

Kleingruppen

Zeit hängt von der Aufgabe ab; 3-15 Leute pro Gruppe.



Es gibt viele Gründe, in Kleingruppen zu gehen. Große Gruppen werden manchmal von wenigen Menschen oder wenigen Ideen dominiert, was die Kreativität und Teilnahme der anderen hemmt. Im Gegensatz dazu geben Kleingruppen für jede_n die Zeit zu sprechen und sich involviert zu fühlen und schüchtern sehr viel weniger ein. Dies kann die Dynamik im Raum erhöhen, weil mehr Menschen aktiv beteiligt sind. Es kann auch ermöglichen, über emotional aufgeladene Themen zu reden, was in der Großgruppe vielleicht sehr schwer wäre. Und Kleingruppen sind effizienter - viele Themen können in einer Kleingruppe viel besser besprochen werden, zum Beispiel das Layout eines Rundbriefs. Des Weiteren könnte jede Kleingruppe an einem anderen Thema arbeiten, so dass mehrere Themen gleichzeitig behandelt würden.

Denke über die Art der Gruppe nach, die gebraucht wird: eine zufällige Gruppe (zum Beispiel abzählen, nach Hosenfarbe usw.) oder eine Gruppe mit bestimmten Erfahrungen, oder Fähigkeiten, oder eine Gruppe, die auf das Thema Lust hat? Erkläre klar, was du die Gruppen bittest zu tun. Schreibe die Fragen oder Themen vorher auf Flipchart-Papier oder eine Tafel. Wenn du willst, dass die Kleingruppe in der Gesamtgruppe Feedback gibt, ist es wichtig, dass du klar sagst, was für ein Feedback aus den Kleingruppen du dir wünschst. Es kann hilfreich sein daran zu erinnern, dass dafür jemand aus der Kleingruppe bereit sein muss, um Rückmeldung zu geben. Manchmal ist es notwendig, alles was besprochen wurde zu hören, oft ist das auch nicht notwendig. Ermuntere die Leute, die die Rückmeldung geben, präzise und kurz zu sein. Du kannst ggf. ein Zeitlimit setzen oder die Gruppe bitten nur die wichtigsten Punkte zurück zu melden.

Sich in Paaren zuhören

5 - 15 Minuten; 2 Leute pro Gruppe.

Diese Methode eröffnet einen Raum, in dem jede einzelne Person gehört wird, und ermöglicht es jede_r/m Einzelnen, eigene Gedanken oder Gefühle zu erkunden und zu formulieren ohne unterbrochen zu werden. Diese Methode kann hilfreich sein, um Konflikte ans Licht zu bringen und zu lösen oder um es Leuten vor einer Großgruppendifkussion zu ermöglichen, ihre Gedanken zu sammeln und zu sortieren. Sich in Zweier-Paaren zu zuhören ist auch eine gute Möglichkeit, um die Fähigkeit des aktiven Zuhörens zu üben.

Teile die Gruppe in Zweier-Pärchen auf.

Eine Person redet, eine hört zu. Die redende Person teilt ihre Gedanken oder Gefühle über das vorgegebene Thema mit.

Ermuntere die redende Person direkt zu sagen, was ihr in den Sinn kommt, ohne zu analysieren oder sich zurückzuhalten.

Das erscheint zunächst schwierig - du kannst es dir wie einen inneren Monolog vorstellen, der laut ausgesprochen wird.

Die Rolle des/der Zuhörer_in ist es; die volle Aufmerksamkeit zu geben ohne zu unterbrechen, nachzufragen oder kommentieren. Die zuhörende Person kann durch Augenkontakt, unterstützende Geräusche, Kopfnicken, Lächeln und andere Körpersprache eine aufmerksame und unterstützende Atmosphäre schaffen. Wenn die denkende Person ins Stocken kommt, kann die zuhörende mit neutralen Fragen wie „Warum denkst du das? Wie fühlt sich das für dich an?“ unterstützen. Nach einer vorher gesetzten Zeit tauschen die beiden die Rollen (ein bis vier

Minuten sind in der Regel genug). Diese

Übung kann mit einer Runde abgeschlossen werden, in der jede_r die Rolle seiner Partner_in zusammenfasst.

