

TEILNEHMERMATERIAL

zum Buch

Klaus W. Vopel

Interaktionsspiele für Jugendliche Band 3

iskopress

Inhalt

S. 27*	Familienmythen
S. 41	Vorschriften
S. 43	Ähnlichkeiten und Unterschiede
S. 50	Elterninterview
S. 55/56	Arbeitsrollen der Eltern
S. 84	Menschen und Plätze
S. 87	Freundliche Sätze
S. 90	Geschenke
S. 93	Erziehung zur Einsamkeit
S. 97/98	Wer gehört zur Clique?
S. 100	Was erfordert Freundschaft?
S. 102	Meine Freunde
S. 109	Freunde meines Lebens
S. 113	Ist das Liebe?
S. 118	Erwartungen an eine langfristige Partnerschaft
S. 130	Ein »richtiger« Junge, ein »richtiges« Mädchen
S. 134	Männer und Frauen
S. 141/142	Abigail und Gregor

*Die Seitenangaben beziehen sich auf das o.g. Buch.

FAMILIENMYTHEN

Im Folgenden sind einige häufig vorkommende Familienmythen aufgeführt. Lies sie durch. Vielleicht erkennst du Bestandteile des Familienmythos wieder, der in deiner eigenen Familie gepflegt wird.

- Wir müssen zusammenhalten.
- In unserer Familie hat es nie Feiglinge gegeben.
- Wir hatten schon immer Pech.
- Wir haben uns alle lieb.
- Bei uns wird sich nie etwas ändern.
- Unsere Familie ist etwas Besonderes.
- Wir verlieren nie die Fassung, egal was passiert.
- Wir wären eine glückliche Familie, wenn... (Mama nicht depressiv, Papa nicht so cholerisch wäre).
- Bei uns ordnen sich die Frauen unter.
- Jeder sorgt für sich selbst.
- Wir müssen immer die Ersten sein.
- Wir sind tüchtig, aber die Welt merkt es nicht.
- Wir sind schon immer Arbeiter gewesen.
- Wir sind immer fröhlich und entdecken in allem etwas Gutes.
- Unsere Familie opfert sich auf für diejenigen, denen es schlecht geht.
- Wir sind die geborenen Lehrer.

Überlege nun, welchem Mythos deine eigene Familie insgeheim anhängt:

.....
.....
.....
.....

Kennst du Mythen anderer Familien?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

VORSCHRIFTEN

Dieses Arbeitsblatt soll dir helfen, einige der Auffassungen, Forderungen, Verbote, Ängste und Hoffnungen deiner Eltern ins Auge zu fassen, die sie dir im Alltag mitteilen, um sicherzustellen, dass du dich so verhältst, wie sie es wünschen.

Beende die Satzanfänge mit den Worten, die Vater oder Mutter voraussichtlich gebrauchen würden. Schreibe das auf, was dir als erstes einfällt.

Sei

Man sollte immer

Es ist schlimm, wenn du

Du musst

Es ist richtig, wenn du

Du solltest

Man muss

Du bist dumm, wenn du

Sei brav und

Du solltest dankbar sein, dass

Du bist im Unrecht, wenn du

Die Erfahrung zeigt, dass

Niemand

Pass auf, dass

Du bist zu

Wenn du

Nun lies alle beendeten Sätze noch einmal durch und finde den heraus, auf den du gefühlsmäßig im Augenblick am stärksten reagierst, der dich in irgendeiner Weise herausfordert. Schreibe diesen Satz noch einmal auf:

Was denkst du über diesen Satz? In welchen Situationen hörst du ihn? Wer sagt ihn dir? Was will der Betreffende von dir? Welche Vorteile hast du, wenn du ihn befolgst? Welche Nachteile?

Zum Schluss noch eine schwere Frage: Kannst du dir vorstellen, was deine Eltern veranlasst, einen solchen Satz zu sagen?

ÄHNLICHKEITEN UND UNTERSCHIEDE

Skizziere für die folgenden Situationen jeweils kurz, wie Mutter und Vater reagieren würden bzw. was du selbst tun würdest, wenn du eigene Kinder hättest. Schreibe die Reaktionen für die einzelnen Fragen auf ein gesondertes Papier.

1. Der Geburtstag eines Kindes steht unmittelbar bevor.
Mutter... Vater... Du selbst...
2. Ein Kind wird mitten in der Nacht krank.
Mutter... Vater... Du selbst...
3. Ein Kind zerbricht einen wertvollen Gegenstand.
Mutter... Vater... Du selbst...
4. Ein Kind ist sexuell belästigt worden.
Mutter... Vater... Du selbst...
5. Ein Kind befreundet sich mit einem Kind aus einer ausländischen Familie.
Mutter... Vater... Du selbst...
6. Ein Kind kommt betrunken nach Hause.
Mutter... Vater... Du selbst...

Notiere jetzt, in welchen Punkten du deinen Eltern ähnlich bist.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

In welchen Punkten unterscheidest du dich von ihnen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ELTERN-INTERVIEW

- Worauf bist du stolz, wenn du an dein Kind denkst?
- Worüber machst du dir Sorgen im Blick auf dieses Kind?
- Was ist die wichtigste Empfehlung, die du deinem Kind geben möchtest?
- Was sollte das Kind aus seinem Leben machen, damit du darüber glücklich sein kannst?
- Was hat das Kind dir zu deinem letzten Geburtstag geschenkt, und was hat dir dieses Geschenk bedeutet?
- Wann hast du dein Kind zum letzten Mal umarmt?
- Womit hat dieses Kind dich besonders verletzt?
- Womit hast du deinem Kind die größte Enttäuschung bereitet?
- Worin siehst du die größte seelische Ähnlichkeit zwischen dir und deinem Kind?
- Was bedeutet es für dich, dass dein Kind langsam erwachsen wird?

ARBEITSROLLEN DER ELTERN

Bitte beantworte die folgenden Fragen.

Wenn du die letzten 20 Jahre im Leben deines Vaters betrachtest: Was waren die drei größten Erfolge für ihn in seiner Arbeitsrolle?

.....
.....

Was waren seine drei größten Misserfolge?

.....
.....

Wenn du die letzten 20 Jahre im Leben deiner Mutter betrachtest: Was waren die drei größten Erfolge für sie in ihrer Arbeitsrolle?

.....
.....

Was waren ihre drei größten Misserfolge?

.....
.....

Welchen persönlichen oder fachlichen Qualitäten verdankt dein Vater den Erfolg in seiner Arbeitsrolle?

.....
.....

Welchen persönlichen oder fachlichen Qualitäten verdankt deine Mutter den Erfolg in ihrer Arbeitsrolle?

.....
.....

Welche Belohnungen erhält dein Vater für seinen Einsatz in seiner Arbeitsrolle?

.....
.....

Welche Belohnungen erhält deine Mutter für ihren Einsatz in ihrer Arbeitsrolle?

.....
.....

Worauf muss dein Vater verzichten?

.....

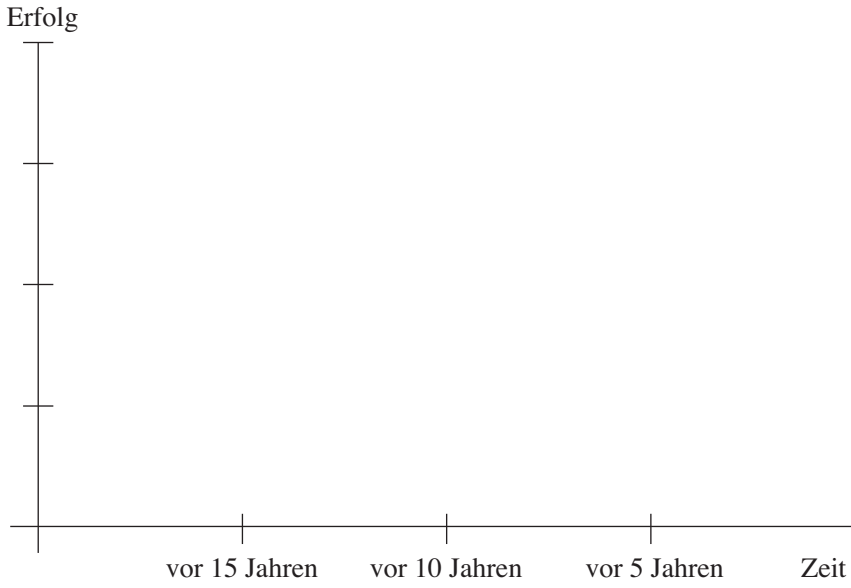
.....

Worauf muss deine Mutter verzichten?

.....

.....

Zeichne nun in das folgende Koordinatensystem zwei Kurven, die die Entwicklung der Arbeitsrolle beider Eltern – von Vater und Mutter – in den letzten zwanzig Jahren wiedergeben. Lass die Höhepunkte und Tiefpunkte deutlich werden. Benutze zwei verschiedene Farben für die Linien von Vater und Mutter. Schreibe die wichtigen Ereignisse an die entsprechenden Stellen der Kurven.



Vergleiche nun die beiden Kurven von Vater und Mutter: Was fällt dir auf?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

MENSCHEN UND PLÄTZE

Beantworte die folgenden Fragen der Reihe nach:

Wer tut dir gut (so dass du dich freust, wenn du ihn oder sie siehst und wenn du in seiner oder ihrer Nähe bist)?

.....

Wer ist ein guter Zuhörer (jemand, der sich auf dich konzentriert und genau hört, was du sagst)?

.....

Wer mag dich als Person (mit deinen spezifischen Qualitäten und Eigenarten)?

.....

Wer ist der beste Lehrer, den du je hattest (jemand, von dem du gern mehr lernen würdest)?

.....

Welche ältere Person bewunderst du (jemand aus der Generation deiner Eltern, dem/der du in der einen oder anderen Weise ähnlich sein möchtest)?

.....

Welchen Gleichaltrigen respektierst du, weil er dir gegenüber ehrlich ist (jemand, der sagt, was er denkt, und der denkt, was er sagt)?

.....

Wenn das Telefon jetzt klingeln würde: Wer sollte es sein?

.....

Welcher Ort hat dir so gut gefallen, dass du dort gern eine Woche verbringen würdest?

.....

An welchem Platz fühlst du dich am freiesten?

.....

An welchem Ort (abgesehen von Zuhause) hast du das Gefühl, dass du wirklich dazugehörst?

.....

An welchem Ort fühlst du dich mit der Natur am stärksten verbunden?

.....

Wo hast du zuletzt so stark gelacht, dass du ganz erschöpft warst?

.....

FREUNDLICHE SÄTZE

Bitte ergänze die folgenden Satzanfänge:

An meinen Freunden schätze ich, dass sie

.....

Die Welt gefällt mir, weil.....

.....

Ich mag an meiner Familie, dass

.....

Ich liebe an meiner Mutter, dass sie

.....

Ich liebe an meinem Vater, dass er

.....

Ich kann mich auf meinen Freund/meine Freundin verlassen, dass er/sie

.....

Besonders wohl fühle ich mich in der Gegenwart von.....

Ich bin glücklich, wenn

.....

An meinem besten Freund/meiner besten Freundin bewundere ich, dass.....

.....

Am besten versteht mich

Viel gelernt habe ich von

Ich bin gern zusammen mit Leuten, die

.....

Das Beste, was ich anderen geben kann, ist

.....

In dieser Gruppe bin ich gern, wenn.....

.....

Ich bin wie jeder andere, da ich

.....

Ich bin anders als alle anderen, da ich

.....

GESCHENKE

Bitte schreibe in die erste Spalte der folgenden Tabelle untereinander die Namen deiner beiden besten Freunde und die Namen von zwei Familienmitgliedern, die dir im Augenblick sehr nahe stehen.

Dann überlege, was du an jedem dieser vier Personen schätzt und was du von jedem Einzelnen in letzter Zeit im übertragenen Sinne «bekommen» hast... Denk nun darüber nach, womit du jedem zu seinem Geburtstag eine Freude machen willst. Versuche, ein Geschenk auszuwählen, das gut zu der Person des anderen passt. Notiere deine Geschenke in der zweiten Spalte neben den Namen.

Wenn du das getan hast, überlege und notiere, welches immaterielle Geschenk du dem entsprechenden Menschen machen möchtest oder ihm wünschst, so dass er glücklicher sein kann. So kannst du deinem Freund vielleicht Mut wünschen, wenn er sich von seinen Eltern stark gängeln lässt.

Wenn du das für alle vier Personen gemacht hast, denke darüber nach, welches immaterielle Geschenk jede der vier Personen dir machen würde, damit du auch glücklicher sein kannst. Was brauchst du, um dein Leben genießen zu können? Trage die Geschenke der vier Personen für dich in die vierte Spalte ein...

Eine Frage zum Schluss: Kannst du irgend etwas herausfinden, was du gebrauchen könntest, um glücklich zu sein, und woran du bisher noch nie gedacht hast?...

Name	Geschenk	immaterielles Geschenk von mir	immaterielles Geschenk für mich

ERZIEHUNG ZUR EINSAMKEIT

Der Therapeut Claude Steiner hat einige elterliche Grundsätze zusammengestellt, die es Kindern schwer oder unmöglich machen, eine sinnvolle Einstellung zum Austausch von Zuwendung zu entwickeln:

Zeige deine Zuneigung nicht

Trage dein Herz nicht auf der Zunge. Hüte dich davor, anerkennende Worte oder gar Begeisterung anderen gegenüber auszudrücken. Sei sparsam mit Komplimenten und Lob.

Nimm Zuwendung nicht an

Traue keinem, der dir etwas Nettes sagt. Wenn jemand freundlich ist zu dir, dann darfst du das nicht einfach genießen. Wenn dir jemand ein Kompliment macht, sag schnell etwas Negatives über dich oder revanchiere dich augenblicklich und gib ein Kompliment zurück.

Weise Zuwendung nicht zurück

Sei ein braves Kind. Wenn dir jemand etwas gibt, was du nicht haben willst, zeig das nicht. Wenn dich zum Beispiel eine alte Tante küsst, die du nicht ausstehen kannst, dann lass es über dich ergehen.

Lobe dich nicht selbst

Eigenlob stinkt. Sag zu niemandem – auch nicht zu dir selbst – dass du irgendwas getan hast, worauf du stolz bist, oder dass du dich magst, so wie du bist.

Bitte nicht um Zuwendung

Nur wenn jemand dir deine Wünsche von den Augen abliest, ist es wirklich wertvoll. Sag anderen nicht, was du von ihnen bekommen möchtest. Bitte nie darum, in den Arm genommen zu werden oder dir etwas Nettes zu sagen.

WER GEHÖRT ZUR CLIQUE?

Zu welchen Cliques gehörst du?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Was tut ihr zusammen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Was gefällt dir dort?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Stell dir vor, dass du dir eine ideale Clique zusammenstellen könntest.
Welche Art von Personen sollten dazugehören?

Person	1	2	3	4	5	6
Alter						
Geschlecht						
Eigenschaften						
1.						
2.						
3.						
Interessen						
1.						
2.						
3.						

WAS ERFORDERT FREUNDSCHAFT?

Bitte überprüfe die folgenden Sätze über Freundschaft und kreuze diejenigen an, die deiner Meinung nach richtig sind.

- Ein Freund ist jemand, in dessen Gegenwart ich mich wohl fühle.
- Neue Freunde sind die besten.
- Ein Freund versteht mich besser als andere.
- Ein Freund verletzt mich nie.
- Ein Freund muss persönliche Qualitäten haben, die ich schätze.
- Wahre Freundschaften dauern selten lange.
- Ein Freund ist jemand, den auch meine Eltern mögen.
- Ein guter Freund kritisiert mich nicht.
- Freunde teilen einander auch Geheimnisse mit.
- Um einen Freund zu halten, muss man Geld für ihn ausgeben.
- Um einen Freund zu behalten, muss man aufrichtig sein.
- Ein Freund geht mit mir durch dick und dünn, ganz egal, was ich tue.
- Man kann nur einen einzigen guten Freund haben.
- Auf einen guten Freund kann man sich verlassen.
- Mit einem guten Freund darf man nicht streiten.

MEINE FREUNDE

Schreibe die zehn wichtigsten Qualitäten, die du bei einem guten Freund erwartest, in die erste Spalte der Tabelle senkrecht.

Qualitäten

Namen meiner Freunde

	1	2	3	4	5
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

Nun schreibe die Namen deiner fünf besten Freunde zu den Nummern 1 bis 5 oben in die Tabelle.

Wenn du das getan hast, konzentriere dich auf den ersten Freund und überprüfe sorgfältig, welche Qualitäten er besitzt. Kreuze die Eigenschaften an, die du bei ihm erlebt hast...

Danach tu dasselbe für die anderen vier Freunde.

FREUNDE MEINES LEBENS

Schreibe zunächst die Namen aller engen Freunde auf, die du bisher in deinem Leben hattest:

.....
.....
.....
.....

Nimm dir ein Blatt Papier und berichte für jeden Freund in einem kleinen Absatz, wie du ihn kennen lerntest, was dich anzog, was ihr zusammen machtet, wie lange ihr befreundet wart und warum ihr euch trenntet...

Lies dir dann die Notizen noch einmal durch. Hast du bei den verschiedenen Freunden ähnliche Erfahrungen gemacht?

.....
.....
.....
.....

Was hat sich in der Art deiner Freundschaften im Laufe deines bisherigen Lebens verändert?

.....
.....
.....
.....

Womit bist du zufrieden, was dein eigenes Verhalten den Freunden gegenüber angeht? Womit bist du unzufrieden? Was könntest du in Zukunft anders machen?

.....
.....
.....
.....

Stell dir jetzt deinen gegenwärtig besten Freund vor. Kannst du dir denken, was er sich von dir wünscht, damit eure Freundschaft noch schöner wird?

.....
.....
.....
.....

IST DAS LIEBE?

Lies die folgenden Sätze durch und kreuze die an, die deiner Meinung nach richtig sind.

- Ehen werden im Himmel geschlossen.
- Liebe ist das Einzige, was für eine gute Partnerschaft wichtig ist.
- Man kann zwei Menschen zur gleichen Zeit lieben.
- Wer sich nicht selbst liebt, kann auch keinen anderen lieben.
- Liebe ist das Brot der Armen.
- Sexualität ist der wichtigste Bereich in einer Liebesbeziehung.
- Sexualität außerhalb der Partnerschaft ist nicht akzeptabel.
- Eine Ehe ohne Kinder ist wie eine Suppe ohne Salz.
- Partner müssen dieselben Interessen haben, wenn die Liebe andauern soll.
- Nur wer einsam sein kann, kann auch lieben.
- Eifersucht ist ein Beweis für große Liebe.
- Wer liebt, tut alles für den anderen.
- Wen du liebst, dem tust du immer weh.
- In einer Liebesbeziehung muss sich einer anpassen.
- Je mehr du jemanden liebst, desto zorniger kannst du auf ihn sein.
- Liebe und Sexualität gehören zusammen.
- Sexualität und Sinnlichkeit sind dasselbe.
- Die Liebe verändert sich mit dem Älterwerden.

Schau dir die Sätze, die du für richtig hältst, noch einmal im Zusammenhang an. Passen Sie zueinander? Schreibe in einigen Sätzen deine Gedanken dazu auf.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ERWARTUNGEN AN EINE LANGFRISTIGE PARTNERSCHAFT

Bitte kreuze die Sätze an, die deinen eigenen gegenwärtigen Erwartungen an eine langfristige Beziehung entsprechen.

Ich möchte

- einen Partner, der loyal, liebevoll und exklusiv ist.
- beständige Unterstützung gegenüber der übrigen Welt.
- einen gleichwertigen Partner, den ich achte.
- einen attraktiven Partner, um den andere mich beneiden.
- eine Versicherung gegen Einsamkeit.
- Teil einer Zweiergemeinschaft sein, anstatt allein zu leben.
- eine Lösung für das Chaos des Lebens.
- eine Beziehung, die andauern soll, «bis dass der Tod uns scheidet».
- erlaubten und jederzeit möglichen Sex.
- eine Familie mit Kindern.
- eine respektable Position und gesellschaftlichen Status.
- eine ökonomische Einheit bilden.
- mit meinem Partner gemeinsame Lebensziele verfolgen, die sein und mein Handeln inspirieren (z. B. zusammen in die Dritte Welt gehen, zusammen ein Geschäft aufbauen usw.).

Lies dir nun die angekreuzten Aussagen noch einmal durch und bringe sie durch Nummerierung in eine Rangreihe...

Überlege, wieweit deine Rangreihe den Erwartungen deiner Eltern an ihre eigene Beziehung entspricht und in welchen Punkten sie sich unterscheidet:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

EIN «RICHTIGER» JUNGE – EIN «RICHTIGES» MÄDCHEN

Schreibe die zehn Forderungen auf, die deine Mutter und dein Vater an dich stellen, damit du ein «richtiger» Junge bzw. ein «richtiges» Mädchen würest.

Mutter:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

Vater:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

Schau dir die verschiedenen Forderungen an: Wieweit passen die Forderungen von Vater und Mutter zusammen?

Kreuze die Forderungen beider Eltern an, denen du besonders gefolgt bist.

Wenn du das getan hast, beantworte die Frage: Welche Vorteile hast du davon gehabt und welche Nachteile?

.....

.....

.....

.....

.....

MÄNNER UND FRAUEN

Gib jeweils so viele Antworten, wie dir einfallen. Benutze ggf. ein weiteres Blatt Papier.

1. Weil ich ein Junge bzw. ein Mädchen bin,
muss ich.....
.....
.....
darf ich.....
.....
.....
darf ich nicht.....
.....
.....
2. Wenn ich ein Mädchen bzw. ein Junge wäre,
könnte ich
.....
.....
würde ich
.....
.....
würde ich nicht
.....
.....
3. Als Mensch möchte ich
.....
.....
.....
4. Das Wichtigste im Leben eines Mannes ist.....
.....
.....
.....
5. Das Wichtigste im Leben einer Frau ist
.....
.....
.....

ABIGAIL UND GREGOR

Es war einmal ein Mädchen, das hieß Abigail. Sie lebte am Alligator-Fluss, in dem es von Krokodilen wimmelte. Ihr Freund Gregor lebte auf der anderen Seite des Flusses.

Beide waren sehr ineinander verliebt und hatten große Sehnsucht, einander wiederzusehen. Unglücklicherweise hatte nämlich ein Unwetter die kleine Brücke zerstört, so dass es für beide schwer war, zueinander zu kommen.

Abigail verging beinahe vor Sehnsucht. Daher suchte sie den Fischer Sindbad auf, der das einzige Boot in der Gegend besaß. Sie schilderte ihm die Situation und bat ihn, sie über den Fluss zu fahren. Sindbad erklärte sich dazu bereit, aber nur unter der Bedingung, dass sie vorher mit ihm schlief. Abigail war entrüstet über dieses Tauschgeschäft, weil sie Sindbad nicht liebte und deshalb nicht mit ihm schlafen wollte. Sie wies Sindbads Ansinnen zurück und ging fort, um andere Leute zu suchen, die ihr helfen würden. – Sie bat viele Leute um Hilfe, doch niemand wusste einen Weg für sie.

Enttäuscht ging sie nach Hause zu ihrer Mutter und erzählte von ihren vergeblichen Versuchen und von Sindbads Vorschlag. Sie bat die Mutter um Rat. Die Mutter antwortete: «Schau, Abigail, du bist jetzt ein großes Mädchen. Du musst selbst wissen, was du tun willst, und deine Entscheidungen allein treffen.» Sprach's und ging ihren eigenen Geschäften nach.

Abigail dachte lange nach. Schließlich entschloss sie sich, Sindbads Vorschlag anzunehmen, weil sie Gregor unbedingt wiedersehen wollte. In der Nacht schlief sie mit Sindbad. Und er erfüllte sein Versprechen und brachte sie am nächsten Morgen ans andere Ufer des Flusses.

Nach einigen glücklichen Stunden mit Gregor hatte Abigail das Bedürfnis, Gregor zu sagen, was vorgefallen war. Als er die ganze Geschichte gehört hatte, geriet er außer sich vor Wut: «Was hast du getan? Ich kann nicht glauben, dass du das getan hast! Du hast mit Sindbad geschlafen! Jetzt ist alles aus! Vergiss uns beide! Ich will nichts mehr mit dir zu tun haben!»

Verzweifelt ging Abigail fort. Bitter weinend traf sie einen jungen Burschen mit Namen Slug. Sie lehnte sich an seine Schulter und klagte ihm ihr Leid. Slug hörte voller Empörung zu und ging zornig zu Gregor, um ihn zu verprügeln. Abigail folgte ihm, schaute von Ferne zu und begann zu lachen.

Denk zunächst für dich allein über die Geschichte von Abigail und Gregor nach.

Versuche nun, verschiedene Formen der Liebe zu identifizieren. Wie viele verschiedene Formen der Liebe kannst du entdecken, und wie kannst du sie kurz charakterisieren?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Welche Einstellung haben die Personen dieser Geschichte zur Sexualität?

Abigail

.....

Sindbad

.....

Mutter

.....

Gregor

.....

Slug

.....

Mit wem kannst du dich am leichtesten identifizieren? Bringe die fünf Personen in eine entsprechende Reihenfolge:

.....
.....
.....
.....
.....