) – wer sich vertut, kommt in die Mitte.
- Bei „Zipp-Zapp“ wechseln alle die Plätze.

Anmerkung an die Leitung:

Locker, mit Lachen und Bewegung. Es geht nicht um „Richtig oder Falsch“, sondern ums Miteinander. Falls Teilnehmende unsicher sind, können sie Unterstützung erhalten. Stelle sicher, dass sich niemand bloßgestellt fühlt.

EINSTIEG: WAS BEDEUTET RESPEKT FÜR MICH? (20 MINUTEN)

Ziel: Den Wert „Respekt“ im Gruppenkontext greifbar machen

Material: Flipchart oder Tafel, Marker

ABLAUF:

1. Es wird ein Stuhlkreis gebildet
2. Die Leitung stellt folgende Fragen:
 - Was heißt Respekt für euch?
 - Wann habt ihr euch mal respektlos behandelt gefühlt?
 - Wann hat euch jemand positiv überrascht?
3. Die Antworten werden gesammelt und an der Tafel/auf einem Plakat notiert. Begriffe wie **Toleranz, Solidarität, Zuhören, Unterschiede aushalten** werden eingebracht.

Anmerkung an die Leitung:

Nutze einfache Sprache, frage auch nach Alltagssituationen. Es geht nicht um abstrakte Begriffe, sondern um greifbare Beispiele. Wer nichts sagen möchte, darf auch nicken oder mit Gesten reagieren. Gib Impulse und achte auf wertschätzende Kommunikation.

ÜBUNG: FOUR RAP BARS IN UNITY (45 MINUTEN)

Ziel: Eigene Gedanken kreativ ausdrücken, erste Raperfahrung

Material: Vorbereitete Textvorlage auf DIN-A4 (vier Zeilen mit Lücken), Lautsprecher mit optionalem Beat, Schreibmaterialien (Stifte, Papier)

ABLAUF:

Die Gruppe gibt mit Fingerschnippen den Rhythmus vor. Jede Person füllt einfache Textzeilen aus, z. B.:

Salam, mein Name ist _____.
Respekt bedeutet für mich _____.
Ich finde es wichtig, dass _____.
Weil ich _____ fühle, wenn ich das erlebe.

Anschließend trägt jede Person (freiwillig) ihre Zeilen im Rhythmus der Gruppe vor.

Anmerkung an die Leitung:

Stelle eine sichere Atmosphäre her. Die Jugendlichen dürfen auch nur einen Teil lesen oder sich helfen lassen. Gib Hilfestellungen (z. B. „Respekt heißt, ich höre zu, auch wenn ich nicht alles verstehe.“). Achte auf eine Balance zwischen Kreativität und Sicherheit – Flow statt Perfektion. Musik kann unterstützend wirken, ist aber kein Muss.

GEMEINSAMES ESSEN (30 MINUTEN)

Ziel: informeller Austausch, Solidarität leben

Material: Snacks oder Pizza, ggf. Getränke, Servietten, Tische/Stühle

ABLAUF:

Pizza oder Snackrunde mit entspannter Atmosphäre. Die Gruppe bereitet gemeinsam vor (z. B. Tische decken, Getränke verteilen). Gespräche über Musik, Alltag, Herkunft, was Spaß gemacht hat.

Anmerkung an die Leitung:

Nutze das Essen als Möglichkeit, Solidarität zu thematisieren: „Was heißt es, füreinander da zu sein?“ Lass den Raum für persönliche Gespräche, aber achte auch auf die Teilhabe aller. Gegenseitiges Helfen stärkt die Gruppendynamik.

ABSCHLUSSRUNDE: MEINE ZEILE – MEIN WERT (10 MINUTEN)

Ziel: Reflexion und Bestärkung

Material: Plakat oder Bodenfläche für ein „Wertekreis“-Bild, Stifte, ggf. vorbereitete Karten für die Werte

ABLAUF:

Im Kreis nennt jede Person eine Zeile oder ein Wort aus dem Rap, das ihr wichtig war – oder einen Wert, der ihr heute aufgefallen ist. Die Gruppe legt gemeinsam ihre Karten in die Mitte.

Anmerkung an die Leitung:

Gib ausreichend Zeit für die Auswahl des Wortes. Wertschätzung kann leise oder deutlich gezeigt werden – mit Daumen hoch, Handzeichen oder kurzen Sätzen wie „Cool, dass du das gesagt hast“. Abschlussimpuls: „Werte verbinden uns – heute habt ihr gezeigt, wie stark eure Stimme ist.“

WORKSHOP 2: RHYTHMUS DES RESPEKTS – VERTRAUEN, FREESTYLE UND SOZIALE WERTE

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

Dieser Workshop vertieft die ersten Erfahrungen aus Workshop 1. Im Fokus stehen Freestyle, Mikrofonarbeit und Vertrauensübungen. Die Jugendlichen stärken ihr Selbstvertrauen, lernen sich besser kennen und erleben durch Musik und Bewegung, wie sich Respekt, Solidarität und Toleranz in der Gruppe konkret zeigen lassen.

So nutzt du den Workshop:

Die Übungen sind so angelegt, dass sie fließend ineinander übergehen – von lockerer Aktivität hin zu tiefer Reflexion. Besonders wichtig: achte auf eine vertrauensvolle Atmosphäre, in der alle sich trauen, ihre Stimme zu zeigen – im wörtlichen wie im übertragenen Sinn.

THEMA

Mut zur Stimme – Vertrauen und Werte durch Musik und Miteinander

INHALT

Freestyle, Vertrauensspiele, Mikrofonübung, Werteerfahrung durch Musik

LERNZIELE

- Vertrauen in die Gruppe aufbauen
- Selbstvertrauen durch Mikrofonarbeit stärken
- Freestyle und Rhythmus spielerisch erleben
- Respekt und Solidarität praktisch erfahrbar machen
- Unterschiedliche kulturelle Perspektiven wertschätzen

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: ANKOMMEN & FREESTYLE (20 MINUTEN)

Ziel: Ungezwungene Atmosphäre, Einstieg ins Thema über Bewegung und Musik

Material: Tischtennisplatte oder Kicker, Lautsprecher + vorbereitete Beats

ABLAUF:

Die Jugendlichen kommen an, können sich beim Kicker oder Tischtennis austauschen. Im Nebenraum läuft ein Instrumental-Beat, über den frei gerappelt werden darf – ohne Druck, ganz locker.

Anmerkung an die Leitung:

Stellt sicher, dass Beats in passender Lautstärke laufen und jede*r sich willkommen fühlt. Wer will, kann einfach zuhören. Das Freestyle-Angebot ist niedrigschwellig gedacht, Spaß steht im Vordergrund.

ÜBUNG 1: VERTRAUENSSPIEL „OHNMACHT AUF KOMMANDO“ (15 MINUTEN)

Ziel: Vertrauen, Solidarität und Hilfsbereitschaft stärken

Material: Kein zusätzliches Material notwendig

ABLAUF:

1. Jede Person erhält eine Nummer. Auf Kommando lässt z. B. „Nummer 3“ sich sachte in die Gruppe fallen – die anderen fangen auf.
2. Danach kurze Reflexion im Kreis:
 - Wie hat es sich angefühlt, aufgefangen zu werden?
 - Wie war es, jemandem zu helfen?

Anmerkung an die Leitung:

Sorge für eine sichere Umgebung, in der niemand gezwungen wird. Alternativ können sich auch zwei Personen gegenseitig stützen. Die Übung soll Vertrauen aufbauen – kein Wettkampf.

ÜBUNG 2: GEMEINSAMES VIDEO + GESPRÄCH (10 MINUTEN)

Ziel: Visueller Einstieg in Werte & Gemeinschaft durch ein Rap-Beispiel

Material: Laptop + Beamer oder Bildschirm, Rap-Video (auf YouTube) mit wertbetontem Inhalt

ABLAUF:

1. Video zeigen (max. 5 Min.)
2. Danach Austausch:
 - Was habt ihr gesehen?
 - Was war gut, was ist euch positiv aufgefallen und warum?
 - Welche Werte wurden sichtbar?

Anmerkung an die Leitung:

Wähle ein Video aus, das altersgerecht und inspirierend ist. Achte darauf, dass die Fragen offen gestellt sind und unterschiedliche Sichtweisen willkommen sind.

ÜBUNG 3: MIKROFONRUNDE – MEINE STIMME ZÄHLT (30 MINUTEN)

Ziel: Selbstvertrauen aufbauen und kulturelle Vielfalt wertschätzen

Material: Mikrofon (mit oder ohne Verstärker), Lautsprecher, Flipchart mit optionalen Satzanfängen

ABLAUF:

1. Runde: Jede*r stellt sich mit Name + Lieblingsong aus ihrer/seiner Herkunft vor (Muttersprache erlaubt!).
2. Runde: Alle denken sich spontan einen Künstlernamen aus und sagen z. B.: „Ich bin MC Hoffnung – mein Lieblingsbeat ist ...“

Anmerkung an die Leitung:

Nicht jede*r muss ins Mikro – auch Flüstern, kurze Antworten oder Unterstützung durch Leitung sind okay. Gib einfache Satzhilfen an die Tafel. Wertschätzung ist entscheidend: Applaus, Zeichen oder einfach ein Lächeln helfen, Angst zu überwinden.

PAUSE & AUSTAUSCH (15 MINUTEN)

Ziel: Vertrauensaufbau in entspannter Atmosphäre

Material: Snacks, Pizza, Getränke, Servietten, Becher

ABLAUF:

Freie Gesprächszeit beim Essen. Wer mag, kann spontan über Musik, Schule oder eigene Erfahrungen sprechen.

Anmerkung an die Leitung:

Binde zurückhaltende TN ein, ohne Druck. Nutze die Zeit auch für Gespräche „auf Augenhöhe“. Lege ggf. Karten mit kleinen Gesprächsimpulsen bereit (z. B. „Was gibt dir Kraft?“).

ÜBUNG 4: RHYTHMUSÜBUNG MIT BEAT (30 MINUTEN)

Ziel: Flow- und Rhythmusgefühl entwickeln, Gruppenerfahrung stärken

Material: Beat-Instrumental (langsam und eingängig), Laptop + Lautsprecher, Schreibmaterialien

ABLAUF:

Alle klatschen, schnippen oder trommeln im Takt. Dann spricht jede*r einen Satz im Takt – erst gesprochen, dann rhythmisch. Wer möchte, kann am Ende zwei Zeilen Freestyle einbauen.

Anmerkung an die Leitung:

Beginne mit Gruppenübungen, bevor individuelle Beiträge kommen. Gib Sicherheit durch Mitsprechen oder Vorlesen. Es geht um ein Gefühl für Rhythmus – nicht um technische Perfektion. Halte die Stimmung locker und bestärkend.

ABSCHLUSSRUNDE: MEIN MOMENT – MEIN WERT (10 MINUTEN)

Ziel: Reflexion und sichtbares Gemeinschaftsgefühl

Material: Kärtchen oder Post-its, Stifte, ggf. Plakat „Unsere Werte“

ABLAUF:

Jede Person nennt einen Moment aus dem Workshop, der ihr gut getan hat – oder einen Wert, der spürbar war. Der Begriff wird auf ein Kärtchen geschrieben und in die Mitte gelegt.

Anmerkung an die Leitung:

Lass Stille zu. Wer nicht sprechen möchte, kann einfach seinen Zettel zeigen. Abschlussimpuls: „Heute habt ihr erlebt, was Musik und Miteinander bewirken können.“

WORKSHOP 3:

DEINE STIMME, DEIN TEXT – KREATIVES SCHREIBEN & PERSÖNLICHE THEMEN

Kurzbeschreibung + How to use

In diesem Workshop geht es um kreatives Schreiben – persönlich, mutig, mit Gefühl. Die Jugendlichen reflektieren eigene Erlebnisse und Gedanken und bringen sie in erste Textentwürfe. Es geht nicht um Reimtechnik oder Perfektion, sondern darum, sich selbst eine Stimme zu geben. Gemeinsames Denken, Schreiben und Reflektieren stärkt dabei auch Werte wie Solidarität, Zusammenarbeit und Respekt.

So nutzt du den Workshop:

Die Übungen bauen schrittweise aufeinander auf: von ersten Ideen und Gefühlen hin zur Entwicklung eines ersten Songtexts. Gib Sicherheit, arbeite mit Impulsen und ermutige zum kreativen Ausdruck – auch in der Muttersprache.

THEMA

Ich schreib mein Leben – Eigene Texte aus Gedanken, Geschichten und Gefühlen

INHALT

Kreatives Schreiben, Themensuche, Reime, Textüberarbeitung, Präsentation

LERNZIELE

- Eigene Erlebnisse reflektieren und kreativ umsetzen
- Erste Songtexte schreiben und Reime einsetzen
- Mut und Selbstvertrauen durch kreativen Ausdruck stärken
- Solidarität und Zusammenarbeit durch Gruppenarbeit fördern
- Wertschätzung und Respekt für persönliche Geschichten entwickeln

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: ANKOMMEN & LOCKERES KENNENLERNEN (20 MINUTEN)

Ziel: Entspannte Atmosphäre und ungezwungener Einstieg

Material: Kicker, Tischtennis; Snacks (z. B. Börek, Pizza); Lautsprecher + Hintergrundbeats

ABLAUF:

Die Jugendlichen kommen an, essen Snacks, hören Musik, spielen Kicker oder Tischtennis. Die Leitung nutzt die Zeit für informelle Gespräche.

Anmerkung an die Leitung:

Schaffe eine offene Atmosphäre, in der sich alle willkommen fühlen. Wer möchte, kann schon Fragen stellen wie: „Was hast du heute im Kopf?“ oder „Was hörst du gerade für Musik?“

EINSTIEG: WIE GEHT'S MIR? – STIMMUNGSRUNDE (10 MINUTEN)

Ziel: Persönliche Verbindung zur Gruppe und Wahrnehmung stärken

Material: Softball oder leichter Ball

ABLAUF:

Im Stuhlkreis wird ein Ball herumgeworfen. Wer ihn fängt, kann sagen: „Heute geht's mir ..., weil ...“ oder einfach nur ein Wort nennen.

Anmerkung an die Leitung:

Wenn die Teilnehmenden nicht sprechen möchten, können sie auch einen Ausdruck zeigen (z. B. Gesichtsausdruck oder Geste) oder einfach den Ball weiterwerfen.

ÜBUNG 1: AUFWÄRMSPIEL – GORDISCHER KNOTEN (15 MINUTEN)

Ziel: Zusammenarbeit und Solidarität fördern

Material: Kein Material notwendig

ABLAUF:

Die Gruppe steht im Kreis, schließt die Augen und greift mit beiden Händen nach anderen Händen im Kreis. Dann: Augen öffnen und gemeinsam versuchen, sich zu „entknoten“.

Anmerkung an die Leitung:

Betone, dass Teamarbeit gefragt ist. Reflexionsfragen im Anschluss:

- Was war schwierig?
- Was hat euch geholfen?
- Wie habt ihr zusammengearbeitet?

ÜBUNG 2: GRUPPENDISKUSSION – WAS BEWEGT MICH? (20 MINUTEN)

Ziel: Ideenfindung für Songtexte durch offene Reflektion

Material: Flipchart oder Tafel, Marker für Mindmap

ABLAUF:

Offene Runde: „Welche Themen beschäftigen euch gerade?“

Die Antworten werden gesammelt – z. B. Familie, Freundschaft, Wut, Träume, Diskriminierung, Zukunft. Daraus entsteht eine Mindmap.

Anmerkung an die Leitung:

Auch mehrsprachige Begriffe dürfen aufgeschrieben werden. Unterstütze durch Nachfragen: „Wann hast du das zuletzt gefühlt?“ oder „Was bedeutet dir das?“

ÜBUNG 3: KREATIVES SCHREIBEN I – FREIES SCHREIBEN (10 MINUTEN)

Ziel: Gedanken und Gefühle ungefiltert aufschreiben

Material: Blankopapier DIN A4, Stifte

ABLAUF:

Jede Person sucht sich einen ruhigen Platz. Dann: 10 Minuten freies Schreiben über ein Thema aus der Mindmap – ohne Regeln, auch in der Muttersprache möglich.

Anmerkung an die Leitung:

Stell klar: Es gibt kein Richtig oder Falsch. Das Schreiben gehört nur ihnen. Wer nicht schreiben will, darf auch malen oder Stichworte notieren.

ÜBUNG 4: REIM-EINFÜHRUNG & TEXTÜBERARBEITUNG (20 MINUTEN)

Ziel: Erste Reime ausprobieren und Text kreativ weiterentwickeln

Material: Laptop mit Reim-Wörterbuch (z. B. Reimlexikon online); Stifte, Texte der TN

ABLAUF:

Die TN suchen im eigenen Text Schlagwörter und passende Reimwörter. Wer will, kann den Text ergänzen oder umformulieren. Die Gruppe kann auch gemeinsam Reime brainstormen.

Anmerkung an die Leitung:

Zeig einfache Reimpaare vor: „Traum – Raum“, „Tag – Schlag“. Nutze Humor und spielerische Reimübungen, wenn nötig. Wer sich schwer tut, kann einfach nur wichtige Wörter markieren.

ÜBUNG 5: KREATIVES SCHREIBEN II – REIMTEXT ERSTELLEN (20 MINUTEN)

Ziel: Einen eigenen kurzen Reimtext (4–6 Zeilen) schreiben

Material: Beats (Instrumentals), Kopfhörer oder kleine Räume (optional), Stifte, Papier

ABLAUF:

Die TN nehmen ihren Text und bauen Reime ein. Wer möchte, kann parallel Beats anhören und den Text rhythmisch anpassen. Arbeit allein oder in Zweiergruppen ist möglich.

Anmerkung an die Leitung:

Biete Beats in unterschiedlichem Tempo an. Unterstütze bei Formulierungen, aber lass eigene Sprache stehen. Es geht um Ausdruck, nicht Korrektheit.

ÜBUNG 6: PRÄSENTATION & FEEDBACKRUNDE (10 MINUTEN)

Ziel: Mut zeigen, Anerkennung erfahren

Material: Mikrofon, Lautsprecher (optional), Sitzkreis

ABLAUF:

Jede*r darf den eigenen Text vorstellen – frei, gelesen oder gerappt. Wer nicht sprechen möchte, kann den Text zeigen. Danach gibt es kurze Rückmeldungen aus der Gruppe: „Was hat dich berührt?“ oder „Welche Zeile war stark?“

Anmerkung an die Leitung:

Achte auf wertschätzende Rückmeldungen. Jeder Beitrag zählt. Ermutige die Gruppe zu Zeichen der Anerkennung (Applaus, Daumen hoch).

ABSCHLUSSRUNDE: EINE ZEILE, EIN GEFÜHL (10 MINUTEN)

Ziel: Persönlicher Abschluss und Würdigung der gemeinsamen Kreativität

Material: Kärtchen oder Post-its, Stifte, ggf. Flipchart oder Bodenfläche für die Auslage der Zettel

ABLAUF:

Alle Teilnehmenden bekommen ein Kärtchen. Sie schreiben darauf:

- eine Zeile aus ihrem Text
- ein Wort, das ihr Gefühl heute beschreibt
- oder einen Gedanken, den sie mitnehmen

Dann legt jede*r das Kärtchen in die Mitte. Wer möchte, darf es vorlesen oder einfach still hinlegen. Es entsteht ein gemeinsames „Wortbild“ der Gruppe.

Anmerkung an die Leitung:

Ermutige zur freien Wahl – niemand muss etwas vorlesen. Sag z. B.: „Vielleicht ist euch eine Zeile besonders wichtig geworden – oder ein Gefühl, das ihr heute hattet.“

Abschlussimpuls: „Heute habt ihr geschrieben, was euch bewegt – das ist mutig und wertvoll. Danke, dass ihr eure Stimme gezeigt habt.“



QUARTAL

3

**„DU - ICH - WIR ALLE“ - VIELFALT
VERSTEHEN, UNTERSCHIEDE
RESPEKTIEREN &
GEMEINSAMKEITEN LEBEN**

WORKSHOP 1 – „WER BIST DU – UND WAS MACHT DICH AUS?“

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

Dieser Workshop eröffnet das dritte Quartal. Er schafft eine erste Auseinandersetzung mit kultureller und religiöser Vielfalt. Dabei geht es nicht um abstrakte Begriffe, sondern um echte Begegnung, Perspektivenwechsel und Achtsamkeit im Umgang miteinander.

So nutzt du den Workshop:

Alle Übungen bauen aufeinander auf: erst Nähe durch Bewegung, dann Austausch über Unterschiede und Gemeinsamkeiten, schließlich erste Begegnung mit interkultureller Vielfalt über persönliche Symbole. Die Jugendlichen sollen erleben: Ich bin einzigartig – und die anderen auch. Und das ist gut so.

THEMA

Einführung in kulturelle und religiöse Vielfalt
→ Perspektivwechsel, Offenheit, gegenseitiger Respekt

INHALT

Kennenlernen über Körpersprache und Kulturzeichen, Austausch über Unterschiede, Sensibilisierung für Vielfalt

LERNZIELE

- Fähigkeit zum Perspektivwechsel entwickeln
- Erste Einblicke in andere Kulturen und Weltbilder
- Offenheit und Toleranz üben
- Gemeinsamkeiten trotz Unterschiede erkennen
- Respektvolles Zuhören und Auftreten stärken

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: EIN SCHRITT NACH VORN – BEWEGUNG MIT BEDEUTUNG (20 MINUTEN)

Ziel: Aufmerksamkeit schaffen, Unterschiede sichtbar machen, Einstieg ins Thema

ABLAUF:

Die Jugendlichen stehen in einer Reihe oder im Halbkreis. Die Leitung liest Sätze vor – wer sich angesprochen fühlt, macht einen Schritt nach vorn.

Beispiele:

- Wer eine Sprache außer Deutsch spricht
- Wer schon einmal gefastet hat
- Wer in einem anderen Land geboren wurde
- Wer eine Religion hat
- Wer gerne tanzt
- Wer oft in die Moschee, Kirche oder einen anderen religiösen Ort geht
- Wer jemand aus einer anderen Kultur kennt
- Wer gerne über sich und andere nachdenkt

Nach jeder Aussage: kurz innehalten, lächeln, zurück in die Reihe.

Reflexion im Sitzkreis (5 Minuten):

- „Was hast du gemerkt?“
- „Gab es Überraschungen?“
- „Was verbindet uns, was unterscheidet uns?“

Anmerkung an die Leitung:

Sprich langsam, zeige jede Bewegung mit. Achte auf sensible Fragen (keine peinlichen, keine wertenden Aussagen). Das Ziel ist Öffnung, nicht Bloßstellung.

ÜBUNG 1:

BILDKARTEN-GALERIE – WAS ZEIGT DEINE WELT?

(30 MINUTEN)

Ziel: Eigene kulturelle/religiöse Bezugspunkte erkennen und darstellen, anderen zuhören und staunen

Material: 15–20 Bildkarten (Fotos oder Zeichnungen) mit Symbolen und Szenen aus verschiedenen Kulturen, Religionen, Alltagswelten
(Beispiele siehe unten)

ABLAUF:

1. Die Bildkarten liegen im Raum verteilt (z. B. auf dem Boden, auf Tischen).
2. Die Jugendlichen gehen herum und schauen sich die Bilder an.
3. Jede Person wählt **eine Karte**, die „etwas mit ihr zu tun hat“ oder sie anspricht.
(Keine Erklärung notwendig – auch spontane Wahl ist erlaubt.)
4. Im Sitzkreis:
 - o Jede Person zeigt ihre Karte und sagt:
 - „Ich habe dieses Bild genommen, weil ...“
 - oder: „Das erinnert mich an ...“
5. Die Gruppe hört aktiv zu – keine Diskussion, nur Zuhören.

Beispiele für Bildkarten:

- eine Moschee, eine Kirche, ein Tempel
- eine Familie beim Essen
- ein Mädchen mit Hidschab
- ein Junge mit Kippa
- ein Gebetsteppich, eine Kerze, ein Tuch
- ein Essen aus einem arabischen, afrikanischen, asiatischen Land
- ein gemeinsames Fest
- eine verschneite Kirche
- ein Gespräch auf dem Schulhof
- Hände, die sich berühren
- Schuhe vor der Haustür
- eine bunte Schulklasse

Anmerkung an die Leitung:

Vermeide Bewertung oder Erklärung. Lass einfach die Bilder wirken. Wenn jemand nicht sprechen möchte, ist das okay – er*sie kann das Bild einfach zeigen.

ÜBUNG 2: MEIN SYMBOL – MEINE GESCHICHTE (35 MINUTEN)

Ziel: Eigene kulturelle/religiöse Herkunft in Symbolen ausdrücken, Selbstwert stärken, Perspektivwechsel fördern

Material: Blankopapier, Farben, Stifte

ABLAUF:

1. Die Leitung erklärt:

„In vielen Kulturen und Religionen gibt es Symbole. Manche sind ganz klein – aber sie bedeuten viel. Heute gestaltet ihr euer eigenes Symbol – für das, was euch wichtig ist.“

2. Impulsfragen zur Unterstützung:

- Was ist dir wichtig in deiner Familie oder Kultur?
- Gibt es ein Fest, ein Kleidungsstück, ein Gegenstand, ein Ort?
- Hast du eine Erinnerung, die dich stark gemacht hat?
- Gibt es ein Wort, das in eurer Sprache oft gesagt wird?
- Was verbindet dich mit deinem Glauben?

3. Jede*r gestaltet ein persönliches Symbol – malen, schreiben, mit Formen oder Farben.

4. In Kleingruppen (3–4 Personen):

- Die Jugendlichen zeigen sich ihre Symbole. Wer mag, erzählt dazu.

5. Wer möchte, hängt das Symbol an die Wand – als Galerie der Vielfalt.

Anmerkung an die Leitung:

Ermutige zur Offenheit – aber zwingt niemanden. Betone: Es gibt kein „richtig“ oder „falsch“. Auch ganz einfache Symbole (z. B. Herz, Haus, Tuch, Sonne) sind wertvoll, wenn sie bedeutsam sind.

ÜBUNG 3: GEMEINSAMKEITEN FINDEN – TROTZ UNTERSCHIEDEN (40 MINUTEN)

Ziel: Toleranz und Neugier stärken, Konsens und Gemeinschaft erleben

Material: Große Papierbögen oder Tafel + Stifte

ABLAUF:

1. Drei Gruppen mit je 3–4 Personen bilden. Jede Gruppe bekommt eine Aufgabe:
Gruppe 1: „Was haben alle Menschen gemeinsam – egal woher?“
Gruppe 2: „Was braucht jede Person, um sich wohlfühlen?“
Gruppe 3: „Was ist wichtig, wenn man zusammenlebt?“
2. Die Gruppen sammeln Antworten in einfacher Sprache – mit Worten, Symbolen oder kleinen Zeichnungen.
3. Danach stellt jede Gruppe ihre Ergebnisse im Plenum vor.
4. Gemeinsames Brainstorming im Sitzkreis:
„Was war bei allen Gruppen ähnlich?“
„Was war euch neu?“
„Warum ist das wichtig, um friedlich zusammenzuleben?“

Anmerkung an die Leitung:

Diese Übung fördert demokratisches Denken und den Fokus auf das Gemeinsame. Achte auf einfache Sprache, fasse bei Bedarf zusammen. Es geht nicht um Theorie – sondern um echtes Miteinander.

ABSCHLUSSRUNDE: WAS ICH HEUTE GESEHEN HABE (15 MINUTEN)

Ziel: Reflexion, Wirkung verstärken, Zusammenhalt fördern

ABLAUF:

1. Jede Person sagt einen Satz:
 - „Heute habe ich gesehen, dass ...“
 - „Ich war überrascht von ...“
 - „Ich habe verstanden, dass ...“
2. Danach legt jede*r eine Karte mit einem Wort in die Mitte:
 - Beispiele: **Respekt, Neugier, Hören, Unterschied, Kultur, Zuhören, Gemeinsamkeit, Stärke**
3. Die Leitung schließt mit:

„Heute haben wir erlebt: Wir sind alle verschieden – aber wir können einander zuhören. Und wenn wir das tun, lernen wir. Über andere – und über uns selbst.“

WORKSHOP 2 – „STELL DIR VOR, DU WÄRST ICH ...“ – PERSPEKTIVENWECHSEL & EMPATHIE

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

In diesem Workshop geht es um einen zentralen Baustein interkultureller und demokratischer Kompetenz: **Perspektivenwechsel**. Die Jugendlichen erleben, wie es ist, sich in jemand anderen hineinzusetzen. So entsteht ein tieferes Verständnis für Andersartigkeit – und ein Gefühl dafür, wie wichtig gegenseitiger Respekt ist.

So nutzt du den Workshop:

Alle Übungen sind emotional und aktivierend. Der Ablauf führt von körperlicher Selbsterfahrung über Rollenspiel bis hin zu einer symbolischen Reflexion. Wichtig: Für die Jugendlichen muss jederzeit klar sein – es geht nicht darum, Recht zu haben. Sondern darum, zu verstehen, wie andere denken und fühlen.

THEMA

Perspektivenwechsel, Empathie, religiöse/kulturelle Vielfalt verstehen

INHALT

Erfahrungen von Anderssein und Dazugehören, Rollenspiel, respektvolle Kommunikation

LERNZIELE

- sich in andere hineinversetzen können
- verstehen, dass Menschen unterschiedlich fühlen und denken
- Einblicke in andere religiöse/kulturelle Sichtweisen gewinnen
- Respekt und Mitgefühl im Umgang mit Unterschieden entwickeln
- demokratische Haltung: zuhören, verstehen, abwägen

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren

Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: ROLLENRATEN – WER BIN ICH? (20 MINUTEN)

Ziel: Einstieg in Perspektivwechsel und Beobachtung

Material: Karten mit einfachen Rollen (z. B. „Mutter“, „Fußballspieler“, „Lehrer“, „Kind mit Kopftuch“, „ältere Frau“, „Polizistin“, „Mädchen aus Syrien“, „Junge aus Ghana“ etc.)

ABLAUF:

1. Eine Person zieht heimlich eine Rollenkarte (nicht zeigen).
2. Die anderen stellen Ja/Nein-Fragen:
 - „Bist du alt?“
 - „Trägst du etwas Religiöses?“
 - „Bist du in der Schule?“
 - „Sprichst du mehrere Sprachen?“
→ Bis die Rolle erraten ist.
3. Danach wird gewechselt. 3–4 Runden spielen.

Kurze Auswertung:

- „Was war schwer zu raten?“
- „Worauf habt ihr geachtet?“
- „Welche Bilder habt ihr im Kopf gehabt?“

Anmerkung an die Leitung:

Achte auf Rollenvielfalt – kein Klischee bestätigen, sondern Vielfalt zeigen. Je nach Gruppe kannst du Rollen vereinfachen oder erklären.

ÜBUNG 1:

PERSPEKTIVPFAD – IN DEINEN SCHUHEN

(40 MINUTEN)

Ziel: körperlicher Perspektivwechsel, Empathie erleben

Material: Karten mit Kurzgeschichten, z. B.:

- Ein Mädchen wird ausgelacht, weil sie beim Ramadan fastet
- Ein Junge wird wegen seines Nachnamens verspottet
- Eine Jugendliche wird gefragt, warum sie „so ein Tuch“ trägt
- Jemand wird von der Klassengruppe ausgeschlossen
- Ein Junge sagt offen, dass er Christ ist – und wird schräg angeschaut
- Ein Mädchen darf beim Sport nicht mitmachen, weil sie lange Kleidung trägt

ABLAUF:

1. Die Karten liegen auf dem Boden – die Jugendlichen wählen jeweils eine.
2. Jede Person liest ihre Geschichte (leise für sich) und stellt sich dann vor:
 - „Ich bin jetzt diese Person.“
 - „Was fühle ich in dieser Situation?“
 - „Was wünsche ich mir von den anderen?“
3. Danach setzen sich 3–4 Personen zusammen und tauschen sich aus:
 - „Was denkt deine Person?“
 - „Was fühlt sie?“
 - „Was sollte die Gruppe tun, damit es besser läuft?“

Anmerkung an die Leitung:

Hilf bei schwierigen Begriffen, fasse Geschichten bei Bedarf in einfacher Sprache zusammen. Betone: Es geht um echtes Hineinversetzen – nicht darum, zu urteilen.

ÜBUNG 2: ROLLENSPIEL – WAS TUST DU? (45 MINUTEN)

Ziel: Handlungsfähigkeit in Konfliktsituationen, Zivilcourage und Respekt trainieren

Material: kein spezielles Material – Szenen werden gestellt

ABLAUF:

1. Die Leitung schildert nacheinander drei Situationen. Die Jugendlichen spielen sie in Kleingruppen nach. Dann reflektiert die Gruppe:
 - „Wie ging es der Person?“
 - „Was war fair – was nicht?“
 - „Was hätte man anders machen können?“
2. Beispiel-Szenen:
 - **Szene 1:** Ein neues Mädchen trägt ein Kopftuch. Einige lachen leise. Du bist daneben.
 - **Szene 2:** Zwei Jungs diskutieren – einer sagt: „In deinem Land ist das bestimmt anders.“ Der andere fühlt sich angegriffen.
 - **Szene 3:** Ein Schüler will nicht mit einem anderen in der Gruppe arbeiten, weil „der immer so komisch redet“.
3. Die Szenen werden gespielt – danach in der Runde besprochen.
4. Freiwillige Wiederholung: Wer möchte, darf eine Szene „neu schreiben“ – mit besserer Reaktion.

Anmerkung an die Leitung:

Achte auf ein sicheres Setting. Lass niemanden bloßstellen. Wichtig: Humor ist erlaubt, aber Respekt bleibt zentral. Du kannst auch mitspielen, wenn sich niemand traut.

ÜBUNG 3: ICH IN DEINER WELT – DU IN MEINER (30 MINUTEN)

Ziel: Unterschiedliche Lebenswelten vergleichen, Gemeinsamkeit trotz Unterschied

Material: zwei große Plakate, Stifte

ABLAUF:

1. Auf dem ersten Plakat steht: **„Was gehört zu meiner Welt?“**
→ Die Jugendlichen schreiben/malen Begriffe, die sie mit ihrer Herkunft, Religion, Kultur oder Alltag verbinden.
(z. B. „Moschee“, „Muttersprache“, „Tee trinken“, „Oma und Opa“, „fasten“, „Freitag“, „viel Musik“, „große Familie“)
2. Auf dem zweiten Plakat steht: **„Was ist in anderen Welten vielleicht anders – aber auch gut?“**
→ Die Jugendlichen ergänzen Begriffe, die sie aus anderen Kulturen oder Religionen kennen und schätzen.
(z. B. „Weihnachten“, „Tempel“, „andere Sprachen“, „Kippa“, „Bibel“, „alle essen zusammen“, „Meditation“, „ganz ruhig sein“, „Kunst aus Afrika“)
3. Gemeinsames Betrachten:
 - „Was ist verschieden?“
 - „Was finden wir bei anderen schön?“
 - „Was verbindet uns trotzdem?“

Anmerkung an die Leitung:

Diese Übung kann viel Offenheit schaffen. Auch kleine Beobachtungen sind wertvoll. Achte auf Gleichwertigkeit – es geht nicht um besser/schlechter, sondern um Neugier und Respekt.

ABSCHLUSSRUNDE: WAS ICH HEUTE VERSTANDEN HABE (15 MINUTEN)

Ziel: Erkenntnisse festhalten, Wirkung vertiefen

ABLAUF:

1. Jede Person nennt einen Satz:
 - „Heute habe ich gespürt, wie es ist, ...“
 - „Ich verstehe jetzt besser, dass ...“
 - „Ich will in Zukunft ... versuchen.“
2. Danach legt jede Person ein **Wort der Offenheit** in die Mitte (Karte mit Wort oder gezeichnetem Symbol).
Beispiele: **Respekt, Neugier, Zuhören, Verstehen, Mitgefühl, Gemeinsamkeit, Mut, Toleranz**
3. Die Leitung fasst zusammen:

„Heute ging es darum, anders zu denken – so wie jemand anderes. Das war nicht immer leicht. Aber es hat uns etwas gezeigt: Wir können zuhören. Wir können verstehen. Und das ist der Anfang von echtem Respekt.“

WORKSHOP 3 – „ZUSAMMEN GEHT'S BESSER!“

Demokratie erleben, Meinungen respektieren, Entscheidungen gemeinsam treffen

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

Dieser Workshop ist der Abschluss von Quartal 3. Er bringt alles bisher Erlernte – Perspektivwechsel, Toleranz, Empathie – in eine aktive, gemeinschaftliche Handlung. Die Jugendlichen erleben, dass demokratische Prozesse Zeit, Geduld und gegenseitigen Respekt brauchen – aber auch kreative Lösungen ermöglichen. Es geht nicht um Gewinnen – sondern um **gemeinsames Verstehen und Entscheiden**.

So nutzt du den Workshop:

Alle Übungen steigern sich in Komplexität: von einfachen Abstimmungen über ein Rollenspiel bis zur Simulation einer demokratischen Gruppenentscheidung. Achte darauf, dass der Raum geschützt bleibt – niemand wird ausgelacht, jede Meinung zählt.

THEMA

Gemeinsam entscheiden, Meinungsvielfalt anerkennen, Konsens finden

INHALT

Abstimmen, Rollenspiel, Diskussionsrunden, Gruppenentscheidungen treffen

LERNZIELE

- demokratische Entscheidungsprozesse verstehen
- respektvoll mit unterschiedlichen Meinungen umgehen
- Konsens trotz Meinungsunterschieden finden
- Selbstwirksamkeit erleben: „Ich kann etwas beitragen“
- demokratische Haltung stärken: zuhören, abwägen, gemeinsam handeln

ZIELGRUPPE

Jugendliche im Alter von 14 bis 17 Jahren
Sprachniveau: A1–A2

TEILNEHMENDE

8 bis 12 Personen

WARM-UP: ICH STIMME MIT DEN FÜßEN AB (20 MINUTEN)

Ziel: Einstieg in Meinungsvielfalt und Abstimmung ohne Worte

ABLAUF:

1. Die Leitung liest Aussagen vor. Die Jugendlichen stimmen mit den Füßen ab:
 - Linke Seite des Raums = „Stimme zu“
 - Rechte Seite = „Stimme nicht zu“
 - Mitte = „Ich bin unsicher“
2. Danach stellt die Leitung (wenn nötig) Verständnisfragen oder lässt einzelne Aussagen kommentieren – freiwillig!

Beispiele:

- „Man darf immer sagen, was man denkt.“
- „In einer Gruppe sollte man immer alles gemeinsam entscheiden.“
- „Es ist okay, wenn jemand eine ganz andere Meinung hat.“
- „Manchmal ist es besser, wenn eine Person entscheidet.“
- „Ich habe schon einmal erlebt, dass meine Meinung nicht gezählt hat.“

Anmerkung an die Leitung:

Achte auf einfache Sprache. Du kannst nach jeder Abstimmung eine Person freiwillig fragen: „Magst du sagen, warum du dort stehst?“ – aber kein Zwang. Ziel ist: Meinungen sichtbar machen, nicht bewerten.

ÜBUNG 1: DAS INSELSPIEL – GEMEINSAM ÜBERLEBEN (45 MINUTEN)

Ziel: demokratisches Entscheiden erleben, gemeinsame Werte finden

ABLAUF:

1. Einführung durch die Leitung:

„Stellt euch vor: Ihr seid auf einer einsamen Insel gestrandet. Ihr könnt 5 Dinge mitnehmen – aber es müssen Dinge sein, die der Gruppe nützen. Ihr habt 10 Vorschläge – aber dürft nur 5 auswählen. Und ihr müsst euch einig werden.“

2. Die Leitung stellt 10 Gegenstände vor (z. B. Feuerzeug, Handy ohne Empfang, Wasserkanister, Zelt, Koran/Bibel, Erste-Hilfe-Set, Spiegel, Taschenlampe, Familienfoto, Decke).
3. Die Gruppe diskutiert – jede*r darf Vorschläge machen. Die Leitung gibt 15 Minuten Zeit für Austausch und Entscheidung.
→ Ziel: **Konsens** – nicht Abstimmung! Also: Reden, Überzeugen, Kompromisse finden.
4. Danach stellt die Gruppe ihre Entscheidung vor und erklärt:
 - Warum diese fünf?
 - Was war schwierig?
 - Gab es Streit?
 - Was habt ihr daraus gelernt?

Anmerkung an die Leitung:

Wenn die Gruppe sich nicht einigen kann, kannst du sanft helfen: „Gibt es etwas, worauf ihr euch einigen könnt?“ – „Was wäre für alle okay?“ Ziel ist nicht die perfekte Lösung – sondern der Weg dahin.

ÜBUNG 2:

DAS MINI-PARLAMENT – WER HAT WELCHE MEINUNG? (40 MINUTEN)

Ziel: Vielfalt der Meinungen erleben, zuhören lernen, Mehrheiten verstehen

Material: vorbereitete Debattenkarten mit einfachen, jugendnahen Themen

Beispiel-Themen:

- Soll Handynutzung in der Schule erlaubt sein?
- Sollte man in Religion selbst entscheiden dürfen, ob man mitmacht?
- Ist es okay, dass alle Feiertage christlich geprägt sind?
- Sollte es mehr Platz für andere Kulturen in der Schule geben?

ABLAUF:

1. Drei Themen werden vorgestellt. Die Jugendlichen entscheiden, zu welchem Thema sie sich äußern möchten.
2. Die Gruppe teilt sich in zwei Positionen: „dafür“ / „dagegen“ (symbolisch im Raum markiert).
3. Jede Seite bekommt 5 Minuten, um Argumente zu sammeln (Stichworte auf Papier notieren).
→ Danach findet ein einfacher Austausch statt – je 2–3 Sprechende pro Seite.
4. Am Ende dürfen sich Personen umstellen: „Ich habe meine Meinung verändert.“

Anmerkung an die Leitung:

Betone: Es geht nicht ums Rechthaben. Niemand muss „gewinnen“. Ziel ist: Andere Positionen verstehen lernen. Wenn nötig, helfe sprachlich – oder formuliere Beiträge um.

ÜBUNG 3: UNSERE GRUPPE, UNSERE REGELN (35 MINUTEN)

Ziel: demokratische Prozesse in der eigenen Realität anwenden

ABLAUF:

1. Die Leitung fragt:

„Was braucht eine Gruppe, damit alle sich wohlfühlen können?“
„Was sollte man in unserer Gruppe dürfen – und was nicht?“

2. Die Jugendlichen sammeln Vorschläge (Beispiele):
 - Niemand wird ausgelacht
 - Jede Meinung zählt
 - Wir reden aus – nicht dazwischen
 - Jede*r darf auch mal Nein sagen
 - Wenn jemand still ist, ist das okay
 - Religion oder Herkunft dürfen nie zum Problem werden
3. Aus allen Vorschlägen wird gemeinsam ein Gruppenplakat gestaltet:
→ „**Unsere 5 wichtigsten Regeln**“ – mit Symbolen, Farben oder Bildern.

4. Jede Person unterschreibt oder markiert ihr Symbol – als Zeichen: Ich bin dabei.

Anmerkung an die Leitung:

Nutze diese Übung, um demokratische Grundprinzipien konkret zu machen. Es geht nicht um „Erziehung“ – sondern um Beteiligung und Selbstwirksamkeit. Die Gruppe entscheidet, nicht die Leitung.

ABSCHLUSSRUNDE: HEUTE HABEN WIR ... (15 MINUTEN)

Ziel: Abschluss mit Wirkung, Stolz und Klarheit

ABLAUF:

1. Blitzrunde mit Satzanfängen:
 - „Ich habe gemerkt, dass ...“
 - „Am schwierigsten war ...“
 - „Ich habe verstanden, dass Demokratie ...“
 - „Ich fand gut, dass ...“
2. Danach legt jede*r ein Symbol in die Mitte: ein Strich, Punkt, Smiley, Handzeichen – frei wählbar.
→ Es entsteht ein **Symbolkreis der Gemeinschaft**.
3. Abschlusssatz der Leitung:

„Heute habt ihr gezeigt: Auch wenn wir unterschiedlich sind, können wir zusammen etwas entscheiden. Demokratie ist manchmal langsam – aber sie gibt jeder Stimme Platz. Und das ist stark.“



QUARTAL

4

**„LESEN - VERSTEHEN -
GESTALTEN“ - MEDIEN & TEXTE
MIT VERANTWORTUNG NUTZEN**

WORKSHOP 1 – „WAS STECKT IN EINEM TEXT?“

Lesen, verstehen, bewerten – Lesekompetenz fördern und Texte entschlüsseln

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

In diesem Workshop steht das **Lesen als aktiver Prozess** im Mittelpunkt. Die Jugendlichen üben, einfache Texte bewusst zu lesen, Inhalte zu verstehen, Meinungen von Fakten zu unterscheiden – und das Gelesene in eigenen Worten wiederzugeben. Dabei wird Medienkompetenz angebahnt: Wer Texte kritisch lesen kann, wird unabhängiger in der Medienwelt.

So nutzt du den Workshop:

Der Workshop beginnt mit einem körperlichen Warm-up zum Thema „Informationen finden“. Danach folgen zwei Leseübungen mit steigendem Anspruch – jeweils begleitet von visuellen, spielerischen und mündlichen Elementen. Ziel ist: **Verstehen statt nur Vorlesen**. Du brauchst nur: Ausdrucke (bzw. Textblätter), Stifte, Papier – und evtl. ein Smartphone für einzelne Gruppenphasen.

THEMA

Texte lesen und verstehen – Lesekompetenz als Schlüssel zur Medienkompetenz

INHALT

Leseübungen, Texte bearbeiten, Austausch über Inhalte und Botschaften

LERNZIELE

- Texte flüssiger lesen und verstehen
- Informationen erkennen, bewerten und zusammenfassen
- eigene Meinung zum Textinhalt entwickeln
- Sprache mit Bildern und Gedanken verknüpfen
- respektvoll über Inhalte sprechen lernen

ZIELGRUPPE

Jugendliche (14–17 Jahre)
Sprachniveau: A1–A2
8–12 Teilnehmende

WARM-UP:

WORT-FISCHEN – WAS ZIEHT DICH AN?

Dauer: 15–20 Minuten

Ziel: Wörter aktivieren, Interesse wecken, Textwahrnehmung schulen

Material: kleine Zettel mit Wörtern (z. B. Freundschaft, Schule, Handy, Regeln, Lügen, Respekt, Familie, Hoffnung, Mut, Streit, Ungerechtigkeit, Angst, Stärke)

ABLAUF:

1. Die Zettel liegen verdeckt auf einem Tisch oder im Kreis. Jede Person zieht ein Wort.
2. In Paaren oder Dreiergruppen tauschen sich die Jugendlichen aus:
 - Was bedeutet dieses Wort für dich?
 - Wo hast du es schon mal gelesen oder gehört?
 - Ist das ein Wort, das zu dir passt?
3. Die Runde wird gemeinsam aufgelöst: Wer mag, nennt sein Wort und eine Assoziation dazu.

Anmerkung an die Leitung:

Ziel ist ein spielerischer Zugang zu Sprache – es geht nicht um richtige Definitionen, sondern um persönliche Bezüge. So wird der Kopf für das folgende Lesen geöffnet.

ÜBUNG 1:

TEXT-BAUSTEINE – WAS STEHT DA WIRKLICH?

Dauer: 40 Minuten

Ziel: Inhalte eines kurzen Textes erschließen und in eigene Worte fassen

Material: ein kurzer Text in einfacher Sprache (5–7 Sätze), z. B. über:

- eine Nachricht (z. B. ein Schulprojekt)
- ein Interview mit einer Jugendlichen
- eine Szene aus dem Alltag (z. B. Streit und Versöhnung)

ABLAUF:

1. Die Jugendlichen bekommen den Text (alle denselben).
2. Zuerst lesen sie leise für sich – dann liest eine Person laut vor.
3. Danach Aufgabe in Kleingruppen:
 - Unterstreicht 3 wichtige Wörter
 - Findet gemeinsam heraus: Worum geht es in dem Text?
 - Könnt ihr den Text in **zwei einfachen Sätzen** zusammenfassen?
4. Jede Gruppe nennt ihre zwei Sätze – die Leitung schreibt sie an die Tafel.
5. Vergleich: Welche Sätze klingen ähnlich? Welche unterschiedlich?
→ Diskussion über Interpretation: „Was war euch wichtig?“

Anmerkung an die Leitung:

Hilf ggf. beim Verständnis schwieriger Wörter. Wenn nötig, einzelne Sätze umformulieren. Ziel ist Sinnentnahme, nicht Perfektion.

ÜBUNG 2:

MEINUNG ODER TATSACHE? – DAS LESE-DETEKTIV-SPIEL

Dauer: 45 Minuten

Ziel: zwischen Fakten und Meinungen unterscheiden lernen

Material: 8 kurze Textausschnitte (je 1–2 Sätze), z. B.:

1. „Viele Jugendliche benutzen täglich ihr Handy.“
2. „Ich finde, Handys machen dumm.“
3. „In Deutschland gehen Kinder ab 6 Jahren zur Schule.“
4. „Schule macht keinen Spaß.“
5. „Es ist gefährlich, im Internet persönliche Daten zu posten.“
6. „Alle Eltern sollen ihre Kinder kontrollieren.“
7. „In sozialen Medien kann man schnell falsche Informationen verbreiten.“
8. „Instagram ist besser als TikTok.“

ABLAUF:

1. Die Sätze werden vorgelesen oder auf Kärtchen verteilt.
2. Aufgabe: Sortiert die Aussagen in zwei Gruppen:
 - **Tatsachen** (kann man prüfen)
 - **Meinungen** (ist subjektiv, Ansicht)
3. Danach kurze Diskussion:
 - Warum ist das eine eine Meinung?
 - Woher wissen wir, dass etwas eine Tatsache ist?
 - Was ist manchmal schwer zu unterscheiden?
4. Abschluss: Jede Gruppe formuliert einen eigenen Satz – eine Tatsache, eine Meinung.

Anmerkung an die Leitung:

Sprachlich einfache Sätze wählen, ggf. mit Bildern unterstützen. Du kannst auch einen Satz falsch einsortieren – und die Gruppe „entlarvt“ dich.

ÜBUNG 3:

WAS MIR DER TEXT SAGT – MEIN LESE-WORT

Dauer: 25 Minuten

Ziel: Texte emotional verstehen, kreativer Umgang mit Inhalten

ABLAUF:

1. Die Jugendlichen erinnern sich an den Text aus Übung 1.
2. Jede Person überlegt:
 - Was war für mich das wichtigste Wort?
 - Warum gerade dieses?
 - Was löst es in mir aus?
3. Dann: Dieses Wort groß aufschreiben – gestalten, dekorieren, mit einem Symbol oder einer Farbe verbinden.
4. Die Wörter werden im Raum aufgehängt – eine kleine **Lese-Galerie** entsteht.
5. Alle gehen herum, lesen, schauen: Was war anderen wichtig?

Anmerkung an die Leitung:

Diese Phase ist ruhig und kreativ. Gib genug Zeit. Wer möchte, erklärt sein Wort der Gruppe.

ABSCHLUSSRUNDE: ICH LESE – ICH VERSTEHE – ICH DENKE

Dauer: 10–15 Minuten

Ziel: Wirkung des Workshops bewusst machen

ABLAUF:

1. Jede Person sagt einen Satz:

- „Heute habe ich gelernt, dass ...“
- „Ein Text kann ...“
- „Ich werde beim Lesen in Zukunft ...“

2. Abschlusssatz der Leitung:

„Ein Text ist nicht nur Buchstaben. Er ist eine Botschaft. Wenn du lesen lernst – wirklich lesen – dann kannst du auch verstehen, entscheiden, mitreden. Und das ist ein wichtiger Schritt in deine Freiheit.“

WORKSHOP 2 – „WEM KANN ICH GLAUBEN?“

Fake News, Filterblasen und eigene Urteile – Medien kritisch nutzen

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

In diesem Workshop geht es um eine zentrale Medienkompetenz: **kritisch mit Informationen umgehen können**. Jugendliche lernen, zwischen echten und falschen Informationen zu unterscheiden, Manipulation zu erkennen und selbst ein Urteil zu fällen. Die Übungen setzen auf spielerisches Erkennen, Vergleich und kreative Erarbeitung – mit einem Smartphone pro Gruppe als Werkzeug.

So nutzt du den Workshop:

Du brauchst vorbereitete Aussagen, Bilder oder kleine Textausschnitte (s. Materialbeschreibung). Die Jugendlichen recherchieren, vergleichen, bewerten. Ziel ist nicht das perfekte Wissen, sondern ein erster Zugang zur Frage: **Was ist echt – und was nicht?**

Wichtig: alles bleibt praktisch, leicht verständlich und interaktiv.

THEMA

Informationsflut, Falschnachrichten und Medienvertrauen

INHALT

Fake News erkennen, Informationen vergleichen, Filterblasen verstehen

LERNZIELE

- Informationen kritisch lesen und bewerten
- eigene Meinung bewusst bilden
- Unterschiede zwischen Fakten, Meinungen und Falschmeldungen erkennen
- Verantwortungsvoller Umgang mit Informationen und Weiterleitung
- Sensibilisierung für Manipulation im Netz

ZIELGRUPPE

Jugendliche (14–17 Jahre)

Sprachniveau: A1–A2

8–12 Teilnehmende

WARM-UP: WAHR ODER FALSCH? – MEIN ERSTES URTEIL

Dauer: 15 Minuten

Ziel: Erste Erfahrung mit Unsicherheit beim Bewerten von Informationen

Material: 6 vorbereitete Karten mit einfachen Aussagen – teils wahr, teils falsch

Beispiele:

1. „Ein Mensch nutzt durchschnittlich 100 Apps pro Woche.“ ❌
2. „TikTok gehört zu einem chinesischen Unternehmen.“ ✅
3. „In Berlin gibt es mehr Fahrräder als Menschen.“ ❌
4. „Nicht alle Bilder, die man im Netz sieht, sind echt.“ ✅
5. „Die Sonne ist ein Planet.“ ❌
6. „In WhatsApp kann man eine Nachricht löschen, bevor sie gelesen wurde.“ ✅

ABLAUF:

1. Die Leitung liest eine Karte laut vor – jede*r stimmt durch Handzeichen ab: „Stimmt“ / „Stimmt nicht“
2. Danach wird die richtige Antwort aufgelöst – Überraschung erlaubt!
3. Die Leitung fragt:

„Wie sicher wart ihr euch?“

„Woher wusstet ihr das – oder warum habt ihr es geglaubt?“

Anmerkung an die Leitung:

Die Aussagen sollen zum Nachdenken anregen, nicht bloß Wissen abfragen. Ziel ist Unsicherheit erleben – und daraus Neugier entwickeln.

ÜBUNG 1:

BILD ODER BLENDE? – WAS KANN EIN FOTO SAGEN?

Dauer: 40 Minuten

Ziel: Bilder hinterfragen und manipulierte Inhalte erkennen

Material: 4–6 Bildpaare (echte Fotos vs. manipulierte oder aus dem Zusammenhang gerissene Bilder)

ABLAUF:

1. Jede Kleingruppe bekommt ein Bildpaar und folgende Fragen:
 - Was seht ihr?
 - Was glaubt ihr, was hier passiert?
 - Woher könnte dieses Bild stammen?
 - Ist das glaubwürdig? Warum (nicht)?
 - Was fehlt euch, um sicher zu sein?
2. Danach zeigt die Leitung die echten Hintergründe zu den Bildern (auf Papier oder über das Smartphone recherchieren lassen).
3. Abschlussrunde im Plenum:

„Was habt ihr gelernt über Bilder im Netz?“
„Kann man einem Bild trauen? Warum oder warum nicht?“

Anmerkung an die Leitung:

Nutze aktuelle, jugendnahe Beispiele (z. B. gestellte Influencer-Fotos, aus dem Kontext gerissene Pressebilder). Du kannst auch auf vorbereitete Screenshots zurückgreifen.

ÜBUNG 2:

DER FAKE-CHECK – WIE KANN ICH PRÜFEN, OB ETWAS STIMMT?

Dauer: 50 Minuten

Ziel: einfache Prüfkriterien kennenlernen, Recherche trainieren

Material: 4–6 kurze Texte oder Social-Media-Beiträge (jeweils 3–5 Sätze), z. B. über:

- ein neues „Schulgesetz“ (erfunden)
- eine unglaubliche Challenge auf TikTok
- ein „Verbot“ von Schokolade
- ein Gerücht über eine bekannte Person

ABLAUF:

1. Jede Gruppe erhält einen Text – ohne Info, ob echt oder nicht.
2. Aufgabe: Prüft in 15 Minuten mithilfe des Smartphones:
 - Gibt es diese Info auch auf anderen Seiten?
 - Welche Seite hat das geschrieben?
 - Ist das ein offizielles Medium oder ein privater Blog?
 - Was denkt ihr: wahr oder falsch?
3. Danach stellen alle Gruppen ihr Ergebnis vor.
4. Die Leitung gibt die Auflösung und erklärt, wie man Fake News erkennt:
 - Quelle prüfen
 - mehrere Seiten vergleichen
 - Impressum oder Kontaktangaben
 - Sprache (emotional, reißerisch?)
 - Widersprüche im Text?

Anmerkung an die Leitung:

Du kannst vorbereitete Texte auf Papier ausgeben – oder in Screenshots zeigen. Alternativ: die Gruppe findet selbst Beispiele im Netz. Wichtig ist einfache Sprache, klare Struktur und Raum für Irrtümer.

ÜBUNG 3:

MEIN TIPP GEGEN FAKE – MEDIENWEISHEIT TEILEN

Dauer: 25 Minuten

Ziel: Erlerntes in eigene Tipps übersetzen und kreativ ausdrücken

ABLAUF:

1. Jede Person überlegt:
 - Was ist mein Tipp für andere Jugendliche, um keine Fake News zu glauben?
 - Was war für mich die wichtigste Erkenntnis heute?
2. Dann schreiben oder zeichnen sie ihren Tipp auf eine Karte oder ein Blatt.
→ z. B. mit Symbol, Schlagwort oder kurzer Botschaft

Beispiele:

- „Prüfen – bevor du teilst!“
 - „Nicht alles glauben, was laut ist.“
 - „Frag zweimal – denk nach!“
 - „Wenn’s zu krass klingt, stimmt’s vielleicht nicht.“
3. Die Karten werden an eine Wand oder Tafel gehängt.
→ Es entsteht eine **Galerie der Medienweisheit**
 4. Freiwillige lesen ihren Tipp vor. Die Leitung sammelt Gemeinsamkeiten.

ABSCHLUSSRUNDE: HEUTE HABE ICH VERSTANDEN, DASS ...

Dauer: 10–15 Minuten

Ziel: Reflexion und Bewusstwerdung von Medienverantwortung

ABLAUF:

1. Satzanfänge im Kreis:

- „Ich war überrascht, dass ...“
- „Ich werde in Zukunft ...“
- „Fake News erkenne ich jetzt an ...“
- „Ich kann jetzt besser ...“

2. Abschlusssatz der Leitung:

„Information ist Macht – aber nur, wenn du weißt, wie du damit umgehst. Heute hast du angefangen, die Kontrolle zu übernehmen. Das ist der erste Schritt zu echter Freiheit im Netz.“

WORKSHOP 3 – „MEINE BOTSCHAFT ZÄHLT!“

Texte gestalten, Medien kreativ nutzen, Verantwortung zeigen

KURZBESCHREIBUNG + HOW TO USE

In diesem abschließenden Workshop gestalten die Jugendlichen **eigene kleine Medienprodukte mit Inhalt und Aussage** – ein kurzer Text, eine Bild-Botschaft oder eine einfache Nachricht. Dabei zeigen sie, was sie gelernt haben: Informationen bewusst auswählen, Sprache reflektieren und Inhalte kreativ aufbereiten. Ziel ist: **Ich kann mit Medien etwas Gutes sagen – auf meine Weise.**

So nutzt du den Workshop:

Der Workshop beginnt mit einer Reflexion über gute Botschaften. Danach folgen zwei praktische Phasen: Zuerst wird ein einfacher Text kreativ „übersetzt“ – dann entwickelt jede Gruppe ihre eigene kleine Medienbotschaft mit Papier, Stiften und ggf. einem Smartphone (Foto, Audio oder Text). Kein Vorwissen nötig – nur Offenheit und Fantasie.

THEMA

Medien gestalten – Inhalte verantwortungsvoll vermitteln

INHALT

Sprachliche Botschaften kreativ ausdrücken, eigene Werte sichtbar machen, Verantwortung zeigen

LERNZIELE

- Texte kreativ umgestalten und in andere Ausdrucksformen übersetzen
- eigene Werte als Botschaften formulieren
- Verantwortungsvollen Umgang mit Sprache erleben
- Medien als Werkzeug verstehen: „Ich kann etwas zeigen oder sagen“
- Leseförderung durch kreative Textarbeit

ZIELGRUPPE

Jugendliche (14–17 Jahre)
Sprachniveau: A1–A2
8–12 Teilnehmende

WARM-UP: WELCHE BOTSCHAFT BERÜHRT DICH?

Dauer: 15–20 Minuten

Ziel: Emotionale Verbindung zu Sprache aufbauen

Material: 8 vorbereitete kurze Aussagen auf Kärtchen (z. B. Zitate, einfache Slogans)

Beispiele:

- „Du bist stärker, als du denkst.“
- „Worte können verletzen – oder heilen.“
- „Zusammen schaffen wir mehr.“
- „Wenn du schweigst, bleibt Unrecht bestehen.“
- „Respekt beginnt beim Zuhören.“
- „Sag, was du denkst – aber mit Herz.“
- „Jede Meinung zählt.“
- „Du kannst etwas bewegen.“

ABLAUF:

1. Alle Kärtchen liegen offen auf einem Tisch. Jede Person wählt eines, das sie anspricht.
2. Austausch in Kleingruppen:
 - Warum hast du diese Aussage gewählt?
 - Was bedeutet sie für dich?
3. Freiwillige nennen ihre Aussage im Plenum.
4. Die Leitung schreibt wichtige Begriffe (Respekt, Mut, Zusammenhalt ...) an die Tafel.

Anmerkung an die Leitung:

Es geht um emotionale Verbindung – nicht Analyse. Wenn nötig, helfe beim sprachlichen Verstehen einzelner Wörter.

ÜBUNG 1: TEXT-BILDER – WAS ICH DARAUS MACHEN KANN

Dauer: 40 Minuten

Ziel: Texte kreativ verarbeiten und interpretieren

Material: ein kurzer Text mit positiver Aussage (z. B. 5–6 einfache Sätze)

Beispieltext (einfach gehalten):

„Jeder Mensch hat eine Stimme. Wenn wir sprechen, können wir etwas verändern. Aber auch Zuhören ist wichtig. Nur wer andere versteht, kann Frieden schaffen. Worte können Brücken bauen – oder Mauern. Wir entscheiden, wie wir sie benutzen.“

ABLAUF:

1. Der Text wird laut vorgelesen.
2. Aufgabe in Zweiergruppen: Sucht euch **einen Satz**, der euch berührt.
3. Gestaltet dazu ein Plakat – mit Farben, Symbolen, Collagen oder Übersetzung in eigene Worte (mündlich oder schriftlich).
4. Anschließend werden die Plakate aufgehängt. Eine Galerie entsteht.
5. Freiwillige präsentieren ihre „Text-Bilder“.

Anmerkung an die Leitung:

Ermutige zur kreativen Ausdrucksform. Es dürfen auch einzelne Wörter im Fokus stehen. Ziel ist die Transformation vom Gelesenen ins Gestaltete.

ÜBUNG 2: MEINE MINI-MEDIENBOTSCHAFT

Dauer: 50 Minuten

Ziel: Eigene Inhalte entwickeln und Verantwortung übernehmen

ABLAUF:

1. Die Jugendlichen bilden Kleingruppen (2–3 Personen). Aufgabe:
 - Überlegt euch **eine Botschaft**, die ihr gerne sagen würdet.
 - Nutzt ein einfaches Medium, um sie auszudrücken:
 - Mini-Poster mit Slogan
 - kleines Video (max. 30 Sekunden, z. B. als Story oder TikTok-Skizze)
 - Foto mit Satz
 - kurzer Audioclip (z. B. „Sprach-Botschaft“)
2. Gebt euch 30–35 Minuten Zeit zur Entwicklung und Umsetzung.
3. Danach kurze Präsentationen im Plenum:
 - Was wolltet ihr sagen?
 - Warum ist euch das wichtig?
4. Wenn gewünscht: Abstimmung – welche Botschaft war besonders mutig, kreativ, stark?

Beispiele für Botschaften:

- „Sprich für die, die nicht gehört werden.“
- „Streiten geht auch ohne Hass.“
- „Du darfst Fehler machen – und weitergehen.“
- „Meine Religion ist Frieden.“
- „Ich bin mehr als du siehst.“

Anmerkung an die Leitung:

Ein Smartphone pro Gruppe reicht aus. Hilf bei Aufnahme oder Präsentation, wenn nötig. Fokus liegt nicht auf Technik, sondern auf Inhalt und Verantwortung.

ABSCHLUSSRUNDE: WAS NEHME ICH MIT?

Dauer: 15 Minuten

Ziel: Rückblick auf Lernprozess und persönliches Fazit

ABLAUF:

1. Im Kreis beantworten alle nacheinander einen Satz:
 - „Heute habe ich gemerkt, dass ...“
 - „Meine Stimme ist ...“
 - „Mit Medien kann ich ...“
 - „Ich will in Zukunft ...“

2. Jede Person legt eine Karte mit einem Wort auf den Boden (z. B. Verantwortung, Mut, Klarheit, Idee, Zuhören ...)
 - Es entsteht ein gemeinsamer Werte-Kreis zum Abschluss des Quartals.

3. Die Leitung schließt:

„Ihr habt in diesen drei Workshops gezeigt, dass ihr mitdenkt, mitfühlt und mitgestalten könnt. Eure Worte, Ideen und Stimmen zählen – im Netz, in der Schule, im Leben.“