

Übung

Woher ich komme – Wurzeln & Weltanschauungen

Stiftung SPI

Thema/Kurzbeschreibung: Die Teilnehmenden ergänzen Satzanfänge zu zentralen Begriffen wie Politik, Gesellschaft, Religion und tauschen sich darüber aus, was ihre Weltanschauung geprägt hat.

Zielsetzung: Den Ursprüngen der eigenen Haltungen auf die Spur kommen und ein Verständnis für die Prägungen anderer gewinnen.



Übungsbeschreibung

INFOBOX

METHODENTYP

Reflexions- und Zeichenübung

GRUPPENGROSSE

Mindestens 4 Personen

GEEIGNET FÜR

Erwachsene

ZEITBEDARF

90-120 Minuten

RAUMBEDARF

Platz zum Schreiben

MATERIALBEDARF

Arbeitsblätter und Stifte

LINK/QUELLE

Projekt Erzählt & Zugehört

Vorbereitung

Pro Person werden ein Arbeitsblatt mit Satzanfängen und eine Baum-Zeichnung mitgebracht.

Durchführung (80 min)

1. Einzelarbeit (30 min)

Jede Person erhält ein Arbeitsblatt mit drei Spalten. Die Übung kann so angeleitet werden: „Im Laufe unserer Lebensgeschichte sind wir durch unsere Eltern, Lehrer:innen u.a. mit verschiedenen Weltanschauungen in Kontakt gekommen. Auch wenn wir viele davon abgelegt haben, sind einige noch in uns wirksam. Mit dieser Übung wollen wir ihnen auf die Spur kommen.“

Die Teilnehmenden ergänzen zunächst die Satzanfänge in der ersten Spalte. Sie sollten spontan schreiben, ohne lange nachzudenken. Es gibt kein Richtig und Falsch. Dann ergänzen sie in der zweiten Spalte: Wo kommt dieser Satz her? Wo habe ich ihn zum ersten Mal gehört? Wer hat ihn mir gesagt? Als dritten Schritt ergänzen sie in der dritten Spalte: Welche Gefühle tauchen auf?

2. Austausch in Kleingruppen (30 min)

Die Teilnehmenden setzen sich nun zusammen. Sie werden aufgefordert, sich über einige der Satzanfänge und ihre Ergänzungen auszutauschen.

Es können Leitfragen für den Austausch mitgegeben oder visualisiert werden:

- Fallen euch Begebenheiten zu diesen Sätzen ein?
- Wurden sie von bestimmten Personen gesagt?
- Von welchen Aussagen habt ihr euch bewusst abgegrenzt?
- Sagen die Aussprüche etwas über eine bestimmte Schicht oder Altersgruppe aus?

3. Visualisierung: Mein Lebensbaum (20 min)



Die TN erhalten je eine Kopie „Lebensbaum“. Sie füllen ihren Lebensbaum in Einzelarbeit aus, notieren also einzelne Werte auf dem Bild. Folgende Fragen können dabei unterstützen:

Wurzeln:

- Woher komme ich?
- Was wurde mir mitgegeben?
- Welche Ereignisse haben einen großen Eindruck hinterlassen?

Stamm:

- Welche Überzeugungen und Wertvorstellungen habe ich mitbekommen?

Äste:

- Was habe ich davon in meinem Leben behalten und was nicht?
- Was hat sich bewährt?
- Was will ich weitergeben?

Auswertung (20 min)

Die Auswertung findet im Plenum statt. Es ist hilfreich, sich auf die stärkenden, positiven Aspekte zu konzentrieren.

Hinweise zur Durchführung

Erfahrungsgemäß fällt es einigen Teilnehmenden schwer, spontan Assoziationen zu notieren. Die Leitung sollte sie daher immer wieder ermuntern, nicht zu lange nachzudenken, sondern aufzuschreiben, was ihnen als erstes einfällt. Warum das gerade diese Gedanken sind, wird im Anschluss diskutiert.

Nicht geeignet für...

Personen, die sich in einer akuten Krise befinden und nicht zu tief in die Vergangenheit und eventuelle Konflikte einsteigen möchten.

Varianten und Erweiterungen

Der zweite Teil der Übung (Lebensbaum) kann auch weggelassen oder zu Hause erarbeitet werden.

Kopiervorlage

Arbeitsblätter „Satzanfänge“ und „Lebensbaum“

