

- Die Klasse bildet einen Kreis. Eine Person stellt sich in die Mitte und macht Gesten und Bewegungen, nimmt Haltungen ein und stellt Pantomimisch Berufe oder Gegenstände dar. Die übrigen Schülerinnen und Schüler ahmen die Bewegungen nach.
- Die Klasse teilt sich in Paare auf. Die eine Person jedes Paares schliesst die Augen. Die andere Person fasst sie sanft an den Schultern und führt sie langsam vorwärts. Mit etwas Übung können unebene Gelände erprobt und Hindernisse überwunden werden. Dann wird gewechselt. Variante: Die erste Person darf auf ein Zeichen der zweiten ab und zu die Augen öffnen. Die zweite Person kann die erste so an überraschende Stellen führen und sogar den Kopf der ersten sanft auf einen besonders reizvollen Flecken ausrichten, so dass der Blick beim Augenöffnen auf ganz unerwartete Dinge trifft.
- Vier bis sechs Kinder bilden einen engen Kreis und halten die flachen Hände etwa in Brusthöhe vor sich hin. Ein weiteres Kind steht in der Mitte und macht sich ganz steif. Es lässt sich langsam in eine Richtung fallen. Die Kinder im Kreis müssen es sofort sanft auffangen und wieder aufstellen. Wieder lässt es sich in eine Richtung fallen und so weiter. Nach einigen Minuten ist ein anderes Kind an der Reihe.



Natürlich gibt es viele weitere simple und gefahrlose Aufgaben und Spiele, die für Kinder und Jugendliche Überwindung brauchen. Vielleicht lassen sich Ihre Schülerinnen und Schüler (in Kleingruppen) weitere solche Aufgaben einfallen und fordern damit ihre Kolleginnen und Kollegen heraus, ihren Mut zu testen.

Solche Übungen machen deutlich, dass Mut etwas sehr Individuelles ist: Die einen wagen körperliche Herausforderungen, anderen fällt es einfacher, sich zu exponieren. Sprechen Sie mit Ihrer Klasse darüber, was Mut ist (vgl. Vorschlag oben). In Kapitel 11 finden Sie zudem einen Vorschlag, mit dem Jugendliche ausloten können, welche Risiken sie einzugehen bereit sind.

Das zweite und das dritte Spiel fördern gleichzeitig das Auskommen in der Gruppe. Deshalb hier noch einige Bemerkungen zu dieser Perspektive: Erfahrungen zeigen, dass die Übungen Mädchen einfacher fallen als Knaben. Knaben gehen meist unsanft miteinander um. In der Auswertung kann dies thematisiert werden: Wie möchte ich, dass mit mir umgegangen wird, damit ich wirklich vertrauen kann? Wie bin ich selber mit meinem Partner oder meiner Partnerin umgegangen? Die Übungen können im Sinne eines Rituals regelmässig wiederholt werden. Mit der Zeit gewöhnen sich auch die Ungestümeren daran.

Aus Mutanfelle Fachschule Nordwestschweiz