



Weitere Bildungsaktivitäten

In diesem Abschnitt stellen wir verschiedene Aktivitäten vor, die Sie im Anschluss ans Spielen der Simulation einsetzen können. Diese müssen nicht direkt nach der Simulation durchgeführt werden. Sie können sie auch zu einem späteren Zeitpunkt einsetzen, wenn Sie die Erfahrungen mit den Schüler*innen weiter bearbeiten und ihr Wissen zu Nachhaltigkeit vertiefen möchten.

Die hier zusammengestellten Aktivitäten fördern die Kommunikation und Zusammenarbeit in der Gruppe. Die Aktivitäten sind nach Bereichen unterteilt: Förderung von emotionaler Intelligenz, von Zusammenarbeit, von Verantwortung und von ökologischem Denken.

Aktivitäten zur Förderung der emotionalen Intelligenz

Die folgenden Übungen helfen dabei, Jugendliche beim Ausdrücken ihrer Emotionen und in der Entwicklung von Empathie zu fördern. Sie helfen ihnen, Beziehungen aufzubauen, sich aufeinander einzustellen, Emotionen zu erkennen und einzuordnen. Je mehr Menschen in einer Gruppe von sich preisgeben und je mehr persönliche Informationen sie über andere erfahren, desto freundlicher und sicherer wird die Gemeinschaft insgesamt. Um sich für Nachhaltigkeit zu engagieren, ist es notwendig, sich in der eigenen Gemeinschaft wohl zu fühlen und positive Gefühle dieser gegenüber zu haben. So tritt die Gemeinsamkeit in den Vordergrund. Wichtige Voraussetzung dafür ist die Schaffung eines sicheren Umfelds, in dem sowohl individuelle als auch gemeinsame Ziele erreicht werden können.

1



Co-funded by
the European Union

*Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen der Autor*innen und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der OeAD-GmbH wider. Weder die Europäische Union noch die OeAD-GmbH können dafür verantwortlich gemacht werden.*

Auszug: Toolkit für Pädagog*innen: Materialien rund um den Einsatz der Up to You! Simulation und zur Vermittlung der Sustainable Development Goals (SDGs)



1. Das Gefühlsthermometer

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Individuelle Übung, kann auch online gespielt werden (Google Jamboard, Padlet, Miro).

Dauer: Weniger als 5 Minuten

Material: Tafel, Stifte, Post-its

Anleitung:

- Zeichnen Sie ein Thermometer mit einer Skala von 0-10 Grad an die Tafel. Der höchste Wert zeigt die positivste Stimmung, der niedrigste die negativste Stimmung.
- Zu Beginn sollen die Teilnehmer*innen mit einem Zeichen oder ihren Initialen markieren, wo sie sich auf dem Gefühlsthermometer sehen. Die Teilnehmer*innen können auch auf Post-its eigene Zeichnungen skizzieren oder ihren Namen schreiben und diese auf den Gefühlsthermometer kleben.
- Wer möchte, kann kurz erklären, warum er*sie sich dort sieht.
- Am Ende der gemeinsamen Einheit wiederholen Sie die Übung: Hat sich etwas auf dem Gefühlsthermometer verändert? Wo würden sich die Jugendlichen jetzt verorten?

2. Die emotionale Leiter

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Gruppenübung, kann auch online gespielt werden.

Dauer: 15-20 Minuten

Material: Papier, Stifte



Anleitung:

- Bilden Sie Gruppen.
- Jede Gruppe bekommt ein Grundgefühl (Freude, Traurigkeit, Wut, Überraschung, Angst).
- Die Gruppen schreiben Synonyme für das Gefühl auf und bringen diese dann in eine Reihenfolge (auf einer Leiter): Welches ist das mildeste? Was das stärkste?
- Die Gruppen erklären sich dann gegenseitig, wo diese Gefühle auf der Leiter stehen.
- Die Gruppen können anschließend Portraits für ihr Gefühl zeichnen.

3. Emotionales Summieren

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Gruppenübung

Dauer: 5-8 Minuten

Material: Nicht erforderlich

Anleitung:

- Sie stehen mit den Teilnehmer*innen im Kreis.
- Jede*r Teilnehmer*in denkt sich eine einfache Ein-Satz-Situation aus, die eine Alltagssituation beschreibt. Es ist wichtig, eine Situation zu wählen, in die jede erdenkliche Figur verwickelt sein könnte (z. B. neuer Schüler*innen am Morgen des ersten Schultages, Wettkämpfer*in verliert den letzten Wettkampf nach einem Jahr harten Trainings, X ertappt seinen besten Freund bei einer Lüge, Y verirrt sich in der Stadt usw.).
- Jemand stellt sich in die Mitte des Kreises und erklärt die Situation. Die anderen treten nacheinander in den Kreis und nennen durch Berühren der Schultern jeweils eine Emotion, die der Figur in der Situation durch den Kopf gehen könnte (Aufregung, Angst, Erleichterung, Wut usw.).



Wenn den Teilnehmer*innen keine bestimmte Emotion einfällt, können sie in einem typischen Satz ausdrücken, was die Figur denken könnte, damit sie die Emotion besser identifizieren können. Auf diese Weise können die verschiedenen Emotionen/Gedanken gesammelt werden, die in einer Situation auftreten können.

- Nicht jede*r muss sich äußern. Es ist wichtig, dass es eine freiwillige Entscheidung ist in den Kreis einzutreten.
- Wenn keine weiteren Personen mehr in den Kreis kommen, sollen sich alle wieder in den Ausgangskreis stellen und die nächste Runde kann mit der Beschreibung einer neuen Situation beginnen.
- Spielen Sie nicht mehr als 5 oder 6 Runden am Stück.
- Wenn es für die Teilnehmer*innen schwierig ist, sich Situationen auszudenken, kann der*die Moderator*in Szenen vorbereiten.

4. Gefühlskarten

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Übung für die ganze Gruppe, Kleingruppen, Paare und Einzelpersonen, kann auch online gespielt werden.

Dauer: 5-6 Minuten bis zu einer ganzen Unterrichtsstunde.

Material: Gefühlskarten

Anleitung:

- Alle Anwesenden wählen eine Gefühlskarte, die Ihren aktuellen Gefühlszustand repräsentiert. Es ist wichtig, dass Sie Teil der Aktivität sind und als Moderator*in auch eine Karte wählen.
- Die einfachste Version der Übung besteht darin, dass jede*r Teilnehmer*in in ein paar Sätzen erklärt, warum sie*er diese Karte gewählt hat.



- Eine andere Variante: Lassen Sie die Teilnehmer*innen zu zweit eine Gefühlskarte wählen. Bitten Sie sie, ihren jeweiligen Partner*innen von einer Zeit in ihrem eigenen Leben zu erzählen, in der sie das auf der Karte abgebildete Gefühl empfunden haben.
- In kleinen Gruppen können Sie die Gefühlskarten auch verwenden, um Geschichten zu erfinden. Geben Sie den Gruppen 2-4 Emotionen vor, zu denen sie sich eine interessante Geschichte ausdenken und den anderen präsentieren können.
- Sie können die Karten auch als ganze Gruppe verwenden, um über Gefühle zu diskutieren. Sie können die Diskussion mit zwei kontrastierenden Karten beginnen. Wann hat sich Traurigkeit in Erleichterung verwandelt? Was war dafür notwendig?

5. Der Körper und die Gefühle

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Kleingruppenübung, kann auch online gespielt werden.

Dauer: 25-35 Minuten

Material: Papier, Stifte der Kreide, Flipchart-Papier oder Backpapier

Anleitung:

- Bilden Sie kleine Gruppen von 3-5 Personen.
- Sammeln Sie verbale Ausdrücke, die die körperlichen Symptome von Emotionen beschreiben. Erklären Sie genau, auf welche Emotion sie sich beziehen (z. B. Magenkrämpfe - Angst, Rückenschmerzen - Frustration).
- Lassen Sie jede Gruppe eine menschliche Figur auf großes Packpapier zeichnen. Die Gruppen geben auf der Zeichnung an, wo die gesammelten Emotionen im Körper zu spüren sind und welche Körperteile von der Emotion betroffen sind.
- Die Gruppen können sich gegenseitig die Zeichnungen zeigen. Weisen Sie darauf hin, dass nicht jede*r Emotionen auf die gleiche Art und Weise empfindet.



6. Emotionale Musik - Emotionen in der Musik

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Übung in der ganzen Gruppe, in Kleingruppen oder Einzelpersonen

Dauer: 15-30 Minuten

Material: Videoclips, Player, Projektor, Zubehör für die Präsentation, Lautsprecher

Anleitung:

- Zeigen Sie der Gruppe eine emotionale Filmszene mit stummgeschalteter Musik (z. B. eine Szene aus "Romeo und Julia").
- Wenn die Zeit knapp ist oder die Gruppe nicht sehr aktiv ist, kann der*die Moderator*in Musik, die verschiedene Stimmungen ausdrückt, vorspielen. Diskutieren Sie: Welche Musik das ausdrückt, was die Filmszene darstellt. Was die Musik hinzufügt. Was fehlt. Welche Musik passt am besten zu der Szene?
- Wenn Sie der Aktivität mehr Zeit widmen und den Teilnehmer*innen mehr Gruppenarbeit anbieten möchten, können die Kleingruppen Musik recherchieren, die zum emotionalen Hintergrund der Szene passt. Lassen Sie die Gruppen sich gegenseitig die Versionen zeigen und diskutieren Sie sie dann. Schauen Sie sich zum Schluss die ursprüngliche Filmszene mit Originalmusik an.
- Sie können die Musikrecherche auch als Hausaufgabe aufgeben. In diesem Fall sollten Sie dafür sorgen, dass jede*r die eigene Version präsentieren kann.

7. Eine Szene inszenieren

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Kleingruppenübung

Dauer der Übung: 15-20 Minuten

Material: Emotionskarten



Anleitung:

- Bilden Sie Gruppen von 5-8 Personen.
- Jede Gruppe soll eine Emotionskarte ziehen oder Sie geben den Gruppen jeweils einen Zettel, auf dem ein Gefühlszustand steht.
- Lassen Sie die Gruppen sich eine kurze Geschichte ausdenken, die das Gefühl beschreibt. Die Gruppen teilen dabei Rollen auf und spielen die Szene selbst nach.
- Lassen Sie die Gruppen ihre Szenen präsentieren. Die anderen Gruppen sollen raten, welche Emotion gespielt wurde.
- Verwenden Sie bei den Präsentationen ein Zeichen, um anzudeuten, wann die Aufführung beginnt und endet (z. B. wenn ein*e Teilnehmer*in klatscht).
- Eine komplexere Version der ersten Variante ist, wenn jeder Gruppe zwei Emotionen zugewiesen werden.

Aktivitäten zur Förderung der Zusammenarbeit

Um Nachhaltigkeit wirksam anzugehen, brauchen wir Kooperation und Teamarbeit. Wir müssen lernen, mit anderen eine gemeinsame Strategie zu entwickeln und Kompromisse für gemeinsame Ziele zu schließen. Dies erfordert die Einsicht, dass wir uns, trotz aller Unterschiede, akzeptieren müssen um gemeinsam zu handeln. Wir alle haben unterschiedliche Fähigkeiten. Gemeinsam und miteinander kombiniert können wir sie alle nützen, um wirksam für eine nachhaltige Zukunft zusammenzuarbeiten.



1. Paarweises Führen

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Paarübung und Übung für die ganze Gruppe

Dauer: 15-20 Minuten einschließlich Diskussion

Material: Kleine Bälle oder Stifte

Anleitung:

- Bilden Sie Paare.
- Jedes Paar bekommt einen kleinen Ball oder einen Stift.
- Die Paare heben ihre Hände und legen den Gegenstand zwischen ihre Handflächen. Ziel ist, dass der Gegenstand während der Übung nicht herunterfällt.
- Das Paar entscheidet, wer der*die Anführer*in ist. Diese*r führt die Handbewegung aus. Der*die Partner*in muss so folgen, dass der Gegenstand nicht herunterfällt. Zuerst können stehend nur die Hände bewegt werden, dann können sich die Paare im Raum bewegen.
- Nach ein paar Minuten tauschen die Paare die Rollen.
- Bilden Sie nach ein paar Minuten neue Paare und wiederholen sie die Übung.
- Ermutigen Sie die Paare, den ganzen Raum zu nutzen, sich zu bücken, sich schneller oder langsamer zu bewegen usw.
- Führen Sie am Ende eine Diskussion: Wie haben sich die Teilnehmer*innen gefühlt? Was haben sie als schwierig, was als einfach empfunden?
- Wenn die Paarversion gut funktioniert hat, können sich alle gemeinsam in einem Kreis bewegen. Alle halten ihre Hände in Schulterhöhe und legen sich jeweils einen Gegenstand zwischen die beiden benachbarten Handflächen.
- Lassen Sie anfangs Anführer*innen für die gemeinsame Drehung der Gruppe bestimmen. Wenn die Gruppe geschickt ist, können Sie es auch ohne Anführer*in versuchen.



2. Effektive Zusammenarbeit

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Übung in der ganzen Gruppe

Dauer: 15-20 Minuten

Material: Seil, auf ein 10x10 cm großes Stück Papier jeweils ein Buchstabe der Phrase "Effektive Zusammenarbeit", Stoppuhr, Schreibtafel

Anleitung:

- Der*die Moderator*in muss sehr darauf achten, dass die Regeln befolgt werden und die Aktivität sofort beenden, sobald mehrere Menschen innerhalb des Kreises sind. In manchen Gruppen gibt es möglicherweise nur ein oder zwei aktive Spieler*innen, während die anderen passiv gelangweilt sind - diese Situation muss gemanagt werden.
- Die Buchstaben des Wortes "Effektive Zusammenarbeit" werden gemischt in einem Kreis gelegt.
- Die Aufgabe besteht darin, die Buchstaben in der richtigen Reihenfolge aus dem Kreis zu bekommen und damit das Wort so schnell wie möglich aus dem Kreis zu bekommen.
- Bevor die Stoppuhr beginnt, findet der wichtigste Teil des Spiels statt: Die Teilnehmer*innen müssen sich auf eine gemeinsame Strategie einigen.
- Sobald sie sich geeinigt haben, testen sie, wie gut die gewählte Strategie funktioniert.
- Die Zeiten werden von einer*m ernannten Schiedsrichter*in an der Tafel notiert.
- Das Spiel endet mit einer gemeinsamen Analyse und Diskussion des Erlebten.



Wichtige Regeln, die in jeder Runde zu beachten sind:

- Die Buchstaben müssen in der richtigen Reihenfolge aus dem Kreis genommen werden.
- Die Worte "Effektive Zusammenarbeit" müssen in eine gerade Linie außerhalb des Kreises gelegt werden.
- Es darf sich immer nur eine Person innerhalb des Kreises befinden. In dem Moment, in dem sich mehr als eine Person im Kreis befindet, wird die Stoppuhr angehalten und der Kreis beginnt von vorne.

3. Vom Kreis zum Quadrat

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Übung für die ganze Gruppe

Dauer: 5-15 Minuten, einschließlich Diskussion

Material: Nicht erforderlich

Anleitung:

- Stellen Sie sich mit der Gruppe in einen Kreis.
- Bitten Sie alle Teilnehmer*innen, die Augen zu schließen.
- Die Aufgabe der Teilnehmer*innen besteht darin, aus dem ursprünglichen Kreis ein Quadrat zu bilden, während sie die Augen geschlossen halten.
- Die Teilnehmer*innen können miteinander sprechen, um eine Strategie zu finden.
- Wenn die Teilnehmer*innen denken, dass sie fertig sind, können sie die Augen öffnen.
- Diskutieren Sie die Erfahrung.



4. Strategischer Stuhl

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Übung in der ganzen Gruppe

Dauer: 35-60 Minuten einschließlich der Diskussion

Material: Ein Stuhl mehr als die Anzahl der Personen in der Gruppe, Stoppuhr, Whiteboard, Schreibutensilien

Anleitung:

- Sie stellen Stühle so viele Stühle auf wie Personen im Raum sind. Die Teilnehmer*innen verteilen sich im Raum. Achten Sie darauf, dass Sie zwischen den Stühlen genug Platz haben.
- Die Position der Stühle ändert sich während des Spiels nicht.
- Ein Stuhl bleibt leer. Der*die Moderator*in stellt sich an den am weitesten entfernten Punkt zu diesem Stuhl.
- Zu Beginn schlüpft der*die Moderator*in in die Rolle des "Roboters". Er*sie bewegt sich in einem gleichmäßigen, langsameren Tempo als die Spieler*innen und versucht, sich auf den leeren Stuhl zu setzen.
- Das Ziel der Spieler*innen ist es, den "Roboter" daran zu hindern, sich zu setzen. Das geht nur, wenn sich eine*r von ihnen auf den vom "Roboter" anvisierten Platz setzt. Dazu müssen sie jedoch ihren eigenen Stuhl freigeben.
- Wenn jemand vom Stuhl aufgestanden ist, muss er*sie sich auf einen anderen Stuhl setzen.
- Die Teilnehmer*innen können in beliebigem Tempo zwischen den Stühlen wechseln.
- Stoppen Sie jede Runde. Es ist gut, wenn sich die Gruppe ein gemeinsames Ziel setzt, wie lange sie den "Roboter" daran hindern will, sich zu setzen. Das Ziel kann natürlich auch während der Übung geändert werden.



- Ein wichtiger Teil ist die Ausarbeitung einer gemeinsamen Strategie. Zu diesem Zweck sollte die Gruppe vor jeder Runde eine taktische Sitzung abhalten, um effektiver zu sein.
- Bieten Sie am Ende Gelegenheit für eine Diskussion. Diese Aktivität wirft in der Regel viele Fragen der Teilnehmer*innen auf, die von Hindernissen für eine effiziente Arbeitsweise bis hin zur Gruppendynamik reichen können.

5. Dreifache Einheit

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Übung in der ganzen Gruppe

Dauer: 5-8 Minuten

Material: Nicht erforderlich

Anleitung:

- Sie stehen mit allen Teilnehmer*innen in einem Kreis. Jemand steht in der Mitte, nimmt eine starre Position ein und sagt, wen oder was er*sie verkörpert. Das kann alles Mögliche sein, ein Gegenstand, eine Person, ein Gebäude, ein Konzept usw. Er*sie wird das erste Element einer Dreiergruppe.
- Ein*e andere*r Spieler*in schließt sich ihm*ihr an und fügt ein neues Element zu dem vorherigen hinzu.
- Zu ihnen gesellt sich ein*e Dritte*r, der*die ebenfalls zum Gesamtbild beiträgt.
- Wenn die Dreiergruppe gebildet ist, wählt die*der erste Spieler*in eines der beiden anderen dargestellten Elemente und verlässt mit diesem den Kreis.
- Die*der Spieler*in, der übriggeblieben ist, wiederholt laut seinen Namen. Dann können sich zwei weitere Spieler*innen zu ihm gesellen, so dass ein völlig neues Bild entsteht.



- Zum Beispiel: A: Ich bin das Haus. B: Ich bin das Fenster. C: Ich bin der Vorhang am Fenster. "A" (Haus) nimmt "B" (Fenster) aus dem Kreis heraus, und der Vorhang wird zum Anfangselement unseres nächsten Bildes. A: Ich bin der Vorhang. B: Ich bin die Bühne. C: Ich bin die Lampe, die die Bühne erhellt.
- Diskutieren Sie die Erfahrung mit den Teilnehmer*innen.

Aktivitäten zur Förderung von Verantwortungsbewusstsein

Nachhaltigkeit bedeutet ein hohes Maß an Verantwortung und ein Bekenntnis zu der Tatsache, dass jede*r Einzelne nicht nur für sein*ihr eigenes Wohlergehen verantwortlich ist. Dieses Verantwortungsbewusstsein kann in der Familie, in der Schule und in anderen Gemeinschaften gefördert werden. Um Schüler*innen bei der Entwicklung und Stärkung eines solchen Verantwortungsbewusstsein zu unterstützen, empfehlen wir die folgenden Aktivitäten:

1. Rikscha

Schwierigkeitsgrad: Schwierig

Methode: Paar- und Gruppenübung

Dauer: 5-6 Minuten, mit anschließender Reflexion etwa 20-45 Minuten

Material: Halstücher für die Hälfte der Gruppe



Anleitung:

- Die Gruppe bildet einen Kreis.
- Jede*r wählt eine*n Partner*in, mit dem sie*er die Übung beginnt. Einer Person jeden Paars werden die Augen verbunden.
- Sie als Moderator*in geben folgende Anleitung:
 - Das ist ein nonverbales Spiel, bei dem nicht gesprochen werden darf.
 - Eine Person des Paars ist der*die Fahrer*in der Rikscha, während die andere Person die Rikscha selbst ist.
 - Der*die Fahrer*in legt die Hand auf die Schulter des*der Partner*in und lenkt so die Rikscha, während sie sich durch den Raum bewegt und dabei Hindernissen ausweicht.
 - Nach eineinhalb Minuten sagen Sie „Wechsel“, woraufhin alle Paare stehen bleiben und die Fahrer*innen und ihre Rikschas schweigend wechseln. Die Personen, die die Rikscha sind, wissen nicht, wer hinter ihnen jetzt „ihr*e“ Fahrer*in ist.
 - Wiederholen Sie nach eineinhalb Minuten wieder den Wechsel.
 - Nach der dritten Runde setzen Sie sich mit den Teilnehmer*innen in einen Kreis und diskutieren über das Erlebte. Zuerst erzählen die Rikschas, wie sie sich gefühlt haben, dann die Fahrer*innen.
- Dann beginnt die zweite Runde: Der*die Fahrer*in wird zur Rikscha und umgekehrt. Nach einigen Wechseln, gibt es eine weitere Reflexionsrunde.
- Fragen: Konntest du als Rikscha deinem*deiner Fahrer*in vertrauen? Wie hat es sich angefühlt, Fahrer*in zu sein und Verantwortung für andere zu übernehmen?



2. Ein Leitfaden von Menschen für Aliens

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Übung in kleinen Gruppen, kann auch online gespielt werden.

Dauer: 35-60 Minuten.

Material: Flipchart oder Backpapier, Schreibmaterial, Tafel

Anleitung:

- Die Gruppe soll sich vorstellen, dass Außerirdische die Erde besuchen. Sie sind neugierig auf die Menschen und ihre Gewohnheiten.
- Bilden Sie kleine Gruppen von 4-5 Personen. Sammeln Sie in den Gruppen die grundlegenden Regeln, die alle Menschen im Zusammenleben befolgen sollten, z.B. in einer Familie, einer Klasse oder einer anderen Gemeinschaft. Die Teilnehmer*innen schreiben 8-10 Regeln auf, die sie für wichtig erachten.
- Anschließend sollen die Gruppen ihre Ergebnisse untereinander austauschen.
- Erstellen Sie anhand der Überlegungen der Gruppen eine gemeinsame Liste.
- Sie können diskutieren, welche der gesammelten Regeln die sind, die auch die Gruppe als Gemeinschaft selbst befolgt.

3. Privilege Walk

Schwierigkeitsgrad: Schwierig. Die Übung kann emotional sein, da sie die Unterschiede zwischen den Möglichkeiten von Menschen aufzeigt. Aus diesem Grund schlagen wir vor, jedenfalls Rollenkarten zu verwenden, damit die Teilnehmer*innen sich von den Rollen distanzieren können. Die Konfrontation mit der eigenen Lebensrealität kann Jugendliche irritieren, was im Unterrichtskontext schwierig abzufangen wäre.



Methode: Gruppenübung

Dauer: 35-60 Minuten

Material: Rollenkarten und Statements (Anhang 2)

Anleitung:

- Das ist eine Übung, um zu erfahren, wie es ist, privilegiert zu sein und wie Privilegien in der Gesellschaft funktionieren.
- Geben Sie den Teilnehmer*innen jeweils eine Rollenkarte (siehe Anhang 2).
- Geben Sie den Teilnehmer*innen genug Zeit, um über ihre Rolle nachzudenken. Sie stellen sich vor, wie es wäre, diese Person zu sein.
- Bitten Sie sie, sich in einer geraden Linie in den hinteren Teil des Raumes zu stellen, so dass genügend Platz ist, um einige Schritte nach vorne zu gehen.
- Geben Sie folgende Erklärung:
 - Die Personen, auf deren Rolle die folgenden Aussagen zutreffen, gehen einen Schritt nach vorne.
 - Wenn die Aussagen nicht zutreffen, bleiben die Personen jeweils stehen.
- Der*die Moderator*in liest die Statements der Reihe nach vor (siehe Anhang 2).
- Nachdem die letzte Aussage vorgelesen wurde, bitten Sie die Teilnehmer*innen, zu notieren, wo sie im Verhältnis zu den anderen im Raum stehen.



- Bilden Sie einen Kreis und diskutieren Sie die Erfahrungen der Übung anhand der folgenden Fragen:
 - Wie hat es sich angefühlt, an einer solchen Übung teilzunehmen?
 - Was denkt ihr über die Position, in der ihr gelandet seid?
 - Gab es etwas Neues, das ihr vor der Übung nicht bedacht habt?
 - Gab es Aussagen, die (für eure Rolle) besonders schwierig waren?
 - Was würdest du dir wünschen, sollen die anderen über dich (deine Rolle) wissen?
 - Inwiefern glaubst du, dass dir das Wissen zu Privilegien in deinem Alltag und in deinen Beziehungen hilft?

Aufruf zum Handeln:

- Bitten Sie die Teilnehmer*innen zu Hause zu überlegen, wo sie gelandet wären, wenn sie die Übung mit ihren eigenen Lebenserfahrungen gemacht hätten.
- Bitten Sie die Teilnehmer*innen zu überlegen, welche Bereiche ihres Lebens, welche Bereiche ihrer Nachbarschaft/Gemeinde/ihres weiteren Umfelds verbessert werden könnten. Wie könnten diese Verbesserungen aussehen?

Privilege Walk: Rollenkarten

Du bist eine 27-jährige alleinerziehende Mutter in Wien, <i>weiß</i> , christlich.	Du bist ein 17-jähriger Geflüchteter aus Damaskus und lebst in einem Wohnheim in Traiskirchen, muslimisch.	Du bist ein 42-jähriger Gast-Uniprofessor in Salzburg, verheiratet, <i>weiß</i> , aus Paris, christlich.	Du bist ein 45-jähriger Arzt und Familienvater in Wiener Neustadt mit türkischen Wurzeln, muslimisch.
Du bist eine 24-jährige Wirtschaftsstudentin in Innsbruck, aus München, <i>weiß</i> , christlich.	Du bist eine 16-jährige Schülerin in Baden und lebst mit deiner Mutter und 3 kleinen Geschwistern bei einer Gastfamilie, geflüchtet aus Kiew, dein Vater ist im Krieg, orthodox.	Du bist eine 40-jährige Ingenieurin aus dem Iran, seit 2 Jahren in Wien, ledig, ohne Religion.	Du bist eine 42-jährige verheiratete Hausfrau und Mutter von 5 Kindern im Mühlviertel, <i>weiß</i> , christlich.
Du bist ein 50-jähriger Künstler aus Serbien in Wien, geschieden, ohne Religion.	Du bist eine 38-jährige Architektin aus Tokio und lebst mit deinem Partner in Graz, ohne Religion.	Du bist ein 34-jähriger Bauarbeiter in Wien und wegen eines Unfalls berufsunfähig, ledig, <i>weiß</i> , ohne Religion.	Du bist ein 14-jähriger Schüler an einem Privatgymnasium und der Sohn eines Botschafters, <i>weiß</i> , christlich.
Du bist eine 39-jährige Anwältin in Linz, ledig, mit chronischer Migräne, <i>weiß</i> , christlich.	Du bist ein 9-jähriges Pflegekind mit psychischen Problemen und lebst bei einer reichen Unternehmerfamilie, <i>weiß</i> , christlich,	Du bist 17-jährige Schülerin in Feldkirchen und hilfst nach der Schule deiner Mutter mit der Pflege deiner Großmutter, die bei euch lebt, <i>weiß</i> , christlich.	Du bist eine 21-jährige Nachtkellnerin in Linz und wohnst zusammen mit deiner arbeitslosen Partnerin noch bei deinen Eltern, <i>weiß</i> , ohne Religion.



<p>Du bist ein 30-jähriger freiberuflicher Mediendesigner, aus Amsterdam, ledig, <i>weiß</i>, christlich.</p>	<p>Du bist ein 57-jähriger Beamter in Wien im Innenministerium und kümmert dich um deine an Krebs erkrankte Ehefrau, <i>weiß</i>, christlich.</p>	<p>Du bist ein 25-jähriger BWL-Student aus Ghana, ledig, muslimisch.</p>	<p>Du bist eine 40-jährige Hausfrau und arbeitest nebenher unangemeldet als Sekretärin im Betrieb deines Ehemannes in Wiener Neustadt, <i>weiß</i>, ohne Religion.</p>
<p>Du bist eine 19-jährige Maturantin in Vorarlberg und Tochter einer Lehrerfamilie, nach einem Unfall bist du auf einen Rollstuhl angewiesen, <i>weiß</i>, christlich.</p>	<p>Du bist ein 30-jähriger Elektrotechniker und lebst mit deinem Partner in Kärnten am Land, <i>weiß</i>, ohne Religion</p>	<p>Du bist ein 22-jähriger „irregulärer“ Migrant aus Ägypten und lebst ohne Aufenthaltsbewilligung in Wien, muslimisch.</p>	<p>Du bist eine 50-jährige 24-Stunden Pflegerin aus Bratislava und pendelst nach Eisenstadt, ledig, ohne Religion.</p>
<p>Du bist eine 27-jährige Politikwissenschaftlerin in Wien und arbeitslos, verheiratet, <i>weiß</i>, ohne Religion.</p>	<p>...</p>	<p>...</p>	<p>...</p>



Privilege Walk: Statements:

Gehe einen Schritt vor, wenn du...

1. dir bei der Wohnungssuche keine Sorgen machen musst, diskriminiert zu werden.
2. dir bei der Jobsuche keine Sorgen machen musst, diskriminiert zu werden.
3. dir sicher sein kannst, dass du mit deiner Ausbildung einen Job in Österreich finden wirst.
4. noch nie finanzielle Sorgen hattest.
5. in Zukunft finanziell abgesichert bist.
6. dich unabhängig von anderen Menschen fühlst.
7. im Alltag nie von Rassismus betroffen bist.
8. genug Zeit hast, an kulturellen Freizeitaktivitäten teilzunehmen.
9. du regelmäßig Reisen machst.
10. du in deinem Alltag gesundheitlich nicht eingeschränkt bist.
11. in Österreich deine politischen Vertreter*innen wählen kannst.
12. du dich in der Nacht auf der Straße nicht fürchten musst.
13. noch nie von der Polizei ohne Grund angehalten und nach einem Ausweis gefragt wurdest.
14. immer an Ausflügen mit deinen Freund*innen teilnehmen kannst.



Aktivitäten zur Förderung von ökologischem Denken

In diesem Teil stehen ökologisches Denken und Handeln im Mittelpunkt. Für die Übungen sollten die Teilnehmer*innen bereits ein gewisses Verantwortungsgefühl für ihre Umwelt mitbringen. Ziel der Übungen ist es, positive Gefühle gegenüber der Umwelt zu entwickeln und zu reflektieren. Positive Gefühle sind oft mit Verantwortungsbewusstsein verknüpft. Die folgenden Übungen sind darauf ausgerichtet, diese Verbindung zu stärken. Auch das Sammeln von Informationen und von Fakten als eigenständige Arbeit kann Verantwortungsbewusstsein und Engagement fördern. Auch dazu bieten wir Ideen an.

1. Ich und die Natur

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Einzelarbeit, kann auch online gespielt werden.

Dauer: 15-30 Minuten

Material: Papier, Buntstifte

Anleitung:

- Geben Sie den Teilnehmer*innen Papier und Buntstifte. Sorgen Sie für eine ruhige Umgebung, in der die Teilnehmer*innen unabhängig voneinander arbeiten können. Sie können auch leise Musik hören.
- Bitten Sie die Teilnehmer*innen, für eine halbe Minute die Augen zu schließen und sich so genau wie möglich an einen Ort zu erinnern, den sie mit Natur und einer positiven Erinnerung verbinden.
- Wenn jemand keine solche positive Erinnerung hat, kann er*sie sich einen Ort vorstellen, an dem er*sie gerne Zeit verbringen würde.
- Die Teilnehmer*innen sollen eine Zeichnung von diesem Ort anfertigen.



- Die Teilnehmer*innen sollen beim Zeichnen darüber nachdenken, warum der Ort für sie wichtig ist und was sie daran besonders mögen.
- Die Teilnehmer*innen können anschließend die Geschichte hinter ihrer Zeichnung erzählen.

2. Storytelling

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Gruppenübung, kann auch online gespielt werden.

Dauer: 10-60 Minuten

Material: Nicht erforderlich

Anleitung:

- Bilden Sie mit den Teilnehmer*innen einen Sitzkreis. Laden Sie die Teilnehmer*innen ein, eine Geschichte aus ihrem Alltag zu erzählen, die mit Natur, einem Umweltthema oder mit Nachhaltigkeit zu tun hat.
- Der*die Moderator*in sollte zuerst eine Geschichte als Beispiel für die Teilnehmer*innen erzählen.
- Lassen Sie eine weitere Geschichte folgen. Wenn keine*r der Jugendlichen eine neue Geschichte einbringt, kann die*der Moderator*in eine weitere erzählen.
- Diskutieren Sie gemeinsam die Geschichte(n).



3. Tags

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Einzel-, Paar- oder Kleingruppenübungen mit Diskussion in der ganzen Gruppe, kann auch online gespielt werden.

Dauer: 35-45 Minuten für die Aufgabe selbst, 15-35 Minuten für die Diskussion

Material: Handys/Kameras, Internetzugang

Anleitung:

- Bitten Sie die Teilnehmer*innen, in einem Supermarkt nach Etiketten zu suchen, die darauf hinweisen, dass mit dem Kauf die Umweltbelastung verringert, die Natur geschützt wird und/oder das Produkt biologisch, ökologisch oder nachhaltig ist.
- Lassen Sie die Teilnehmer*innen Fotos von diesen Labels machen. Legen Sie eine Sammlung von mindestens 6-8 Etikettenfotos an.
- Die Teilnehmer*innen recherchieren anschließend die Labels und überprüfen, welche davon verlässlich und korrekt sind und welche nicht.
- Die Teilnehmer*innen dokumentieren ihre Ergebnisse.
- Diskutieren Sie in der Gruppe die Erfahrungen der Teilnehmer*innen.

4. Thematische Ausstellung

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Einzel- oder Paarübungen

Dauer: Kann ein längeres Projekt sein, mindestens 1-2 Wochen, kann auch online durchgeführt werden.

Material: Kamera, gedruckte Bilder oder Projektor



Anleitung:

- Legen Sie ein Thema fest, das dann auch der Titel der Ausstellung sein wird, z.B. Umweltverschmutzung, Wasser oder Abfall.
- Geben Sie den Teilnehmer*innen 1-2 Wochen, in dem sie nach Fotomotiven zum Thema in ihrem Alltag suchen sollen.
- Es gibt zwei Möglichkeiten, die Ausstellung zu organisieren: Jede*r Teilnehmer*in kann seine*ihrer interessantesten Bilder ausdrucken oder die ausgewählten Bilder digital aufbereiten und mit Beamer präsentieren. Bei der Ausstellung sollen die Teilnehmer*innen ihre Bilder vorstellen und anschließend gemeinsam mit der Gruppe besprechen.

5. Papiertheater

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Übung in kleinen Gruppen

Dauer: Mindestens 70-90 Minuten.

Material: Papier, Schreib- und Zeichengeräte, große Zeichenblätter.

Anleitung:

- Bilden Sie Gruppen von 4-6 Personen.
- Jede Gruppe soll eine Geschichte entwickeln, die das Bewusstsein für ein ökologisches Problem schärft. Die Gruppe einigt sich zunächst auf die Hauptfigur (Wer? Mensch, Tier, Gegenstand, Planet usw.) und überlegt sich dann eine allgemeine Handlung.
- Jede Gruppe legt 5-6 Punkte fest, die Schlüsselszenen der Handlung sein könnten.
- Die Gruppen fertigen eine Zeichnung von jeder dieser Schlüsselszenen an.
- Die Gruppe einigen sich darauf, wie sie die Geschichte erzählen und die Zeichnungen präsentieren wollen (Papiertheater). Sie können auch Soundeffekte einbauen.



- Jede Gruppe präsentiert ihre Geschichte und bespricht die Ergebnisse mit allen. Achten Sie als Moderator*in darauf, dass die Gruppen sich gegenseitig zuhören.

6. Poster erstellen

Schwierigkeitsgrad: Mittel. Eine kreative Übung, die die Zusammenarbeit der Kleingruppe erfordert. Für die Übung brauchen Sie Materialien (Altpapier, Plastikbecher, Flaschen usw.), beauftragen Sie die Teilnehmer*innen Material mitzubringen.

Methode: Übung in kleinen Gruppen

Dauer: 25-45 Minuten

Material: Karton, farbiges Papier, Schere, Klebstoff, Zeitungen mit ausgeschnittenen Bildern, Zeichenmaterial, gereinigter Abfall

Anleitung:

- Bilden Sie kleine Gruppen von 3-4 Personen.
- Fordern Sie die Teilnehmer*innen auf, im Team ein Poster zu gestalten, um auf ein Umweltproblem aufmerksam zu machen.
- Sie können zeichnen oder jedes verfügbare Material verwenden: Bilder aus alten Werbeausschnitten, Abfällen, Flaschen, Getränkedosen.
- Die Gruppen zeigen und besprechen anschließend in einer Ausstellung ihrer Kunstwerke.

7. Städtebau

Schwierigkeitsgrad: Mittel. Eine kreative Übung, die die Zusammenarbeit in Kleingruppen erfordert.

Methode: Übung in kleinen Gruppen

Dauer: 40-60 Minuten

Werkzeuge: Bauklötze oder Lego



Anleitung:

- Bilden Sie Gruppen von 3-4 Personen. Jede Gruppe sollte eine angemessene Menge an Bauklötzen oder Lego erhalten.
- Jede Gruppe soll ein „grünes“ Dorf errichten, bei dessen Gestaltung Nachhaltigkeit eine Rolle spielt.
- Die Gruppen stellen sich anschließend gegenseitig ihre Modelle vor.
- Lassen Sie dann die Gruppen Karten mit Naturkatastrophen/Bedrohungen ziehen.
- Die Gruppen sollen sich vorstellen, dass die Naturkatastrophe/Bedrohung (Überschwemmungen, Hitze/Dürre, Erdbeben usw.) auf der Karte ihr Dorf gefährdet.
- Gemeinsam erarbeiten die Gruppen Schutzstrategien und ändern ihr Modell entsprechend.
- Die Gruppen teilen die Ergebnisse mit allen.

8. Fünf-Finger-Übung

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Methode: Einzelarbeit, gefolgt von einer Diskussion in der ganzen Gruppe; kann auch online durchgeführt werden. Sie können die Übung auch als Hausaufgabe geben.

Dauer: 10-20 Minuten für die Einzelarbeit, 15-35 Minuten für die Gruppendiskussion

Material: Papier, Schreibmaterial, Schreibtafel, Schreibmaterial

Anleitung:

- Bitten Sie die Teilnehmer*innen eine ihrer Handflächen nach zu zeichnen.
- Bitte Sie die Teilnehmer*innen auf jeden Finger eine Aktivität zu schreiben, mit der sie zum Schutz ihrer Umwelt beitragen können. Das kann etwas Kleines sein, es sollte jedenfalls realistisch und erreichbar sein.



- Die Teilnehmer*innen überlegen sich anschließend einen kurzen Aktionsplan, wie Sie die Aktion in naher Zukunft beginnen (oder fortsetzen) können. Die Teilnehmer*innen schreiben über die Handfläche eine Überschrift und in die Mitte der Handfläche, was sie tun werden.
- Die Teilnehmer*innen tauschen ihre Ideen untereinander aus. Dann suchen sie nach gemeinsamen Punkten und erstellen einen Aktionsplan für die ganze Gruppe.

9. Visionen für die Zukunft

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Methode: Kleingruppen- oder Einzelübung, gefolgt von einer Diskussion in der ganzen Gruppe

Dauer: Mehrere Unterrichtseinheiten, mindestens 30 Minuten für die Kleingruppenarbeit und 15 Minuten für die Gruppendiskussion

Material: Papier, Schreibmaterial, Schreibtafel

Anleitung:

- Die Teilnehmer*innen sollen ihre Vision für die Zukunft in einem ausgewählten Bereich entwerfen: z. B. Familie, Arbeit, Umwelt, Nutzung digitaler Ressourcen, Abholzungsrate, Abfall usw.
- Die Teilnehmer*innen sollen dabei Nachhaltigkeitsprobleme auf lokaler Ebene berücksichtigen, die Ursachen-Wirkungs-Zusammenhänge erarbeiten und für die Probleme Lösungsvorschläge entwickeln.
- Die Zukunftsvisionen und Lösungsvorschläge werden anschließend gemeinsam besprochen.