

# Aus: Soziales Lernen

## Spiele- und Übungen



[www.ipi.co.at/ipishop](http://www.ipi.co.at/ipishop)

# Übung zur Förderung von Empathie

## Partnerbeschreibung und Empathie

**Gruppe:** ab 2 Personen

**Alter:** ab 10 Jahren

**Zeit:** 30 bis 50 Minuten

**Ziel:** Selbsteinschätzung und Fremdeinschätzung. Wie wirke ich?

### Einzel- übung

Schreiben Sie einige Sätze über sich zur Frage  
„**Wer bin ich? Was macht mich aus?**“

### Partner- übung

Suchen Sie sich einen Partner und schreiben Sie Sätze über den Partner zur Frage  
„**Wer ist er? Was macht ihn aus?**“

### Gemeinsame Reflexion

Dann werden die Ergebnisse der Selbstbeschreibung und der Beschreibung des Partners verglichen und diskutiert. Dazu einige Fragen:

- ? **Finden Sie es treffend, wie Sie der Partner beschrieben hat?**
- ? **Welchen gefühlten Unterschied macht es, wenn man sich selber beschreibt und wenn man beschrieben wird?**
- ? **Welche der genannten Eigenschaften, Tätigkeiten ...**
  - wurden von jemandem anderen bestimmt (Eltern, Geschwister ...)?**
  - haben Sie selbst gewählt/entwickelt?**
  - werden Ihnen „angedichtet“?**

**Notizen**

A large, empty rectangular box with a thin grey border, intended for taking notes. It occupies most of the page below the 'Notizen' header.

## Empathie – Ein gemeinsames Bild ohne Worte

**Gruppe:** ab 2 Personen

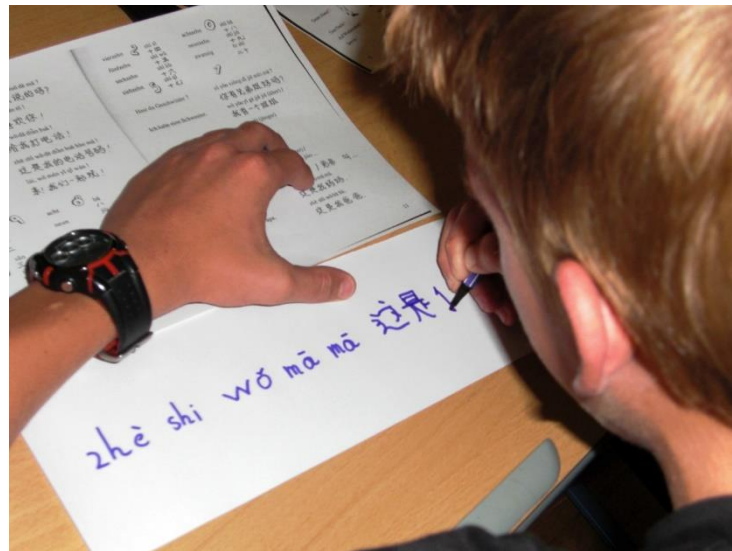
**Alter:** ab 6 Jahren

**Zeit:** 30 Minuten

**Ziel:** Einfühlungsvermögen. Führung/Unterordnung.

### Zweier- gruppen

Jede Gruppe bekommt ein leeres A3-Blatt und Stifte. Die Teilnehmer sitzen zu zweit an einem Tisch oder am Boden. Sie zeichnen/malen zu zweit und ohne zu reden ein Haus (oder andere Vorgaben). Wenn sie fertig sind, signieren beide mit einem Namen das Bild, ohne sich abzusprechen.



### Plenum

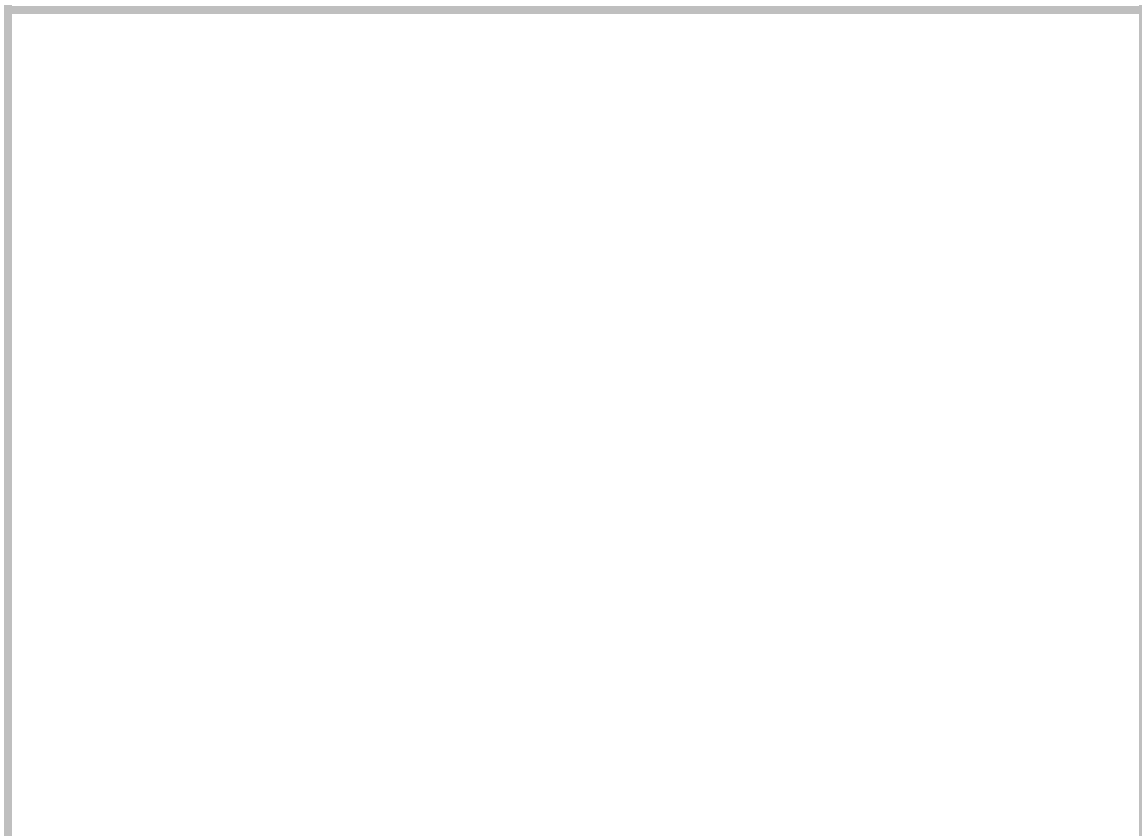
Die Bilder werden von den Zweierpaaren der Gruppe mit Worten und durch Herzeigen des Bildes präsentiert. Anschließend wird reflektiert, wie der Malprozess war, was schwierig war und was leicht war.

**Fragen-  
katalog /  
Reflexion**

- ? **Wer hat den Prozess dominiert?**
- ? **Wie hat sich das für beide angefühlt?**
- ? **Hätte es eine Möglichkeit gegeben, anders zu agieren?**
- ? **Wenn ja, welche?**
- ? **Wenn nein, warum nicht?**
- ? **Ist es ohne Absprache möglich, sich auf Dinge zu einigen, ohne dass jemand in der Beziehung das gemeinsame Tun dominiert?**
- ? **Was nehmen wir für die Praxis mit?**

Der Trainer schreibt die wichtigsten Erkenntnisse am Flipchart mit.

## **Notizen**



## Empathie - Das gemeinsame Bild blind gemalt

**Gruppe:** ab 2 Personen

**Alter:** ab Jahren

**Zeit:** 30 Minuten

**Ziel:** Zuhören. Einfühlungsvermögen. Führung/Unterordnung.

**Zweier-  
gruppen**

Jede Gruppe bekommt zuerst Augenbinden. Dann bekommt jede Zweiergruppe ein leeres A3-Blatt und Stifte. Die Teilnehmer sitzen zu zweit an einem Tisch oder am Boden. Sie zeichnen/malen zu zweit und ohne zu sehen einen Baum, eine Blume etc. (oder andere Vorgaben). Wenn sie fertig sind, signieren beide mit einem Namen das Bild.



**Plenum**

Die Gruppe sitzt mit verbundenen Augen im Kreis. Die Bilder werden von den Zweierpaaren der Gruppe mit Worten präsentiert. Wenn alle durch sind, werden die Augenbinden abgenommen und die Bilder können der Reihe nach angeschaut werden. Abgleich zwischen den Bildern im Kopf und den tatsächlich gemalten. Anschließend wird reflektiert, wie der Malprozess war.

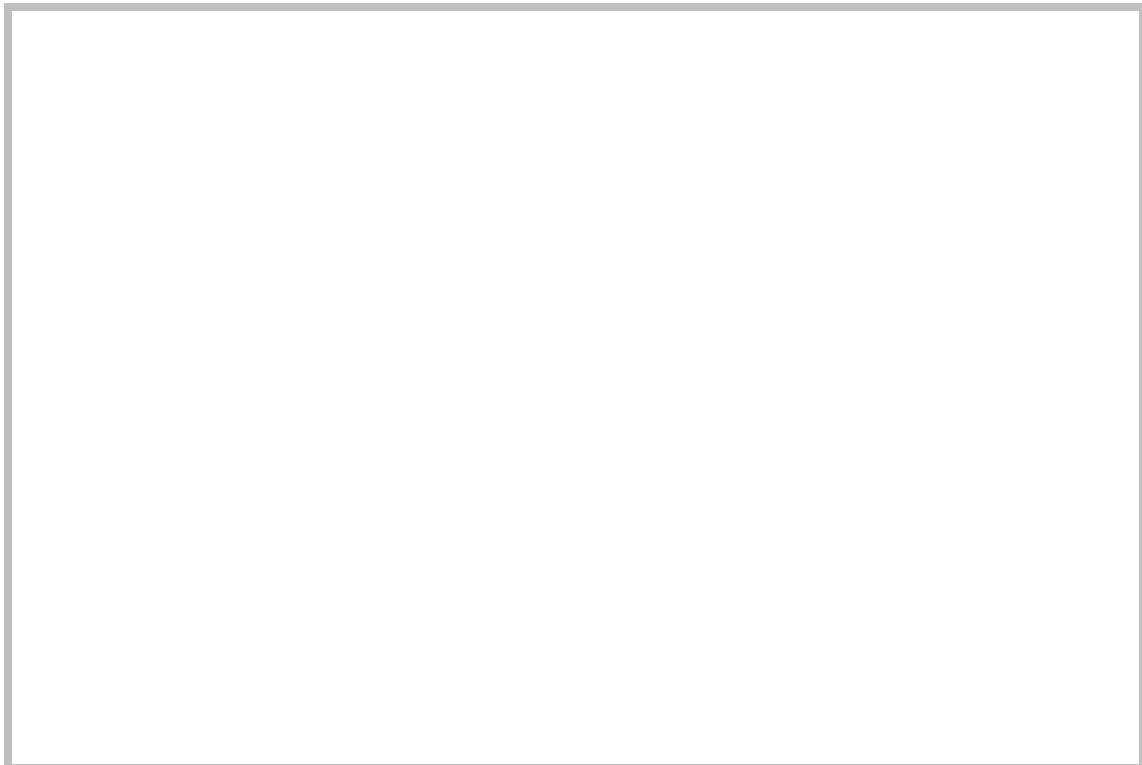
**TIPP**

Empfehlenswert ist, beide Übungen (malen, ohne zu reden, und malen, ohne zu sehen) eventuell mit etwas zeitlichem Abstand zu machen. Dann kann der Unterschied herausgearbeitet werden, was durch Sehen / ohne Reden und durch Reden / ohne Sehen im gemeinsamen Tun geschieht. Hier wird es unterschiedliche Erfahrungen geben, je nach Typ und Persönlichkeit. Der Trainer schreibt die wichtigsten Erkenntnisse am Flipchart mit.

**Fragen-  
katalog /  
Reflexion**

- ? **Was war schwierig, was leicht?**
- ? **Wer hat den Prozess dominiert?**
- ? **Wie hat sich das für beide angefühlt?**
- ? **Hätte es eine Möglichkeit gegeben, anders zu agieren? Wenn ja, welche? Wenn nein, warum nicht?**
- ? **Ist es ohne Absprache möglich, sich auf Dinge zu einigen, ohne dass jemand in der Beziehung das gemeinsame Tun dominiert?**
- ? **Was nehmen wir für die Praxis mit?**
- ? **Was will jeder ausprobieren und wann kann man damit beginnen? (Reflexion dazu in einer der nächsten Einheiten)**
- ?

**Notizen**



# Empathie - Das Gegenüber spiegeln

**Gruppe:** ab 2 Personen

**Alter:** ab 6 Jahren

**Zeit:** 30 Minuten

**Ziel:** Beobachten. Einfühlungsvermögen.

## Zweier- gruppen

Jeweils zwei Teilnehmer stehen sich gegenüber. Einer beginnt mit Bewegungen, die der andere spiegelt. Nach fünf Minuten werden die Rollen getauscht.



Im Plenum werden die Erfahrungen berichtet. Bearbeiten Sie dabei folgende Fragen:

## Fragen- katalog / Reflexion

- ? **Was war schwer, was ging leicht?**
- ? **Bin ich an meine Grenzen gekommen? Wenn ja, wo?**
- ? **Wie habe ich mich gefühlt, als ich die Bewegungen des anderen nachahmte?**
- ? **Wie habe ich mich gefühlt, als meine Bewegungen nachgeahmt wurden?**
- ? **Wie war diese Übung für mich? Was hat Sie ausgelöst?**



**Notizen**

A large, empty rectangular box with a thin grey border, intended for taking notes. It occupies most of the page below the 'Notizen' header.