

Miteinander leben

Übung „Lebende Skala“ (in Modul 4)

Dauer: 10 bis 15 Minuten

Ziele:

- Erkennen und Reflektieren eigener Meinungen
- Bewerten und Einordnen verschiedener Aussagen
- Sichtbar machen der eigenen Haltungen

Anleitung für die KL:

Die TN positionieren sich entlang einer Skala zu unterschiedlichen Aussagen bzw. Thesen. Die Skala beinhaltet folgende Kategorien bzw. Positionen: „volle Zustimmung“, „volle Ablehnung“ und „Dazwischen“. Die KL initiiert einen Austausch zu den verschiedenen Thesen.

Mögliche Thesen*:

- Jungs müssen immer stark sein.
- Jede*r hat ein Recht auf freie Meinungsäußerung.
- Wer weint, zeigt Schwäche.
- Man sollte immer sagen, was man denkt.
- Wenn mir etwas nicht gefällt, halte ich lieber meinen Mund.
- Gefühle sind immer unangenehm.
- Gleichberechtigung ist altmodisch.
- Was gut gemeint ist, kommt nicht immer gut an.
- Die Ursache für meinen Ärger liegt nicht bei anderen Personen, sondern bei mir selbst.
- Jede*r lebt in einer anderen Welt.
- Um Konflikte zu lösen, kann es hilfreich sein, die eigenen Gefühle zu äußern.
- Viele Menschen sind nur deshalb einsam, weil sie Mauern statt Brücken bauen.
- Bestrafung ist die Wurzel der Gewalt auf unserem Planeten.
- Wenn wir unsere Bedürfnisse nicht ernst nehmen, tun es andere auch nicht.
- Mit allem, was ein Mensch tut oder nicht tut, möchte er sich ein Bedürfnis erfüllen.

* Diese Auflistung stellt eine Auswahl dar. Sie können weitere Thesen formulieren und/oder die hier gelisteten Aussagen an Ihre Zielgruppe anpassen.