

Burgen, Prinzessinnen und Erdbeben

Ein dynamischer, bewegungsreicher Energizer, bei dem die Teilnehmenden menschliche „Burgen“ und „Prinzessinnen“ bilden und sich auf Zuruf neu organisieren. Die Aktivität fördert Aufmerksamkeit, Kooperation und Anpassungsfähigkeit und schafft gleichzeitig eine spielerische Atmosphäre.

Modul 4 – Aktivität 1

Duration: 5 min

Art der Aktivität: Energizer

Arbeitsformat: Gesamtgruppe



Lernziele

Die Teilnehmenden können:

- schnell auf wechselnde Anweisungen in einer Gruppensituation reagieren.
- Rollenflexibilität und kollektive Neuorganisation erleben.
- ihre körperliche Energie und Gruppenzugehörigkeit vor einer kooperativen Arbeitsphase steigern.
- reflektieren, wie sich Strukturen und Rollen in Kommunikationsprozessen verändern können.



Benötigte Materialien & Ressourcen

Keine Materialien erforderlich.

Es wird ein großer Raum benötigt, in dem die gesamte Gruppe im Kreis stehen und sich frei bewegen kann.



Erfolgsindikatoren

- Die Teilnehmenden beteiligen sich aktiv und wechseln zügig zwischen den Rollen.
- Lachen und positive Energie sind in der Gruppe spürbar.
- Die Teilnehmenden zeigen, dass sie die Anweisungen verstanden haben.



○→○→○ Schritt-für-Schritt

Schritt 1 – Einführung (1 min)

Ziel dieses Schrittes

Rollen und Regeln klar erklären und die Teilnehmenden auf die Bewegung vorbereiten.

Anweisungen an die Teilnehmenden

Die Teilnehmenden bilden Gruppen:

- Zwei Personen bilden eine „Burg“, indem sie nebeneinanderstehen und ihre Hände über dem Kopf berühren.
- Eine Person steht in der Mitte als „Prinzessin“.
- Eine Person bleibt außerhalb und übernimmt die Rolle des/der Spielleitung (Rufer:in).

Rolle der Trainerin / des Trainers

Erklärt und demonstriert die Positionen und stellt sicher, dass alle die drei Kommandos verstehen.

Schritt 2 – Hauptaktivität (3 min)

Beschreibung der Aktivität

Die/der Rufer:in gibt eines von drei Kommandos:

- **Burg:** Die Prinzessinnen bleiben stehen. Die „Burg-Seiten“ lösen sich auf und suchen sich jeweils eine neue Prinzessin, sowie eine neue Partnerperson, um eine neue Burg zu bilden.
- **Prinzessin:** Die Burgen bleiben stehen. Die Prinzessinnen verlassen ihre Plätze und suchen sich eine neue Burg.
- **Erdbeben:** Alle lösen sich auf und bilden frei neue Dreiergruppen.

Die Person, die am Ende ohne Gruppe bleibt, wird zur/zum nächsten Rufer:in.

Spielt mehrere schnellen Runden hintereinander.

Anweisungen

Bewegt euch schnell, wechselt die Partner:innen und habt Spaß dabei.

Arbeitsmethoden (Gruppeneinteilung, Materialien, Regeln)

Gesamtgruppe, freie Bewegung, keine Materialien.



Schritt 3 – Abschluss / Gruppendiskussion (1 min)

Reflexionsfragen

- Wie hat es sich angefühlt, ständig die Rolle zu wechseln?
- Was hat euch geholfen, schnell einen neuen Platz zu finden?

Wichtige Punkte

Kommunikationssysteme verändern sich – Menschen müssen sich anpassen. Rollen sind flexibel, und Zusammenarbeit ist entscheidend.

Verbindung zur Theorie / inklusive Praxis

Inklusive Kommunikation erfordert Anpassungsfähigkeit, gemeinsame Verantwortung und Offenheit für verändernde Strukturen.



Gruppensimulation: Gestaltung eines Jugendbeteiligungs-Workshops

Eine partizipative Rollenspiel-Simulation, bei der die Teilnehmenden einen Workshop zur Jugendbeteiligung auf Basis zufällig zugeteilter Szenarien entwickeln. Die Aktivität fördert kreatives Denken und verankert Ideen gleichzeitig in realistischen organisatorischen Kontexten.

Modul 4 – Aktivität 2

Dauer: 55 Minuten

Art der Aktivität: Partizipativer Workshop / Rollenspiel

Arbeitsformat: Kleingruppen (4–5 Personen) + Gesamtgruppe



Lernziele

Die Teilnehmenden können:

- Kommunikationsherausforderungen anhand vorgegebener Szenarien analysieren.
- partizipative Workshops zur Einbindung junger Menschen in Kommunikationsprozesse gestalten.
- geeignete Methoden zur Jugendbeteiligung auswählen.
- einen Workshop mit klaren Zielen, Schritten und praktischen Rahmenbedingungen strukturieren.
- ihre Gestaltungsentscheidungen vor anderen begründen und präsentieren.



Benötigte Materialien & Ressourcen

- Gedruckte Szenariokarten (Zielgruppe, Ziel, erwartetes Ergebnis)
- Flipcharts oder große Papierbögen
- Marker und Stifte
- Haftnotizen (optional)
- Timer oder Uhr

Dies ist eine fertig einsetzbare Aktivität. Die Szenariokarten sollten im Voraus vorbereitet und in drei getrennte Stapel gemischt werden.



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Mitfinanziert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Exekutivagentur Bildung, Audiovisuelles und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



Erfolgsindikatoren

- Die Gruppen entwickeln einen strukturierten Workshop-Vorschlag.
- Die Teilnehmenden erläutern ihr Szenario und ihre Gestaltungsentscheidungen klar und deutlich.
- Aktive Beteiligung in den Gruppendiskussionen ist sichtbar.
- Die vorgeschlagenen Workshops spiegeln partizipative Ansätze und Inklusionsaspekte wider.
- Fragen und Feedback aus der Gruppe zeigen das Verständnis der Aufgabe.



○→○→○ Schritt-für-Schritt

Schritt 1 – Einführung (5 min)

Ziel dieses Schrittes

Den Rahmen der Simulation erklären und die Aufgabe klären.

Anweisungen an die Teilnehmenden

Bildet Gruppen mit 4–5 Personen.

Jede Gruppe entwickelt einen 90-minütigen Workshop zur Jugendbeteiligung auf Grundlage zufällig gezogener Szenarioelemente.

Jede Gruppe zieht drei Karten:

- Zielgruppe
- Ziel
- Erwartetes Ergebnis

Rolle der Trainerin / des Trainers

Regeln erklären, Materialien verteilen und sicherstellen, dass alle Gruppen die Aufgabe und die Zeitvorgaben verstanden haben.

Schritt 2 – Hauptaktivität (35 min)

Beschreibung der Aktivität

Auf Basis der drei gezogenen Szenarioelemente entwickelt jede Gruppe einen 90-minütigen partizipativen Workshop, der junge Menschen in die Verbesserung der Kommunikation ihrer Organisation einbindet.

Die Gruppen können frei partizipative Methoden wählen (z. B. Co-Creation, Storytelling, Theater, visuelles Mapping).

Jeder Workshop-Entwurf muss enthalten:

- **Ziel und Logik:** Warum werden junge Menschen eingebunden – und wie?
- **Ablauf des Workshops:** Hauptaktivitäten und Reihenfolge
- **Praktische Rahmenbedingungen:** Raum, Materialien, Moderationsbedarf

Der Rollenspielansatz fördert kreatives Denken innerhalb vorgegebener Rahmenbedingungen und simuliert reale Projektplanungssituationen.



Anweisungen

Die Gruppen dokumentieren ihre Ideen auf Flipcharts oder Papier und bereiten eine kurze Präsentation vor.

Arbeitsmethoden (Gruppeneinteilung, Materialien, Regeln)

Kleingruppenarbeit mit gemeinsamen Materialien. Die Trainerin / der Trainer geht herum, unterstützt und klärt bei Bedarf Fragen.

Schritt 3 – Abschluss / Gruppendiskussion (15 min)

Jede Gruppe präsentiert ihren Workshop und erklärt:

- welches Szenario sie gezogen hat
- die Struktur und den Ablauf ihres Workshops
- warum sie diese partizipativen Methoden gewählt hat.

Nach jeder Präsentation können 1–2 Fragen gestellt oder kurze Rückmeldungen gegeben werden.

Reflexionsfragen

- Was war herausfordernd daran, innerhalb vorgegebener Rahmenbedingungen zu planen?
- Welche partizipativen Methoden erschienen euch für euer Szenario besonders geeignet?
- Wie realistisch wäre dieser Workshop in eurer Organisation umsetzbar?

Wichtige Punkte

- Jugendbeteiligung erfordert bewusste Planung – nicht Improvisation.
- Unterschiedliche Zielgruppen benötigen unterschiedliche Ansätze.
- Praktische Planung ist entscheidend für inklusive Kommunikation.

Verbindung zur Theorie / inklusive Praxis

Diese Aktivität verdeutlicht die Bedeutung von Co-Kreation, echter Beteiligung und der Anpassung von Kommunikationsstrategien an unterschiedliche Jugendgruppen.

Sie knüpft direkt an die „Partizipationsleiter“ (Ladder of Participation) sowie an Prinzipien non-formaler Bildung an, indem sie über reine Konsultation hinausgeht und Zusammenarbeit fördert.



Anhang 1 – Szenario-Karten zum ausdrucken

- **Zielgruppe**

NEET – nicht in Beschäftigung, Ausbildung oder Trainings stehende Jugendliche

Junge Menschen mit intellektueller Behinderung

LGBTQ+ - Jugendliche

Frühe Schulabgänger:innen

- **Ziele**

eine Organisationswebsite zugänglicher gestalten

ein Plakat für ein Jugendprogramm neu gestalten

Feedback zu bestehenden Angeboten sammeln

einen neuen Kommunikationskanal gemeinsam entwickeln

- **Erwartetes Ergebnis**

ein gemeinsam erstellter Flyer

eine Liste mit Kommunikationsempfehlungen

ein Prototyp für Social-Media-Beitrag

Ein Feedbackbericht



Zip – Zap – Zup

Ein energiegeladenes Kreisspiel, bei dem die Teilnehmenden einen unsichtbaren Kommunikationsfluss mithilfe von drei Kommandos weitergeben. Die Aktivität stärkt Aufmerksamkeit, Zuhörfähigkeit und Gruppenkoordination.

Modul 4 – Aktivität 3

Dauer: 5 min

Art der Aktivität: Energizer

Arbeitsformat: Gesamtgruppe



Lernziele

Die Teilnehmenden:

- konzentriertes Zuhören und schnelles Reagieren üben
- erleben, wie Kommunikation fließt und ihre Richtung ändert.
- die Gruppenenergie nach einer Pause steigern.
- über kollektive Verantwortung in Kommunikationsprozessen reflektieren.



Benötigte Materialien und Ressourcen

Keine Materialien erforderlich.

Die Teilnehmenden stehen im Kreis.



Erfolgsindikatoren

- Die Teilnehmenden folgen den Kommandos korrekt und bleiben aufmerksam.
- Das Energieniveau steigt nach der Pause.
- Die Teilnehmenden reagieren schnell und unterstützen sich gegenseitig.
- Eine kurze Reflexion stellt den Bezug zu Kommunikationsdynamiken her.



○→○→○ Schritt-für-Schritt

Schritt 1 – Einführung (1 min)

Ziel dieses Schrittes

Die Regeln erklären und den Kreis bilden.

Anweisungen an die Teilnehmenden

Alle stellen sich in einen Kreis.

Erklärt, dass eine unsichtbare „Energie“ zwischen den Personen weitergegeben wird.

Rolle der Trainerin / des Trainers

Demonstriert jedes Kommando klar und deutlich.

Schritt 2 – Hauptaktivität (3 min)

Beschreibung der Aktivität

Die Trainerin / der Trainer startet den Energiefluss, indem sie auf eine Person zeigt und sagt:

- **Zip:** Die Energie wird an die Person neben dir in derselben Richtung weitergegeben.
- **Zap:** Die Richtung der Energie wird umgekehrt.
- **Zup:** Die Energie wird an eine beliebige Person im Kreis geschickt

Die empfangende Person muss den Energiefluss sofort fortsetzen.

Wenn jemand zögert oder einen Fehler macht, tritt diese Person aus dem Kreis heraus.

Anweisungen

Haltet ein schnelles Tempo und bleibt aufmerksam.

Arbeitsmethoden (Gruppeneinteilung, Materialien, Regeln)

Gesamtgruppe im Stehkreis, keine Materialien

Schritt 3 – Abschluss / Gruppendiskussion (1 min)

Reflexionsfragen

- Was hat den Energiefluss reibungslos gemacht?
- Was ist passiert, als jemand die Konzentration verloren hat?





Wichtige Punkte

Kommunikation bewegt sich, ändert die Richtung und erfordert die Aufmerksamkeit aller Beteiligten.

Verbindung zur Theorie / inklusiven Praxis

Inklusive Kommunikation basiert auf Zuhören, Reaktionsfähigkeit und geteilter Verantwortung aller Beteiligten.



Von der Idee zur Umsetzung

Eine reflektierende Gruppenübung, bei der die Teilnehmenden die Erkenntnisse aus der vorherigen Simulation in konkrete nächste Schritte für ihre eigenen Organisationen übertragen. Anschließend folgt eine gemeinsame Reflexionsrunde zur Festigung zentraler Erkenntnisse und Selbstverpflichtungen.

Modul 4 – Aktivität 4

Dauer: 30 min

Art der Aktivität Praktische Übung / Reflexionsaktivität

Arbeitsformat: Kleingruppen (nationale Gruppen) + Gesamtgruppe



Lernziele

Die Teilnehmenden können:

- reflektieren, wie partizipative Ansätze in ihrem organisatorischen Kontext angewendet werden können.
- konkrete Möglichkeiten identifizieren, junge Menschen in Kommunikationsprozesse einzubeziehen, und
- potenzielle Umsetzungsbarrieren analysieren.
- realistische nächste Schritte für eine inklusive Kommunikationspraxis definieren.
- persönliche zentrale Erkenntnisse aus dem Modul formulieren.



Benötigte Materialien & Ressourcen

- Flipcharts oder große Papierbögen
- Marker und Stifte
- Haftnotizen (optional)

Dies ist eine sofort einsetzbare Aktivität. Es werden keine digitalen Tools benötigt.



Erfolgsindikatoren

- Jede Gruppe identifiziert mindestens eine realistische und konkrete Maßnahme.
- Die Teilnehmenden zeigen eine kritische Reflexion organisationaler Barrieren.
- Die Gruppen formulieren klare Selbstverpflichtungen.
- Die Teilnehmenden benennen eine zentrale persönliche Erkenntnis aus dem Modul.



○→○→○ Schritt-für-Schritt

Schritt 1 – Einleitung (2 min)

Ziel dieses Schrittes

Die Teilnehmenden wieder mit ihrer organisatorischen Realität verbinden und die Reflexionsphase einleiten.

Anweisungen an die Teilnehmenden

Findet euch wieder in euren nationalen Gruppen (Kolleg:innen derselben Partnerorganisation) zusammen.

Ziel ist es, die Ideen aus der Simulation in umsetzbare und konkrete Maßnahmen zu übertragen.

Rolle der Trainerin / des Trainers

Aufgabe, Zeitrahmen und erwartetes Ergebnis klar erläutern.

Schritt 2 – Hauptaktivität (15 min)

Beschreibung der Aktivität

Jede nationale Gruppe reflektiert und diskutiert:

- Wie können wir das heute Gelernte in eine reale partizipative Aktivität mit jungen Menschen in unserer Organisation übertragen?
- In welche konkreten Projekte oder Vorhaben können wir dies in den nächsten 3 Monaten integrieren?
- Welche Barrieren könnten auftreten (z. B. interne Widerstände, organisatorische Hürden, Finanzierung) – und wie können wir damit umgehen?

Die Gruppen formulieren 1–2 konkrete nächste Schritte, die sie nach der Schulung umsetzen möchten.

Anweisungen

- Die wichtigsten Punkte auf einem Flipchart festhalten.
- Eine kurze Präsentation vorbereiten.



Arbeitsmethoden (Gruppeneinteilung, Materialien, Regeln)

Kleingruppendiskussion mit schriftlicher Dokumentation.

Die Trainerin / der Trainer geht herum, unterstützt und stellt vertiefende Fragen.

Schritt 3 – Abschluss / Gruppendiskussion (8 min)

Jede Gruppe stellt im Plenum kurz ihre geplanten nächsten Schritte vor.

Die Trainerin / der Trainer hebt gemeinsame Muster, realistische Strategien und praktikable Lösungen hervor.

Reflexionsfragen

- Welche eine konkrete Maßnahme möchtest du persönlich ausprobieren?
- Welche Erkenntnis von heute wird dir besonders in Erinnerung bleiben?

Die Teilnehmenden antworten in einer kurzen Blitzrunde (je ein Satz).

Wichtige Punkte

- Inklusive Kommunikation ist am stärksten, wenn junge Menschen nicht nur Zielgruppe, sondern Mitgestalter:innen sind.
- Kleine, kontinuierliche Schritte führen zu nachhaltiger organisatorischer Veränderung.
- Partizipation ist eine Haltung – keine einmalige Aktivität.

Verbindung zur Theorie / inklusiven Praxis

Diese Aktivität festigt das Lernen, indem sie partizipative Theorie mit praktischer Umsetzung verbindet. Sie stärkt die Prinzipien geteilter Verantwortung, realistischer Planung und langfristiger Integration inklusiver Kommunikationspraxis.

