

Übung

Mein Gegenstand erzählt

Stiftung SPI

Kurzbeschreibung/Thema der Übung: Einstieg in das Thema Kindheit und Jugend

Zielsetzung: Die Teilnehmenden erinnern sich über eine Imaginationsübung an die Gedanken und Gefühle in ihrer Kindheit und Jugend. Sie schreiben Texte, die im Anschluss einen Austausch über Gemeinsamkeiten und Unterschiede, über individuelle und kollektive Erfahrungen ermöglichen.



INFOBOX

METHODENTYP

Imaginationsübung
und kreative
Schreibübung

GRUPPENGROSSE

unbegrenzt

GEEIGNET FÜR

Jugendliche, ab 14
Jahren und
Erwachsene

ZEITBEDARF

min. 2 Stunden

RAUMBEDARF

Tische und Stühle

MATERIALBEDARF

Schreibmaterial und
Gegenstände der TN

LINK/QUELLE

Projekt
„Erzählt & Zugehört!“

Übungsbeschreibung

Vorbereitung

Die Teilnehmenden werden vorab gebeten, einen Gegenstand aus ihrer Kindheit oder Jugend mitzubringen, der ihnen etwas bedeutet (hat).

Durchführung

1. Einstieg (20 min)

Leise Musik wird gespielt und eine Kerze angemacht. Die Teilnehmer:innen setzen sich ihrem Gegenstand gegenüber, blicken ihn an und treten in einen Dialog mit ihm. Die Teamer:innen können den Dialog so anleiten:

Setz dich aufrecht hin. Du kannst dich auch hinlegen, wenn du magst.
Atme tief ein und aus und betrachte den Gegenstand von allen Seiten.
Falls du keinen Gegenstand mitgebracht hast, dann stell dir den Gegenstand vor.
Wenn du willst, kannst du ihn drehen, und wenn du magst, kannst du die Augen schließen. Versetz dich gedanklich in die Zeit, aus der dieser Gegenstand stammt.

Was erzählt er dir? Ihr müsst jetzt gar nichts tun, einfach nur zuhören!
Wenn unangenehme Dinge hochkommen, dann betrachte sie in Ruhe, bewerte sie nicht und lass sie einfach vorbeiziehen.

Vielleicht sagt er z. B. „Weißt du noch, damals als wir uns kennengelernt haben?“ Lass deinen Gegenstand erzählen. Hör zu, was er dir sagt.

Du kannst ihm auch die folgenden Fragen stellen:

Seit wann kennst du mich?
Wo und wie sind wir uns begegnet?
Hast du dich gefreut mich zu sehen?
Was haben wir alles zusammen erlebt?
Was davon war schön und was nicht so schön?



An was erinnerst du dich besonders?
Welche Beziehung hatten wir zueinander?
Was hat dir unsere Beziehung gegeben?
Was hättest du mit mir noch gerne erlebt, was damals nicht möglich war?
Welche Veränderung hast du an mir beobachtet?
Was vermisst du heute?

Verabschiede dich nun langsam von deinem Gegenstand.
Danke ihm für das Gespräch und seine Erinnerungen.
Komme langsam wieder im Raum an. Registriere die Geräusche um dich herum.
Wenn du willst, kannst du dich recken und strecken, die Hand- und Fußgelenke kreisen. Wenn du bereit bist, kannst du die Augen wieder öffnen.

2. Schreibphase in Einzelarbeit (30 min):

Die Teamer:innen laden die Teilnehmenden ein aufzuschreiben, was der Gegenstand erzählt hat, und zwar aus seiner Perspektive und in der Ich-Form. Später werden alle Geschichten vorgelesen.

3. Erzählphase im Plenum ohne Feedback (35 min):

Jede:r liest den eigenen Text vor. Die anderen hören nur zu und applaudieren.

4. Auswertung (40 min):

Im Anschluss spricht die Gruppe über die Texte und über die Schreib- und Zuhör-Erfahrung. Leitfragen können sein:

Was ist euch aufgefallen?
Welche Gemeinsamkeiten habt ihr gehört? Gibt es geteilte Erfahrungen?
Wie geht es dir mit der Erinnerung? Welche Gefühle hat es in die ausgelöst?
Würde der Gegenstand heute die gleiche Geschichte erzählen? Was wäre an der Erzählung anders?
Welche Rolle spielt die Generation, der ihr angehört?
Was ist DDR-spezifisch an den Erzählungen, was gibt es heute nicht mehr?
Würdest du dir wünschen, dass diese Erinnerung heute präsenter wäre?
Wie könnte die Erinnerung präsenter werden? Was braucht es dazu?
Wo fehlt es an Erinnerung?
Welche Dinge sollten mehr erinnert werden?
Welchen Unterschied macht es, die eigene Erinnerung kollektiven und zeithistorischen Zusammenhang zu bringen?
Wie unterscheiden sich Kindheit, Jugend und Familie heute von euren Erinnerungen?

Hinweise zur Durchführung

Häufig bestehen bei einzelnen Teilnehmenden Vorbehalte und Hemmungen gegenüber dem Schreiben. Viele Menschen sind davon überzeugt, nicht schreiben zu können. Die Einfühlungsphase kann dazu beitragen, diese Hemmungen zu überwinden. Wichtig ist in allen Phasen, dass jeder Schritt freiwillig erfolgt und die Teilnehmenden jederzeit aussteigen können, also nur wer möchte, schließt die Augen, liest vor etc.

