

00_Tagesablauf

Kopiervorlage Teamer/innen

2. Block

Streitschlichterausbildung

<i>Uhrzeit</i>	<i>Thema</i>	<i>Teamer/in</i>
1.) 09:00	Beginn	
2.) 09:15	Fuchs im Hühnerstall	
3.) 09:30	Aktives Zuhören Übung zum verständnisvollen Reagieren	
<i>10:00 – 10:10 Uhr</i>	<i>Pause</i>	
4.) 10:10	Ich- und Du- Botschaften Theorie und Übung Umformulieren von Du-Botschaften in Ich-Botschaften	
5.) 10:45	Rollenspiel / Ich-Botschaften	
<i>11:15 – 11:30 Uhr</i>	<i>Pause</i>	
6.) 11:30	Konflikterhellung / Phase II	
7.) 11:50	Rollenspiel / Phase II	
<i>13:05 – 13:15 Uhr</i>	<i>Pause</i>	
8.) 13:15	Der Baumstamm / Puzzleübung	
9.) 13:45	Feedback	
14:00	Ende	

01_Beginn

Ankommen der Teilnehmer/innen.

Begrüßung der Teilnehmer/innen durch die Teamer/innen in entspannter Atmosphäre bei Keksen, Tee und Kaffee.

Erste gemeinsame / selbstgewählte Runde der Teilnehmer/innen.

Einstimmen auf die weitere Ausbildung....

02_Kippstuhl

Jeder/r Teilnehmer/in stellt ihren/ seinen Stuhl gemeinsam mit den anderen in einem Kreis auf, die Sitzfläche nach außen.

Die Stühle werden mit der Lehne zur Kreismitte gekippt, bis sie auf zwei Stuhlbeinen stehen, durch eine Hand des Teilnehmer/in gehalten.

Es wird jemand bestimmt, der die Zahlen laut eins, zwei, drei gibt.

Auf „drei“ gehen alle Teilnehmer/in gleichzeitig einen Stuhl weiter, indem sie ihren Stuhl loslassen und nach der Lehne des nächsten Stuhls greifen.

Eine Runde muss ohne Sturz eines Stuhls geschafft werden.

Material: Stuhl mit Lehne für jede/n Teilnehmer/in

03_Aktives Zuhören / Übung zum verständnisvollen Reagieren

Mit dem folgenden Arbeitsblatt kann das Aktive Zuhören noch einmal schriftlich bearbeitet und vertieft werden: Die Teilnehmer/innen werden mit verschiedenen Situationen konfrontiert, in denen sie auf jemanden treffen, der sich über etwas ärgert. Sie sollen auf die Betroffenen eingehen und möglichst verständnisvoll und einfühlsam reagieren.

Arbeitsblatt:

<u>Aktives Zuhören / verständnisvoll reagieren</u>
Stell Dir vor, Du begegnest einigen Menschen, die gerade etwas Ärgerliches / Schlimmes erlebt haben und ihrem Ärger dir gegenüber Luft machen. Wie gehst du darauf ein? Schreibe auf, was du sagen würdest, und versuche, verständnisvoll zu reagieren:
1. Wer hat diesen Mist hier angerichtet (Jacke versaut)? _____ _____
2. Ich bin jetzt auch mal endlich dran! _____ _____
3. Immer sind die Kleinen dran! _____ _____
4. So`n Mist. Der ganze Kuchen ist verbrannt! _____ _____
5. Immer weiß der alles besser! _____ _____
6. Ätzend! Immer krieg ich den Ärger! _____ _____
7. Mann! Immer reißt mir der Schnürsenkel! _____ _____

Material: Kopie des Arbeitsblattes für alle, Stifte

Aktives Zuhören / verständnisvoll reagieren

Stell Dir vor, Du begegnest einigen Menschen, die gerade etwas Ärgerliches / Schlimmes erlebt haben und ihrem Ärger dir gegenüber Luft machen. Wie gehst du darauf ein? Schreibe auf, was du sagen würdest, und versuche, verständnisvoll zu reagieren:

1. Wer hat diesen Mist hier angerichtet (Jacke versaut)?

2. Ich bin jetzt auch mal endlich dran!

3. Immer sind die Kleinen dran!

4. So`n Mist. Der ganze Kuchen ist verbrannt!

5. Immer weiß der alles besser!

6. Ätzend! Immer krieg ich den Ärger!

7. Mann! Immer reißt mir der Schnürsenkel!

04_Ich- und Du-Botschaften

2 Paare lesen einen Minidialog einmal als Du-Botschaft (Schuldzuweisung) und als Ich-Botschaft (Beschreibung eigener Gefühle).

1. Robert:
Du Idiot! Kannst du nicht aufpassen?
Nur, weil du so blind durch die Gegend rennst,
trampelst du meinen Füller platt.
Den wirst du mir bezahlen.

2. Andi:
Pack doch deinen Müll weg!
Du bist selbst schuld, wenn du alles fallen lässt
und nichts wegräumst!

3. Robert:
Ich bin wütend, wenn du ohne hinzusehen an meinem Platz
vorbeigehst.
Dabei ist meine Tasche umgefallen.
Jetzt kriege ich eine Menge Ärger mit meiner Mutter, wenn ich
schon wieder nach einem neuen Füller frage.

4. Andi:
Tut mir leid.
Ich hatte es gerade eilig und hab` einfach nicht nach unten
geguckt.
Ich kann dir meinen zweiten Füller erst mal leihen, bis du nach
einem neuen fragen kannst.

Dem Minidialog soll ein weiterführendes Gespräch / bzw. eine Diskussion über die unterschiedliche Wirkung der Ich- und Du-Botschaften folgen (Welche Wirkung haben Ich- und Du-Botschaften jeweils?)!

Zur Verdeutlichung werden die Ich- und Du-Elemente des Minidialoges markiert, der Dialog vorher auf einem Plakat vergrößert und an dem Flipchart befestigt (Welche Aussagen sind eine Ich-Botschaft? Welche eine Du-Botschaft?).

Als Zusammenfassung dient folgender Merksatz, der vergrößert auf einem Plakat mit den Schüler/innen besprochen wird.

<p><u>Ich-Botschaften</u></p> <p>Ich bin (Nennen eines Gefühls).....</p> <p>wenn du..... (Nennen des Auslösers).....</p> <p>weil..... (Begründung).....</p> <p>und ich möchte..... (Erwartung).....</p>
--

Danach kann eine weitere Einzelübung zum Formulieren von Ich-Botschaften folgen, die anschließend im Plenum ausgewertet wird:

<p style="text-align: center;">Ich-Botschaften formulieren</p> <p>Als du an der Tischtennisplatte vorbeigegangen bist, rief dir ein anderer eine gemeine Beleidigung zu:</p> <p>Du reagierst:</p> <p>Ich bin... _____</p> <p>wenn du... _____</p> <p>weil... _____</p> <p>und ich möchte... _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

Beispiel für eine Ich-Botschaft für die Teamer/innen:

Ich bin sauer,
wenn du mich so fies beleidigst,
weil das nicht okay ist
und ich möchte wissen, warum du das überhaupt zu mir sagst.

1. Robert:

Du Idiot! Kannst du nicht aufpassen?
Nur, weil du so blind durch die Gegend rennst,
trampelst du meinen Füller platt.
Den wirst du mir bezahlen.

2. Andi:

Pack doch deinen Müll weg!
Du bist selbst schuld, wenn du alles fallen lässt
und nichts wegräumst!

3. Robert:

Ich bin wütend, wenn du ohne hinzusehen an meinem
Platz vorbeigehst.
Dabei ist meine Tasche umgefallen.
Jetzt kriege ich eine Menge Ärger mit meiner Mutter,
wenn ich schon wieder nach einem neuen Füller
frage.

4. Andi:

Tut mir leid.
Ich hatte es gerade eilig und hab` einfach nicht nach
unten geguckt.
Ich kann dir meinen zweiten Füller erst mal leihen, bis
du nach einem neuen fragen kannst.

Ich-Botschaften

Ich bin
..... (Nennen eines Gefühls)
.....
.....

wenn du
..... (Nennen des Auslösers)
.....
.....
.....

weil (Begründung)
.....
.....
.....
.....

und ich möchte (Erwartung)
.....
.....
.....
.....

Kopiervorlage Teilnehmer/innen

Ich-Botschaften formulieren

Als du an der Tischtennisplatte vorbeigegangen bist, rief dir ein Jugendlicher eine gemeine Beleidigung zu:

Du reagierst:

Ich bin...

wenn du...

weil...

und ich möchte...

Ich-Botschaften formulieren

Du hast zum Geburtstag endlich den tollen Diskman bekommen und eine Packung mit 10 Batterien dazu. Du willst nun Musik hören. Leider sind die Batterien weg und du erfährst, dass dein Bruder sie für seine Modelleisenbahn benutzt hat.:

Du reagierst:

Ich bin...

wenn du...

weil...

und ich möchte...

05_Rollenspiel / Ich-Botschaften

Es werden Kleingruppen gebildet, die das Arbeitsblatt „Situationssammlung“ erhalten.

Sie sollen in der Kleingruppe 1-2 Konfliktsituationen auswählen und diese in einem kurzen Rollenspiel darstellen. Die Konfliktparteien sollen versuchen über den Streit in Ich-Form zu sprechen.

Im Plenum stellt jede Kleingruppe noch einmal eine Situation vor. Die Rollenspiele werden gemeinsam besprochen.

Situationssammlung

1. **A** hat sein Fahrrad verliehen und bekommt es mit einem Platten zurück.
2. **B** hat ihrer Freundin ihr liebstes Comic-Heft geliehen und bekommt es zerrissen zurück.
3. **C** hat seinem Nachbarn mehrere Stifte geliehen und jedes Mal fehlt einer bei der Rückgabe.
4. **D** läuft nach dem Unterricht zu ihrem Fahrrad. Sie wird von einer Mitschülerin so geschubst, dass sie umfällt.
5. **E** möchte dringend einen Freund anrufen und nach Hausaufgaben fragen, aber sein Bruder telefoniert schon eine halbe Stunde.
6. **F** möchte auf der Klassenfahrt vorne im Bus sitzen, weil ihr schnell schlecht wird. Aber die vier besten Plätze werden immer von den „Stärksten“ belegt.
7. **G** war beim Frisör und hat einen neuen Haarschnitt. Als er in die Schule kommt, wird er ausgelacht.
8. **H** hat sich mit ihrer Freundin in der Stadt verabredet. Nach 30 Minuten ist die Freundin immer noch nicht da und H geht.
9. **I** kommt spät aus der Pause und muss sich beeilen, damit er noch vor dem Lehrer im Raum ist. Die Tür wird ihm vor der Nase zugeknallt und zugehalten.

Situationssammlung

1. **A** hat sein Fahrrad verliehen und bekommt es mit einem Platten zurück.
2. **B** hat ihrer Freundin ihr liebstes Comic-Heft geliehen und bekommt es zerrissen zurück.
3. **C** hat seinem Nachbarn mehrere Stifte geliehen und jedes Mal fehlt einer bei der Rückgabe.
4. **D** läuft nach dem Unterricht zu ihrem Fahrrad. Sie wird von einer Mitschülerin so geschubst, dass sie umfällt.
5. **E** möchte dringend einen Freund anrufen und nach Hausaufgaben fragen, aber sein Bruder telefoniert schon eine halbe Stunde.
6. **F** möchte auf der Klassenfahrt vorne im Bus sitzen, weil ihr schnell schlecht wird. Aber die vier besten Plätze werden immer von den „Stärksten“ belegt.
7. **G** war beim Frisör und hat einen neuen Haarschnitt. Als er in die Schule kommt, wird er ausgelacht.
8. **H** hat sich mit ihrer Freundin in der Stadt verabredet. Nach 30 Minuten ist die Freundin immer noch nicht da und H geht.
9. **I** kommt spät aus der Pause und muss sich beeilen, damit er noch vor dem Lehrer im Raum ist. Die Tür wird ihm vor der Nase zugeknallt und zugehalten.

06_Konflikterhellung / Phase II

Mit der Gesamtgruppe werden die einzelnen Punkte der Phase II besprochen und diskutiert.

Die Sichtweise der Konfliktparteien, Vertiefung und Konflikthintergrund

Die Konfliktparteien tragen ihre Sichtweisen nacheinander vor.

Eine Person erhält das Wort, die andere soll zuhören und sich, wenn nötig Notizen machen.

Wichtige Aufgabe für die Streitschlichter/innen:

Die Sichtweise der erzählenden Person vollständig erfassen und korrekt wiedergeben.

Dabei verwendet sie folgende Techniken:

Offene Fragen

Das sind Fragen, die nicht mit ja oder nein beantwortet werden müssen und die die Erzählenden dazu anregen, ihre Position deutlicher darzustellen.

Spiegeln

Mit eigenen Worten kurz wiedergeben, was die andere gesagt hat.
Die Emotionen, die bei der anderen auftreten benennen.

Zusammenfassen

Die Streitschlichter/innen sollte immer wieder das Gesagte ordnend und strukturierend zusammenfassen. So können sie das Gesagte ordnen, einzelne Gesprächsphasen abschließen und den Blick auf ein neues Thema lenken.
Worum geht es eigentlich in dem Konflikt?

Umformulieren

Beim Spiegeln und Zusammenfassen können die Streitschlichter/innen auch wertende Aussagen und Schuldzuweisungen an die andere Person in neutrale, auf das Problem bezogene Wertungen umformulieren.

Klären

Durch Nachfragen und Spiegeln versuchen die Streitschlichter/innen mit der erzählenden Person herauszufinden, worum es ihr geht.

Motive und Gefühle herausfinden!

Die Streitschlichter/innen stellen Unterschiede und Gemeinsamkeiten heraus. Gemeinsame Interessen und positive Elemente werden hervorgehoben und gestärkt.

Die Streitschlichter/innen achten darauf, dass beide Konfliktparteien vornehmlich über sich selbst sprechen.

Abschließende Fragen:

„Wie geht es euch jetzt?“ „Seid ihr jetzt bereit, nach Lösungen zu suchen?“

Konflikterhellung / Phase II

Die Sichtweise der Konfliktparteien, Vertiefung und Konflikthintergrund

Die Konfliktparteien tragen ihre Sichtweisen nacheinander vor.

Eine Person erhält das Wort, die andere soll zuhören und sich, wenn nötig Notizen machen.

Wichtige Aufgabe für die Streitschlichter/innen:
Die Sichtweise der erzählenden Person vollständig erfassen und korrekt wiedergeben.

Dabei verwendet sie folgende Techniken:

Offene Fragen

Das sind Fragen, die nicht mit ja oder nein beantwortet werden müssen und die die Erzählenden dazu anregen, ihre Position deutlicher darzustellen.

Spiegeln

Mit eigenen Worten kurz wiedergeben, was die andere gesagt hat.
Die Emotionen, die bei der anderen auftreten benennen.

Zusammenfassen

Die Streitschlichter/innen sollte immer wieder das Gesagte ordnend und strukturierend zusammenfassen. So können sie das Gesagte ordnen, einzelne Gesprächsphasen abschließen und den Blick auf ein neues Thema lenken.
Worum geht es eigentlich in dem Konflikt?

Umformulieren

Beim Spiegeln und Zusammenfassen können die Streitschlichter/innen auch wertende Aussagen und Schuldzuweisungen an die andere Person in neutrale, auf das Problem bezogene Wertungen umformulieren.

Klären

Durch Nachfragen und Spiegeln versuchen die Streitschlichter/innen mit der erzählenden Person herauszufinden, worum es ihr geht.

Motive und Gefühle herausfinden!

Die Streitschlichter/innen stellen Unterschiede und Gemeinsamkeiten heraus. Gemeinsame Interessen und positive Elemente werden hervorgehoben und gestärkt.

Die Streitschlichter/innen achten darauf, dass beide Konfliktparteien vornehmlich über sich selbst sprechen.

Abschließende Fragen:

„Wie geht es euch jetzt?“ „Seid ihr jetzt bereit, nach Lösungen zu suchen?“

07_Rollenspiel /Phase II

Die Gesamtgruppe wird in Vierergruppen aufgeteilt.
Die Gruppen erhalten folgenden Arbeitsauftrag und vorgefertigte Namensschilder zum Rollenspiel.

„Der Schal“

Es gibt eine/n Streitschlichter/in.
Eine Person ist Michael,
eine Person ist Nicci und
außerdem gibt es eine/n Beobachter/in.

Entscheidet, wer welche Rolle übernimmt und **lest euch die entsprechende Information** für eure Rolle durch.

Das Rollenspiel / die Streitschlichtung beinhaltet die Phase I (Einleitung der Streitschlichtung) und die Phase II (Konflikterhellung) und endet, bevor eine Lösung gefunden wird!!

Jede/r aus eurer Gruppe sollte einmal die Gelegenheit erhalten, sich als Streitschlichter/in auszuprobieren.

Im Anschluss treffen wir uns in der Gesamtgruppe wieder.
Ihr spielt dann das Rollenspiel noch einmal durch, wobei es euch überlassen ist, wer welche Rolle übernimmt.

Dazu erhalten die Gruppen folgende Rollenbeschreibungen:

Info für Michael:

Du warst nachmittags im Jugendtreff und hast an der Theke eine Tasche gefunden. In der Tasche war eine Musik-CD, die du haben wolltest. Da niemand in der Nähe war, hast du die CD herausgenommen und die Tasche wieder an die Theke gestellt. Später ist es dann doch noch herausgekommen, dass du der Dieb warst. Du hättest halt die CD nicht gleich herumzeigen sollen, du kanntest die Besitzerin der Tasche nicht. Du hast gehört, dass sie Ärger wegen des Diebstahls hatte und bist einverstanden zur Streitschlichtung zu gehen.

Info für die / den Streitschlichter/in:

Nicci und Michael kennen sich nicht näher.
Nicci wollte erst nicht zur Streitschlichtung, da sie sehr sauer ist wegen des Diebstahls.
Michael war mit der Streitschlichtung gleich einverstanden.

Info für Nicci:

An diesem Tag hast du deine Tasche an der Theke gelassen, und bist kurz zu deiner Freundin gegangen, die im Billardraum war. Als du deine Tasche später holen wolltest, war die CD nicht mehr drin.
Du dachtest zunächst, du hättest die Musik-CD in der Schule vergessen. Deshalb hast du bis zum anderen Tag gewartet und in deiner Klasse nachgeschaut.
Aber die CD war nicht zu finden.
Nachmittags im Jugendtreff hast du mitbekommen, wie Michael die CD rumreichte.
Du bist zu Frank, dem Sozialarbeiter gegangen und hast Michael des Diebstahls verdächtigt.
Frank rät dir, zu den StreitschlichterInnen des Jugendtreffs zu gehen.
Du willst eigentlich nicht zu den StreitschlichterInnen, weil Michael ganz klar ein Dieb ist.
Doch dann entscheidest du dich doch dazu.

Die Teamer/innen unterstützen die Kleingruppen und stehen bei Fragen und für weitere Anregungen zur Verfügung.
Im Anschluss spielen die Kleingruppen jeweils eine Schlichtung vor.
Es wird über die Erfahrungen im Rollenspiel während der Schlichtung gesprochen und gemeinsam reflektiert.

Material: Namensschilder, Rollenbeschreibungen

„Die Musik-CD“

Es gibt eine/n Streitschlichter/in.
Eine Person ist Michael,
eine Person ist Nicci und
außerdem gibt es eine/n Beobachter/in.

Entscheidet, wer welche Rolle übernimmt und **lest euch die entsprechende Information** für eure Rolle durch.

Das Rollenspiel / die Streitschlichtung beinhaltet die Phase I (Einleitung der Streitschlichtung) und die Phase II (Konflikterhellung) und endet, bevor eine Lösung gefunden wird!!

Jede/r aus eurer Gruppe sollte einmal die Gelegenheit erhalten, sich als Streitschlichter/in auszuprobieren.

Im Anschluss treffen wir uns in der Gesamtgruppe wieder.

Ihr spielt dann das Rollenspiel noch einmal durch, wobei es euch überlassen ist, wer welche Rolle übernimmt.

Info für Michael:

Du warst nachmittags im Jugendtreff und hast an der Theke eine Tasche gefunden.

In der Tasche war eine Musik-CD, die du haben wolltest. Da niemand in der Nähe war, hast du die CD herausgenommen und die Tasche wieder an die Theke gestellt. Später ist es dann doch noch herausgekommen, dass du der Dieb warst. Du hättest halt die CD nicht gleich herumzeigen sollen, du kanntest die Besitzerin der Tasche nicht. Du hast gehört, dass sie Ärger wegen des Diebstahls hatte und bist einverstanden zur Streitschlichtung zu gehen.

Info für die / den Streitschlichter/in:

Nicci und Michael kennen sich nicht näher.

Nicci wollte erst nicht zur Streitschlichtung, da sie sehr sauer ist wegen des Diebstahls.

Michael war mit der Streitschlichtung gleich einverstanden.

Info für Nicci:

An diesem Tag hast du deine Tasche an der Theke gelassen, und bist kurz zu deiner Freundin gegangen, die im Billardraum war. Als du deine Tasche später holen wolltest, war die CD nicht mehr drin.

Du dachtest zunächst, du hättest die Musik-CD in der Schule vergessen.

Deshalb hast du bis zum anderen Tag gewartet und in deiner Klasse nachgeschaut.

Aber die CD war nicht zu finden.

Nachmittags im Jugendtreff hast du mitbekommen, wie Michael die CD rumreichte.

Du bist zu Frank, dem Sozialarbeiter gegangen und hast Michael des Diebstahls verdächtigt.

Frank rät dir, zu den StreitschlichterInnen des Jugendtreffs zu gehen.

Du willst eigentlich nicht zu den StreitschlichterInnen, weil Michael ganz klar ein Dieb ist.

Doch dann entscheidest du dich doch dazu.

08_Puzzleübung

Die Gruppe wird in Fünfergruppen aufgeteilt: übriggebliebene Teilnehmer/innen haben Beobachterstatus und verteilen sich auf die Gruppen. Jede Gruppe setzt sich an einen Tisch, auf dem fünf Umschläge jeweils mit verschiedenen Einzelteilen von Quadraten liegen. Die Aufgabe ist, fünf gleich große Quadrate herzustellen. Die Gruppe ist erst dann fertig, wenn jedes Mitglied ein vollständiges Quadrat vor sich liegen hat. Beobachter/innen haben die Aufgabe, auf die Einhaltung der Regeln und auf die Reaktionen der Beteiligten zu achten – dazu können sie Notizen machen.

Es gelten folgende Regeln:

- 1. Niemand darf sprechen*
- 2. Niemand darf um ein Teil bitten oder sonst wie signalisieren, dass sie/er ein bestimmtes Teil braucht.*
- 3. Niemand darf direkt in die Figur einer/eines anderen eingreifen – aber Teile dürfen in die Mitte des Tisches gelegt oder weitergegeben werden.*
- 4. Jede/r darf Teile von der Mitte des Tisches nehmen, jedoch dürfen die Teile nicht in der Mitte zusammengefügt werden.*

Auswertung: Auf die Übung bezogen: Es soll vor allem die Effektivität der Zusammenarbeit in der Gruppe ausgewertet werden. Die Beobachter/innen sollen zuerst nach ihren Eindrücken gefragt werden.

Dann erzählen die Gruppenmitglieder, wie sie die Übung erlebten.

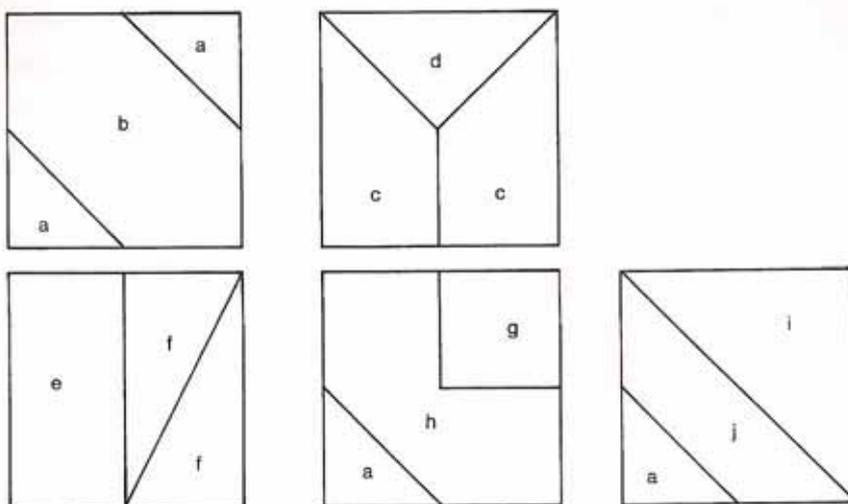
Fragen Sie: Was machte Spaß, was war schwierig? Haben alle Gruppenmitglieder gleichberechtigt zusammengearbeitet? Falls einzelne dominierten: warum, wie ging es den anderen dabei?

Wie kann man jemandem helfen, ohne gleich die Aufgabe für ihn zu erledigen?

Variationen: Sie können den Beobachtenden schriftliche Beobachtungsaufgaben geben.

Vorbereitung:

5 Quadrate werden nach den folgenden Zeichnungen beschriftet und auseinandergeschnitten. Die Quadrate bzw. Sechsecke haben einen Durchmesser von 15 cm und müssen sehr genau ausgeschnitten werden.



Die Einzelteile werden folgendermaßen in die Umschläge gelegt:

Umschlag A enthält folgende Teile: i, h, e

Umschlag B enthält folgende Teile: a, a, a, c

Umschlag C enthält folgende Teile: a, j

Umschlag D enthält folgende Teile: d, f

Umschlag E enthält folgende Teile: g, b, f, c

Material: Umschläge mit vorbereiteten Quadraten

09_Feedback

Feedback von den Teilnehmer/innen über Karteikarten:

Wie hat es mir heute gefallen?

Was wünsche ich mir für die nächsten Treffen?

Was fehlt mir noch?

Feedback von den Teamer/innen an die Gruppe und an einzelne.

Wie hat es mir heute gefallen?

Was wünsche ich mir von der Gruppe?

Eine Feedbackrunde kann auch mit Postkarten gestaltet werden, die vorher auf dem Boden verteilt wurden. Die Teilnehmer/innen wählen sich eine Karte aus und erzählen, wie es ihnen zum Ende dieses Tages geht, was ihnen gut / nicht gut gefallen hat, was sie mit nach Hause nehmen....

Material: Karteikarten oder Postkarten