

3.2.3 Methoden für aktivierende Sitzungen

Die Sitzungsleitung sollte sich vor einem Treffen Gedanken darüber machen, wie die Sitzung gestaltet ist. Eine sehr verbreitete Option besteht darin, dass es eine Tagesordnung gibt und diese dann Punkt für Punkt abgearbeitet wird. Wer etwas sagen will, meldet sich für die Redeliste. Damit sich möglichst alle als wichtiger Bestandteil eures Treffens fühlen und die ganze Zeit motiviert sind, empfiehlt es sich, verschiedene Methoden für unterschiedliche Tagesordnungspunkte einzusetzen. Wichtig ist es, dass ihr insgesamt die Balance zwischen Spaß, Effektivität und der Beteiligung aller Schüler_innen haltet. Ihr findet hier eine Auswahl an beliebten Methoden. Darüber hinaus gibt es aber noch viele mehr.



Ruherituale

Es gibt Gruppen, denen dabei geholfen werden muss, ruhig zu werden. Dafür können Ruherituale eingeführt werden. Nach dem Ritual soll Ruhe einkehren.

Möglich sind:

- eine Klangschale,
- gemeinsames Klatschen eines festgelegten und eingeübten Rhythmus. Am Ende sind dann alle still. Alle, die bei Beginn noch sprechen, sind eingeladen, in den Rhythmus einzusteigen – bis alle mitmachen,
- Heben der Hand. Alle, die die Hand heben, zeigen damit, dass sie nicht mehr sprechen. Irgendwann sind sämtliche Hände gehoben und es kann weitergemacht werden,
- Summen, bis alle still sind: Eine Person fängt an, zu summen. Die anderen stimmen mit ein, solange, bis alle summen und niemand mehr spricht. Dann kann es entspannt losgehen.



Ampelkarten (5 – 15 Minuten)

Die Methode eignet sich gut für große Gruppen und macht schnell Stimmungen in einer Gruppe sichtbar. Jede_r aus der Gruppe erhält eine grüne, gelbe und rote Moderationskarte. Die Moderation stellt eine Frage und die Teilnehmenden legen mit den Karten ihre Antwort. Grün bedeutet: „Ja oder sehr“. Gelb bedeutet: „Mittel, unklar oder unentschieden“ und rot: „Nein oder nicht“. Beispiel: „Ich konnte heute gut meine Ideen einbringen.“ Nun legen die Teilnehmenden ihre Karte vor sich hin. Die Moderation kann dann gezielt Schüler_innen ansprechen, die eine bestimmte Kartenfarbe gelegt haben.



Blitzlicht (5 – 15 Minuten)

Beim Blitzlicht wird eine Frage gestellt, die alle der Reihe nach sehr kurz beantworten sollen, z. B.: „Wie geht's dir gerade?“ Reihum sagen alle dann einen Satz mit maximal einem „und“, z. B.: „Ich habe gute Laune und bin etwas müde.“



Daumenfeedback (2 – 3 Minuten)

Beim Daumenfeedback wird eine Frage in den Raum gestellt, die durch alle Teilnehmenden mit ihrem Daumen beantwortet wird. Der Daumen kann hoch, in die Mitte oder nach unten zeigen. Abstufungen dazwischen sind auch möglich. Wird z. B. die Frage gestellt: „Wie zufrieden seid ihr mit den Ergebnissen der heutigen SV-Sitzung?“, zeigen alle gleichzeitig ihren Daumen vor. So lässt sich leicht schnell einschätzen, wie eine Gruppe zu einer Frage steht. Das Daumenfeedback kann auch eingesetzt werden, um während Diskussionen eine Zwischenstimmung zu erfahren, oder aber am Ende von Seminaren, indem mehrere Fragen zur Auswertung hintereinander gestellt werden. Gegebenenfalls kann auch gefragt werden, ob jemand Lust hat zu begründen, warum der Daumen so oder so zeigt.

Fishbowl (25 – 35 Minuten)

Der Fishbowl ist eine Möglichkeit, sehr effektiv eine Diskussion in einer großen Gruppe zu führen. Dabei diskutieren nur wenige, gleichzeitig können sich aber alle einbringen. Dazu werden mit Stühlen ein Innen- und ein Außenkreis gebildet. Der Innenkreis sollte max. fünf Stühle enthalten. Der Außenkreis kann bis zu 30 Stühle aufweisen. Im Innenkreis wird die Diskussion geführt. Der Außenkreis hört zu und unterstützt damit die Diskussion. Zu Beginn setzen sich Freiwillige in die Mitte und lassen dabei einen Stuhl frei. Dann wird in der Mitte begonnen, über eine vorgegebene Frage zu diskutieren. Hat jemand aus dem Außenkreis Lust mitzudiskutieren, so setzt er_sie sich auf den leeren Platz in der Mitte. Das bedeutet, dass jemand anderes aus der Mitte den Kreis verlassen muss und sich nach außen setzt. Die neue Person steigt dann einfach in die Diskussion ein. Ein Stuhl muss in der Mitte immer freibleiben, sodass Interessierte stets hineinwechseln können. Natürlich ist es auch möglich, freiwillig wieder nach außen zu gehen.



Kartenabfrage und Clustern (5 – 15 Minuten)

Bei einer Kartenabfrage bekommt eine Gruppe oder ein_e einzelne_r Schüler_in eine oder mehrere Moderationskarten. Zu einer vorgegebenen Frage sollen Antworten auf die Karten geschrieben werden. Wichtig ist es, dass nur ein Gedanke auf eine Karte geschrieben wird, also maximal sieben Worte auf drei Zeilen und lieber kurze Halbsätze als Schlagworte. Danach können die Karten sortiert und Gleiches oder Ähnliches zusammengebracht werden, sodass eine übersichtliche Zusammenfassung aller Ideen entsteht. Das wird Clustern genannt. Beispiel: Eine Gruppe von 20 Schüler_innen wird in vier kleine Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe erhält drei Moderationskarten. Die zu beantwortende Frage lautet: „Welche Ideen für SV-Projekte habt ihr?“ Ihr erhaltet aus den Gruppen insgesamt zwölf Vorschläge. Da vermutlich einiges doppelt genannt wird, habt ihr nach dem Clustern sechs bis zehn Vorschläge für die Weiterarbeit.



Kleingruppen (15 – 35 Minuten)

Kleingruppen haben den großen Vorteil, dass sich viel mehr Teilnehmende aktiv in die Diskussion einbringen können. Sie können aus drei bis sechs Personen bestehen. Die Kleingruppen können unterschiedliche Aufgaben bearbeiten oder aber auch dieselbe. Wichtig ist, dass sie einen sehr klaren, am besten schriftlichen Arbeitsauftrag bekommen. Eine Kleingruppe sollte mindestens 15, besser 20 Minuten arbeiten können. Die Ergebnisse werden nach der Kleingruppenphase kurz und knackig präsentiert. Beispiel: „Diskutiert, welche Ziele die SV nächstes Schuljahr verfolgen soll. Macht drei Vorschläge und bereitet euch darauf vor, sie in der großen Gruppe kurz vorzustellen. Ihr habt dafür 20 Minuten Zeit.“



Meinungsbarometer (10 – 25 Minuten)

Dafür wird eine Linie durch den Raum mit Kreppband geklebt. Am einen Ende wird ein A4-Zettel mit „100 % / Ja“ ausgelegt, am anderen Ende ein A4-Zettel mit „0 % / Nein“ und in die Mitte ein Zettel mit „50 %“. Dazwischen könnt ihr weitere Zettel mit „10 %“, „20 %“ usw. legen. Nun wird eine Aussage oder Frage vorgelesen, die man zustimmen oder die man ablehnen kann. Sie sollten für alle sichtbar aufgeschrieben sein. Je nachdem, wie sehr man der Aussage nun zustimmt, stellt man sich entlang der Linie auf. Die Moderation kann dann einzelne Personen dazu befragen, warum sie jeweils dort stehen, wo sie stehen. Nacheinander können so mehrere Fragen bearbeitet werden. Da langes Stehen anstrengt, solltet ihr max. fünf Fragen stellen. Beispiel: „Ich glaube, dass an unserer Schule alle Schüler_innen gut über ihre Rechte informiert sind.“



Murmelgruppen (2 – 3 Minuten)

Murmelgruppen bieten eine kleine „Auszeit“ vom Sprechen in der großen Gruppe. Dafür dreht man sich zu einem oder zwei Sitznachbar_innen um und „murmelt“ in der eigenen Minigruppe über das aktuelle Thema, das diskutiert wird. Murmelgruppen können sehr gut eingesetzt werden, bevor in einer Runde etwas abgefragt wird, weil durch die zusätzliche Zeit, sich auszutauschen, meist mehr Ideen in der Gruppe zu besprechen sind und Sicherheit entsteht.





Punktabfrage (10 Minuten)

Durch eine Punktabfrage wird die Stimmung in einer Gruppe abgefragt. Dabei erhalten alle Teilnehmenden z. B. drei Klebepunkte und können diese auf unterschiedliche Möglichkeiten, die zur Auswahl stehen, verteilen. Gibt es z. B. fünf Möglichkeiten, so können die Punkte wie folgt verteilt werden: alle drei auf eine Möglichkeit, zwei auf eine und eine auf eine andere oder aber alle drei Punkte auf unterschiedliche Möglichkeiten. Wenn das alle getan haben, werden die Punkte zusammengezählt und es lässt sich leicht erkennen, welche Möglichkeit gerade die größte Zustimmung erfährt.



Redekarussell (20 Minuten)

Beim Karussell stehen sich ein Innen- und ein Außenkreis an Personen gegenüber. Im Innen- und im Außenkreis muss die gleiche Anzahl von Personen vorhanden sein, sodass jede_r ein_e Partner_in hat. Nun wird eine Frage gestellt, die jeweils von den beiden Partner_innen besprochen wird. Dafür können ein bis zwei Minuten Zeit gegeben werden. Danach dreht sich ein Kreis um eine Position, sodass jede_r jetzt vor jemand anderem steht. Nun sprechen die neuen Paare zu einer neuen Frage miteinander. Das kann 5- bis 8-mal wiederholt werden, bis möglichst viele miteinander gesprochen haben. Aufeinanderfolgende Fragen könnten z. B. sein: „Was bedeutet SV-Arbeit für mich?“, „Was wäre der größte Erfolg für unsere SV-Arbeit?“, „Welche Ideen für SV-Projekte hast du?“, „Was kannst du gut, was uns helfen könnte?“



World Café (35 – 60 Minuten)

In einem Raum werden unterschiedliche Tischgruppen aufgestellt, z. B. vier Tische mit jeweils vier bis sechs Stühlen drum herum. Auf jeden Tisch wird ein leeres Plakat mit einer Frage und dicken Stiften gelegt. An jeden Tisch setzt sich eine gastgebende Person, die die Tischarbeit begleitet. Alle Teilnehmer_innen können sich nun an einen Tisch ihrer Wahl setzen. Alles, was gesagt wird und wichtig erscheint, wird auf dem Poster des Tisches notiert – also all eure Ideen, Gedanken und Meinungen zu dem Thema. Nach einiger Zeit kann ein Signal ertönen, als Zeichen den Tisch zu wechseln. Das Geräusch kann später wiederholt werden. Es besteht aber kein Zwang zu wechseln. Nach ca. 25 – 45 Minuten wird die Arbeit beendet. Es schließt sich eine Lesephase an, in der alle lesen können, was in der Zwischenzeit aufgeschrieben wurde, als sie sich an einem anderen Tisch befunden haben. Einzelne Plakate können in der großen Gruppe noch einmal kurz besprochen und dann damit weitergearbeitet werden. Beispiele für Fragen: „Welche neuen Ideen für Projekte habt ihr?“, „Was stört euch gerade an der Schule?“, „Was gefällt euch besonders gut an der Schule?“, „Was für Ideen habt ihr, wie wir uns besser kennenlernen können?“