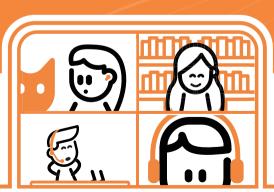


FILIDIES DIGITAL



Technische Hinweise

Die digitale Flow Box - für Online-Treffen

Nicht nur in Zeiten von Kontaktbeschränkungen veranstalten immer mehr Flow-Gruppen auch Online-Treffen. Hierfür können alle Gruppen den Flow-Zoom-Pro-Account nutzen. Im Gegensatz zu Treffen vor Ort, gibt es bei virtuellen Treffen natürlich ein paar Besonderheiten. In dieser Box findet ihr viele Anregungen, um auch diese so abwechslungsreich wie möglich zu gestalten.

Unterteilt ist die Box nach dem chronologischen Ablauf eines typischen Online-Gruppenabends - Start, Hauptteil und Abschluss - an den ihr euch halten könnt, aber natürlich nicht müsst.

In dieser Box wird typischerweise eine Übung oder ein Spiel pro Karte ausführlich beschrieben und mit Tipps und ggf. Varianten ergänzt, damit es spannend bleibt. Tipps erkennt ihr an den blauen, Varianten an den grauen und technische Hinweise zu Einstellungen bei Zoom an den schwarzen Boxen.

Ganz hinten in diesem Dokument findet ihr die so genannten Challenge-Seiten in Orange. Sie bieten euch viele Möglichkeiten, den Schwierigkeitsgrad vieler Übungen und Spiele zu variiieren. Ihre genauen Eigenschaften sind ab Seite C1 hinten erklärt und Übungen oder Spiele, bei denen ihr die Challenges gut anwenden könnt, sind zu ihrer Erläuterung immer mit dem Symbol rechts unten gekennzeichnet. Die Zahlen unter dem Symbol beziehen sich auf die jeweiligen Challenges, die für die entsprechende Übung (z.B. wie hier "nur" 4 & 5 oder auch alle von 1 bis 6 usw.) zu empfehlen sind.

Inhaltsübersicht

ı.	Zoom-Anleitung			
	 Voraussetzungen und Vorbereitung 	Seite 4		
	Während des Treffens: Chat	Seite 5		
	 Während des Treffens: Bildschirm freigeben, 			
	Whiteboard nutzen, Hintergrund ändern	Seite 6		
2.	Der Start: Warm-up			
	Rubrik: Vorstellung	Seite 8-9		
	Rubrik: Gefühlslage / Befinden	<u>Seite 10-11</u>		
3.	Der Hauptteil			
	Rubrik: Kurze Sprechspiele	Seite 13-17		
	Rubrik: Mein Stottern	Seite 18-21		
	Rubrik: Freies Sprechen	Seite 22-27		
	Rubrik: Vorträge	Seite 28-31		
	Rubrik: Leseübungen	Seite 32		
	Rubrik: Spiele	<u>Seite 33-38</u>		
4.	Zwischendurch			
	Rubrik: Energizer	<u>Seite 39-41</u>		
5.	Der Schluss			
	Rubrik: Feedback	<u>Seite 43-44</u>		
6.	Challenge-Karten			
	Erläuterung	Seite CI		
	Challenges I-3	Seite C2-C4		
	Challenges 4-6	Seite C5-C7		

I. Voraussetzungen und Vorbereitung

 Der Gruppenleiter / Jeder, der an einem Zoom-Meeting teilnehmen möchte, benötigt die Installation der kostenlosen Zoom-Software auf seinem PC / Mac oder lädt sich die kostenlose Zoom-App aufs Smartphone oder Tablet. Eine Registrierung oder Kontoerstellung ist nicht erforderlich!

Hier klicken je nach System:



- Der Gruppenleiter / Host erhält vom Flow-Orgateam die Zugangsdaten für den Flow-Zoom-Account, um ein Meeting erstellen ("planen") zu können.
- Eine kurze Anleitung u.A. zum Erstellen eines Meetings, findest Du hier.
- Der von Zoom nach Planung des Meetings erstellte Link zum Meeting kann wunderbar in der Whats-App-Gruppe der eigenen Flow-Gruppe geteilt werden, sodass alle anderen diesen nur noch anklicken müssen, um dem Meeting beizutreten.
- ZOPIN Ein Meeting veranstalten
- Wenn Du als Teilnehmer dem Meeting über den Einladungslink beigetreten bist, musst Du danach noch die Aktivierung von Mikrofon und Kamera bestätigen und schon kann's losgehen!
- Die Meeting-Dauer und Teilnehmerzahl ist unbegrenzt.

4

2. Während des Online-Treffens

 Zentrales Steuerungselement ist die so genannte Meeting-Kontrollleiste (siehe Screenshot). Weitere Erläuterungen findest Du im Folgenden oder auch hier.



Chat-Funktion

- Um Chat-Nachrichten mit allen oder einzelnen Teilnehmern zu auszutauschen, klickt einfach auf "Chat".
- Es öffnet sich ein Chat-Fenster:



 Im kleinen blauen Drop-Down-Menü, kannst Du auswählen, ob Du Deine Chatnachricht(en) an "Alle" oder an jeden anderen Teilnehmer privat schicken möchtest.

Anleitung Zoom

Bildschirm freigeben

- Um z.B. eine Präsentation, ein Bild oder ein anderes
 Dokument zu teilen, klickst Du in der Meeting-Kontrollleiste auf "Bildschirm freigeben" und dann im sich öffnenden Menü auf den Bildschirm, den Du teilen willst (z.B. "Bildschirm", "Desktop" oder direkt "Fotos", o.Ä.)
- Um z.B. eine PowerPoint-Präsentation vom PC / Mac zu teilen, öffne diese einfach auf dem Desktop und teile diesen dann über Zoom.
- Das Teilen des Bildschirms beendest Du, indem Du auf "Stoppen" klickst.
- Mehr Details findest Du auch hier.



Digitales Whiteboard nutzen

- Ein Teilnehmer klickt wieder auf "Bildschirm freigeben" und wählt dann "Whiteboard" aus (Das Teilen des Whiteboards ist nicht von allen Smartphones möglich, aber eine Mitnutzung sollte funktionieren).
- Derjenige, der das Whiteboard aktiviert und geteilt hat, kann es sofort benutzen. Alle anderen Teilnehmer können dies ebenfalls, nachdem sie (je nach Gerät) auf "Kommentieren" (oft unter "Optionen") oder auf das Stiftsymbol oder ähnliche Eingabefelder geklickt haben.
- Das Teilen des Bildschirms beendest Du wieder durch Klick auf "Stoppen".

Hintergrundbild ändern

- Um Dein Hintergrundbild zu ändern, klicke in der Zoom-Kontrollleiste auf "Virtueller Hintergrund" und dann auf das "+"-Symbol, um ein beliebiges Foto anstelle des realen Hintergrundes einzufügen
- Ist die Option "virtueller Hintergrund" nicht im Menü verfügbar, hat Dein Gerät keine Möglichkeit, diese technisch umzusetzen.

Der Start: Warm-up

Zu Beginn eines Gruppenabends im Gruppenraum ist es üblich, dass der Gruppenleiter oder derjenige, der für die Gestaltung dieses Gruppenabends verantwortlich ist, die Gruppe kurz begrüßt und – wenn etwas inhaltlich vorbereitet wurde oder geplant ist - schon kurz auf das hinweist, was heute ansteht.

Außerdem sollte jeder Teilnehmer anfangs die Gelegenheit bekommen, sich mitzuteilen, wenn ihm etwas auf dem Herzen liegt (z.B. eine anstehende sprachliche Herausforderung, ein schlechtes oder schönes Erlebnis mit dem Stottern, etc.). Spontaner und akuter Gesprächsbedarf hat immer Vorrang vor dem geplanten Ablauf!

Wenn mehrere Teilnehmer da sind, die sich noch nicht gut kennen, bietet es sich zudem an, eine kurze Vorstellungsrunde zu machen. Auch eine so genannte Blitzlicht-Runde, bei der jeder Teilnehmer kurz sagt, wie es ihm aktuell geht, hat sich bewährt und wird von vielen Gruppen durchgeführt. Hierzu und zu weiteren Aufwärmspielen mit Fokus aufs Sprechen findet ihr Anregungen auf den folgenden Seiten.

Einige Übungen haben als Zusatz dieses Logo unten auf der Seite:

Dies bedeutet, dass ihr den Schwierigkeitsgrad hier gut mithilfe der Challenges ab Seite CI erhöhen könnt. Die Zahlen unter dem Symbol beziehen sich auf die jeweiligen Challenges, die für die entsprechende Übung (z.B. wie hier "nur" 4 & 5 oder auch alle von I bis 6 usw.) zu empfehlen sind.



Große Vorstellungsrunde Übung

I. Runde - Fragen an die Teilnehmer:

- Wer bist Du und warum bist Du hier?
- Was machst Du beruflich?
- Welche Erwartungen hast Du an die Flow-Treffen?
- Welche Therapien hast Du bereits gemacht?
- Was kannst Du besonders gut? usw.

2. Runde - Erwartungsabfrage zu Beginn:

Jeder schreibt die Frage / Herausforderung / das Problem auf einen Zettel, die / das ihn in diesen Tagen oder Wochen am meisten beschäftigt und stellt sie / es der Gruppe vor. Beides kann reihum oder ohne festgelegte Reihenfolge geschehen.

Zusatzinfo

- Die I. Runde ist besonders geeignet, wenn viele neue Teilnehmer dabei sind.
- Die 2. Runde kann entweder ergänzend zur 1. Runde oder alleinstehend auch bei Teilnehmern, die sich schon besser kennen, durchgeführt werden.

Tipp

Behaltet gerade bei der 2. Runde die Zeit im Blick, wenn ihr für den Hauptteil des Abends inhaltlich schon etwas geplant habt. Falls nicht, und wenn es viel zu besprechen gibt, kann diese Warm-up-Runde natürlich auch abendfüllend werden. Wichtig ist, dass jeder Teilnehmer, der möchte, auch ausreichend zu Wort kommt und über sein Anliegen sprechen kann.

Variante

- Jeder stellt sich mit Namen, Wohnort, Geburtsort, Beruf, Hobbies, etc. vor.
- Allerdings müssen alle Angaben in jeder Rubrik mit demselben Anfangsbuchstaben beginnen.
- Der Erste beginnt mit einem beliebigen Buchstaben.
- Der nächste in der Reihe muss dann seine Antworten alle mit dem darauffolgenden Buchstaben in alphabetischer Reihenfolge beginnen usw. (z.B. beim Buchstaben "D": "Ich bin Dobias - wie man in Franken sagen würde - aus der Domstadt Köln" usw.) Seid kreativ!





Virtuelle Tour Übung

- Jeder Teilnehmer nimmt reihum das Gerät in die Hand, mit dem er am Online-Treffen teilnimmt und gibt den anderen eine kleine Tour durch den Raum, in dem er sich gerade befindet.
- Dabei erzählt er ein paar grundlegende Dinge zum Zimmer (z.B. "hier ist seit zwei Jahren mein Arbeitsplatz", "hier war früher das Zimmer meiner Schwester" oder "ich will diese Wand demnächst neu streichen" etc.), damit die Gruppe ihn besser kennenlernt.
- Wenn gewünscht, dürfen die anderen Fragen stellen.

Varianten

- Jeder "Zuschauer" aus der Gruppe sucht sich im Laufe der virtuellen Tour einen Gegenstand aus dem gezeigten Zimmer aus und stellt nach Tourende eine spezifische Frage zu diesem.
- Haltet eure Kamera Richtung Fenster und beschreibt, was ihr draußen seht.

Wichtig

Wenn die virtuelle Tour durch das Zimmer, in dem man sich gerade befindet, einem Teilnehmer zu privat ist, kann man natürlich, sofern möglich, auch in einen anderen Raum gehen und diesen beschreiben.







"Blitzlicht-Runde" Übung

Jeder Teilnehmer, der möchte, berichtet kurz, wie es ihm aktuell geht und wie zufrieden er mit seinem Sprechen ist und ob ihm noch etwas anderes auf dem Herzen liegt.

Varianten

- I. Die Teilnehmer nehmen in ihrem Beitrag eine bestimmte Frage auf. Z.B.:
 - Was war Dein schönstes / schlimmstes / merkwürdigstes etc. Erlebnis im Zusammenhang mit Deinem Stottern seit dem letzten Treffen oder im letzten Monat?
 - Worüber hast Du Dich im gleichen Zeitraum im Zusammenhang mit Deinem Sprechen gefreut?
 - Was ist Dir in dieser Zeit generell Positives widerfahren?
 - Was belastet Dich aktuell?
 - Was ging Dir heute auf dem Weg zum Treffen durch den Kopf?
 - und viele weitere mögliche Fragen...

2. Metaphorische Aussagen zum aktuellen Befinden:

- Wenn meine momentane Situation ein Fahrzeug wäre, dann wäre es ...
- Wenn meine aktuelle Situation eine Landschaft wäre, würde sie aussehen wie ...
- Wäre meine momentane Situation ein Märchen, so würde der Titel lauten ...
- Müsste meiner momentanen Situation einen Filmtitel / Buchtitel geben, so würde er lauten ...
- Wäre ich ein Tier / eine Blume / ein Gegenstand (genaue Bezeichnung erforderlich), wäre ich ...
- Müsste ich meiner momentanen Situation eine Zeitungsschlagzeile geben, würde diese lauten ...
- Müsste ich meine momentane Situation als Wetterbericht widergeben, wäre das Wetter wie folgt...

Wichtig

Das Gesagte wird immer nur aufgenommen und bleibt erstmal unkommentiert. Wenn in Übereinstimmung aller darüber im Hauptteil noch diskutiert werden soll, ist dies dann immer noch möglich.





"Themen-Würfel" Übung

Der Gruppenleiter / Moderator (oder auch einer der Teilnehmer) nimmt sich einen normalen 6-Augen-Würfel oder würfelt online unter www.online-wuerfel.de und legt für jedes Auge ein Gesprächsthema fest.

Vorschläge (beliebig änderbar):

- I. Auge: mein Zuhause
- 2. Augen: meine Zeit in der Schule, im Studium / Beruf
- 3. Augen: meine Hobbies
- 4. Augen: meine Träume
- 5. Augen: mein schönstes Erlebnis mit meinem Stottern
- 6. Augen: meine Therapie



- Setzt einen zeitlichen Rahmen für die Gespräche, damit sie ein "natürliches" Ende haben.
- Schreibt die Zuordnung der Themen zu den jeweiligen Würfelaugen auf ein Blatt Papier, um sie stets vor Augen zu haben.
- Fragt zum Schluss nach, ob jemand noch etwas loswerden möchte zu einem Thema, das er nicht gewürfelt hat.



Variante

Auf https://tscheck.in findet ihr einen Generator für allgemeine Warm-up-Fragen (auf Englisch).

Am besten teilt ein Teilnehmer seinen Bildschirm (Erläuterung auf S. 6), jemand nennt oder würfelt eine Zahl von I-10 und derjenige, der sie Seite offen hat, drückt so oft auf "Shuffle" auf der Website, wie es die genannte Zahl vorgibt. Die dann erscheinende Frage auf der Website wird reihum beantwortet.



Der Hauptteil

Von Sprechübungen über Diskussionen bis zu Spielen, könnt ihr natürlich bei jedem Online-Treffen spontan entscheiden, was ihr machen wollt. Alternativ spricht natürlich auch nichts dagegen, schon ein paar Wochen im Voraus die Themen des Gruppenabends zu planen und festzulegen.

Wichtig ist immer, dass spontane Bedürfnisse Vorrang vor geplanten Aktivitäten haben sollten!

Wenn z.B. ein Teilnehmer zu Beginn des Treffens von einem persönlichen Problem erzählt, über das er sprechen möchte oder von einer bevorstehenden Herausforderung, die er üben möchte (wie z.B. eine Präsentation über Screen-Sharing), dann ist es wichtiger, denjenigen dabei zu unterstützen, anstatt alle Aktivitäten wie geplant durchzuziehen.

Außerdem soll die Teilnahme an allen Gruppenaktivitäten stets freiwillig sein und es ist kein Problem, wenn Teilnehmer bei einem Treffen oder in Phasen dieses Treffens nur Beobachter oder Zuhörer sind.

Einige Übungen haben als Zusatz dieses Logo unten auf der Seite:

Dies bedeutet, dass ihr den Schwierigkeitsgrad hier gut mithilfe der Challenges ab <u>Seite C1</u> erhöhen könnt. Die

Zahlen unter dem Symbol beziehen sich auf die jeweiligen Challenges, die für die entsprechende Übung (z.B. wie hier "nur" 4 & 5 oder auch alle von 1 bis 6 usw.) zu empfehlen sind.





Übungen

"Stichwortrunde"

Ein Teilnehmer nennt laut ein beliebiges Stichwort. Der virtuelle Sitznachbar muss mit diesem Wort einen Satz bilden und denkt sich ein neues Stichwort aus, mit dem der nächste in der Runde einen Satz bilden muss usw.

Variante

Die Teilnehmer schicken dem Erzähler im Zoom-Privatchat (Erläuterung auf S.5) Stichworte zu. Er wählt eines aus und bildet daraus einen Satz. Die anderen Teilnehmer müssen nun raten, welches Stichwort er verarbeitet hat.

"Wortkette"

- A. Der erste Teilnehmer gibt ein Wort vor, das aus zwei Hauptwörtern besteht (z.B. Straßen-Bau).
- B. Der nächste in der Runde greift nur den 2. Wortteil auf und bildet daraus ein neues Wort nach demselben Schema (z.B. Bau-Stelle), usw.

Tipp

Legt ein Zeitlimit fest, falls ihr den Schwierigkeitsgrad steigern wollt.

"Wörterwerfen"

- Ein Teilnehmer wählt einen Begriff und sagt: "Ich werfe (z.B. "Regal" an Stefan!)"
- Dazu macht er eine Geste, so als würde er etwas werfen, das er vorher gehalten hat.
- Der Empfänger "fängt" jetzt das Objekt und wirft ein anderes Objekt weiter, dass ihm assoziativ zu "Regal" einfällt – also zum Beispiel "Buch".

Tipp

Stellt die "Wurfobjekte" gestisch passend dar: Eine Feder gibt man anders weiter als einen Elefanten! Rubrik: Kurze Sprechspiele



Übungen

"Ich packe meinen Koffer"

- Reihum sagt jeder, was er für einen Urlaub in seinen Koffer packt.
- Der virtuelle Sitznachbar muss alle Dinge, die seine Vorredner bisher eingepackt haben, wiederholen, bevor er selbst seinen Gegenstand "einpackt".
- Derjenige, der nicht alle Gegenstände richtig aufzählen kann, scheidet aus.



Varianten

 Gebt andere Oberthemen vor, z.B.: Einkaufen: "Ich packe in meinen Einkaufswagen Milch, Pesto, drei Packungen Nudeln und sechs Packungen Klopapier..." oder ich packe meinen Schulranzen...

> Legt am besten vor Beginn die Anzahl an zu spielenden Runden fest, damit sich jeder

beendet werden muss.

darauf einstellen kann, wann die Geschichte

- Erweitert die Anzahl an Wörtern, sodass jeder gleich zwei Dinge gleichzeitig einpacken muss.
- Alle Dinge, die eingepackt werden, müssen mit demselben Buchstaben anfangen.



"Wort für Wort-Geschichte"

- Die Gruppe einigt sich auf ein Thema.
- Der erste Teilnehmer beginnt die Geschichte, in dem er mit einem beliebigen Wort anfängt.
- Nun geht es reihum und jeder Teilnehmer steuert immer nur ein Wort pro Runde bei mit dem Ziel, daraus eine halbwegs logische kurze Geschichte zu machen.

Tipp

. Varianten

 Pro Runde erhöht sich die Anzahl der Wörter, die jeder beisteuern darf entsprechend zur

 Dundeschliche der in

Rundenzahl (also darf in der 3. Runde jeder **drei** Wörter auf einmal sagen, um die Geschichte voranzubringen usw.)

- Ihr einigt euch vorab, acht oder zehn Runden zu spielen und lasst ab der 6. Runde die Wortanzahl, die jeder beisteuern darf, rückwärts laufen.
- Beispiel: Bei zehn Runden darf jeder in der 7. Runde vier Wörter, in der 8. Runde drei, in der 9. Runde zwei und in der 10. Runde ein Wort sagen.





Der Hauptteil Rub

Rubrik: Kurze Sprechspiele



Übungen

"Die fortlaufende Geschichte"

- Einer der Teilnehmer startet eine Erzählung mit einem völlig beliebigen Satz (wahlweise kann auch ein Thema vorgegeben werden).
- Der rechte oder linke virtuelle Sitznachbar muss dann den Satz in logischer Weise durch einen weiteren ergänzen.
- So geht es reihum, bis jemand beschließt, die entstandene Geschichte zu einem logischen Abschluss zu bringen.

Variante

Man kann auch nach Sinnabschnitten (z.B. nach Kommata) in einem Satz aufhören, so dass der Sitznachbar dann den Halbsatz logisch vervollständigen muss.



"Chat-Story"

- Ein Teilnehmer startet eine Erzählung mit einem völlig beliebigen Satz (wahlweise kann auch ein Thema vorgegeben werden).
- Jeder Teilnehmer, der möchte, schreibt nun in den Zoom-Gruppenchat (Erläuterung auf S.5) entweder Stichworte oder kurze Sätze, die der Erzähler spontan in seine Geschichte einflechten muss.
- Spielt ruhig solange, bis jeder mal mit Erzählen an der Reihe war.

"Stille Post-Geschichte"



- Die Teilnehmer nummerieren sich durch
- TN I beginnt und schickt TN 2 per privater Chatnachricht in Zoom (<u>Erläuterung auf S. 5</u>) den höchstens zweizeiligen Beginn einer beliebigen Geschichte, ohne, dass die anderen den Inhalt mithekommen
- TN 2 setzt diese Geschichte mit einem Zweizeiler an TN 3 logisch fort, bis jeder mal dran war.
- Zum Schluss lesen alle nacheinander die Teile der Geschichte, die sie zugeschickt bekommen haben, laut vor, sodass sich daraus eine logische, oder wenn nicht, lustige Erzählung ergibt.



Übungen

"Erzähl, was Du berührst"

- Einer der Teilnehmer ruft eine frei gewählte Farbe, ein Muster, ein Material, ein Land, eine Tageszeit o.Ä.
 in die Runde.
- Alle Teilnehmer berühren oder greifen sich in ihrer Umgebung spontan das Objekt, das sie mit dem Stichwort verbinden (z.B. bei "nachmittags" oder "weiß" berührt man das Sofa im Zimmer, bei "kariert" nimmt man den Schreibblock, bei "Italien" holt man das Urlaubsfoto im Hintergrund von der Wand, etc.)
- Reihum erzählt nun jeder eine kurze Geschichte zu dem gewählten Gegenstand.

Tipps

- Versucht, den Gegenstand möglichst spontan und ohne viel Nachdenken zu greifen, berühren, wählen. So werden die Geschichten lustiger, absurder und unterhaltsamer.
- Wenn ihr euch überlegt, was euch der gewählte Gegenstand bedeutet, fällt es euch vlt. leichter, etwas darüber zu erzählen.



"Geschichte in fünf Sätzen"

Die Gruppe mit fünf Teilnehmern sitzt im Kreis und einer der Teilnehmer startet die Erzählung mit einem frei wählbaren Satz. Jeder weitere Teilnehmer muss dann jeweils einen Satz heisteuern

- Der I. Satz beinhaltet Ort und Situation (z.B. "Tierärztin Tina arbeitet in einer auf Hunde spezialisierten Tierklinik").
- Der 2. Satz muss eine Beziehung herstellen (z.B. "Eines Abends wurde Dackel Benno von Besitzerin Klara eingeliefert.").
- Der 3. Satz offenbart ein Problem oder einen Konflikt (z.B. "Er hatte eine klaffende Wunde an der rechten hinteren Pfote.").
- Der 4. Satz präsentiert eine mögliche Lösung (z.B. Eilig griff Tina zu Nähzeug und Verband und flickte die Wunde vollständig.").
- Der 5. Satz schließt mit einer Konsequenz oder Moral (z.B. "Aufgrund der guten Erfahrung mit ihrem Lieblingsstofftier als Kind, entschloss sich Klara 15 Jahre später ebenfalls ein Tiermedizinstudium zu beeinnen.").

Tipp

Wenn eure Gruppe aus mehr als **fünf** Teilnehmern besteht, spielt einfach mehrere Runden, sodass jeder mal drankommt.







"Was mag ich?" Übung

Ein Teilnehmer denkt sich verschiedene Wörter aus, die alle ein wiederkehrendes Schema oder eine Gemeinsamkeit haben und sagt immer "Ich mag ..."

Beispiele:

- "Haare"; "Feen", "Seen", "Boote", etc. ODER
- "Schokolade", "Süßigkeiten", "Spinat", "Schnitzel", etc. ODER
- "kreischende Kinder", "gesüßte Kuchen", "laminierte Papiere"
- und viele weitere Varianten aus einzelnen Wörtern oder Wortkombinationen...

Die anderen Teilnehmer müssen erraten, was der Erzähler mag:

- im ersten Beispiel sind es Doppelvokale.
- im zweiten Beispiel die Wörter, die mit "S" beginnen.
- im dritten Beispiel sinnergebende Wortzusammensetzungen aus Adjektiv und Nomen im Plural

Tipp

Versucht ruhig, die anderen in die Irre zu führen und es ihnen so schwer wie möglich zu machen. Bspw. könnte beim 2. Beispiel eine logische Antwort nach den ersten Wörtern auch lauten: "Du magst Essen."

Wenn das aber nicht der Absicht des Stichwortgebers entspricht und das 5. Wort in der Reihe z.B. "Sommer" ist, wird klar, dass die Gruppe weiterraten muss.





Gespräche zum Thema "Stottern" Übung

Themenvorschläge:

- I. Stottern und die eigene Identität Sehe ich mich in erster Linie als Stotternder?
- Das Stottern im Laufe meines Lehens Wie hat es sich verändert?
- 3. Therapieerfahrungen Welche haben mir geholfen, welche nicht? Warum habe ich (noch) keine gemacht?
- 4. Selbsthilfe vs. Therapie Was hilft mir wie? Wie ergänzen sie sich?
- 5. Stottern und die Schule Wie läuft es dort bzw. wie bin ich mit Stottern durch die Schulzeit gekommen?
- Stottern im Beruf Schränkt es mich ein? Ist es ein Nachteil? Wie ist es in Gesprächen mit meinen Vorgesetzten?
- Bewerbungen In eine Bewerbung schreiben, dass man stottert oder es erst beim Vorstellungsgespräch sagen?
- "Advertising" Hilft es, sich fremden Personen gegenüber gleich als Stotterer zu "outen"? Wenn ja, wie und in welchen Situationen?
- 9. Stottern als Kind Was sind meine ersten Erinnerungen? Was habe ich für Reaktionen erhalten?
- 10. Formen von Stottern Welche Arten zu Stottern gibt es eigentlich?
- II. Tipps und Tricks im Alltag Was hilft mir persönlich?

12. Verriickte Frlehnisse

Welche abgefahrenen / Justigen / peinlichen Situationen habe ich schon mal aufgrund meines Stotterns erleht?

- 13. Rückschläge Wie gehe ich damit um?
- 14. Positives am Stottern Wobei hilft mir mein Stottern?: Welche positiven Eigenschaften verdanke ich meinem Stottern?
- 15. Stottern und Freunde Akzeptieren sie mich so wie ich bin? Verhalte ich mich anders mit verschiedenen Freunden?
- Online-Dating Gleich schreiben, dass man stottert oder lieber später, wenn überhaupt?
- 17. Beziehungen und das Stottern Wie steht mein Partner dazu? Wie wirkt sich mein Stottern auf meine Beziehung aus?
- 18. Stottern und Kinder Wie reagieren Kinder auf mein Stottern? Wie spreche ich mit Kindern?
- 19. Stottern und Tiere Spreche ich mit Tieren flüssiger? Wenn ja, warum wohl?
- 20. Was wäre, wenn? Wenn ich plötzlich flüssig sprechen könnte, was würde ich tun? Würde mir vlt. sogar etwas fehlen?



Tipps

- Am besten setzt ihr ein Zeitlimit, damit das Gespräch nicht endlos läuft.
- Jeder, der möchte, nennt vor Beginn einer Runde seine Sprechziele (z.B. Reden in einer bestimmten Technik) und sagt auch, ob er von den anderen daran erinnert werden will, wenn er diese nicht befolgt. Nach Diskussionsende zieht jeder ein Fazit, ob er zufrieden mit seinem Sprechen war.



Rubrik: Mein Stottern



Übungen

"Positiv denken zum Thema Stottern"

- Ein Teilnehmer erzählt eine negative Erfahrung aus seinem Leben. die mit dem Stottern zusammenhängen kann, aber nicht muss.
- In der zweiten Runde fokussiert sich der Erzähler auf die positiven Aspekte dieser Erfahrung.
- Die anderen Teilnehmer versuchen, weitere positve Aspekte zu entdecken und zu betonen.

Beispiel:

"Als ich bei einem Vortrag einen schweren Block hatte, lachten einige aus der Klasse. Das hat mich verletzt. Aber mit denienigen, die danach zu mir gekommen sind, bin ich noch vertrauter geworden und kann nun Gefühle mit ihnen teilen, die ich vorher so nicht äußern konnte."



Mit dieser Übung kann das positive Denken gestärkt werden und man führt sich vor Augen, dass auch jede schmerzhafte Erfahrung positive Aspekte haben kann.



"Perspektivwechsel"

Manchmal kann es hilfreich sein, sich selbst und das eigene Stottern aus der Perspektive eines anderen zu betrachten, zum Beispiel aus Sicht einer nahestehenden Person (Beste/r Freund/in, Partner/in, Familienmitglied).

Nehmt euch einige Minuten Zeit und überlegt euch (jeder für sich) Antworten zu den folgenden Fragen:

- Wie würde die Person mein Stottern beschreiben?
- Welche Eigenschaften schätzt diese Person an mir, die ich (vielleicht sogar) aufgrund meines Stotterns entwickelt habe?
- Was würde ihm oder ihr fehlen, wenn ich auf einmal nicht mehr stottern würde?

Tauscht euch anschließend in der Gruppe über eure Antworten aus - wie verändert diese Übung die Sichtweise auf euch selbst und das eigene Stottern?





"BsW-Methode" Übung

- Bei der BSW ("Buchstaben suchen Wörter")-Methode ordnet man den einzelnen Buchstaben eines frei gewählten oder gemeinsam bestimmten Schlüsselwortes einzelne Wörter oder kurze Aussagen zu.
- Dieses Schlüsselwort kann natürlich aufs Stottern oder auf mit dem Thema Stottern assoziierte Herausforderungen, Probleme, Erlebnisse o.Ä. bezogen sein.
- An einem Wort wie bspw. PRÄSENTATION würde sich die Gruppe dann gemeinsam zu jedem der zwölf Buchstaben ein damit in Verbindung stehendes Wort oder einen Ausdruck ausdenken (z.B. "P wie Publikum"; "R wie Ruhe vor dem Sturm", "Ä wie ätzende Zwischenfragen", usw.)

wie Publikum

R wie Ruhe vor dem Sturm A wie ätzende Nachfragen

S wie Störung

E USW.

- Die Assoziationskette muss nicht chronologisch vervollständigt werden.
- Beim Ergänzen kann man gemeinsam diskutieren, warum diese oder jene Assoziation in den Sinn kam und, wenn sie negativ ist, wie man sie ins Positive drehen könnte.

Hintergrund

Diese Übung kann dabei helfen, verschiedene Einstellungen, Annahmen und Wahrnehmungen besser zu verstehen und zu hinterfragen. Die Ergebnisse können Anlass für neue Gruppendiskussionsthemen sein.



- I. Jeder Teilnehmer füllt erstmal für sich aus und die Ergebnisse werden dann in der Gruppe diskutiert.
- Links vom senkrecht stehenden Schlüsselwort werden positive, rechts dayon negative Assoziationen notiert und dann diskutiert.



Rubrik: Mein Stottern



ABC-Schema Übung

- Beim ABC-Schema geht es darum, Situationen zu betrachten, in denen die Ausprägung des eigenen Stotterns leichter oder schwerer war, als erwartet bzw. das Stottern oder der Umgang damit eine wichtige Rolle gespielt haben.
- Wählt Euch also zwei Sprechsituationen aus der letzten Zeit, je eine die euch positiv und eine. die euch negativ in Erinnerung geblieben ist und beschreibt sie stichwortartig in Spalte A. Notiert die Stichworte ruhig chronologisch in einer Tabelle wie der unten abgebildeten, falls die Sprechsituation länger war oder es evtl. sogar positive und negative Phasen in einer Situation gab.
- In Spalte B sammelt ihr dann eure Gedanken zu den in Spalte A notierten Stichworten und erinnert euch, wie ihr in der Situation über euer Sprechen, die Anwendung der Technik, auftretenden Sekundärsymptome (z.B. Schwitzen) – kurz. alles was mit eurem Sprechen zusammenhängt, gedacht habt,
- In Spalte C notiert ihr dann, wie ihr euch gefühlt habt (z.B. ängstlich, hilflos, wütend; sicher, überlegen, usw.) und euch schließlich in dieser Situation oder ihren einzelnen Phasen verhalten habt (z.B. ruhig geblieben, nervös geworden durch Blicke, Panik bekommen, usw.).
- Besprecht dann mit der Gruppe eure Beobachtungen.
- Ziel der Übung ist es, ein besseres Gefühl und auch eine u.U. realistischere Einschätzung eures Sprechens und eurer Empfindungen in wichtigen und/oder herausfordernden Sprechsituationen zu entwickeln.

	A Situation	Bewertung / Gedanken	C Konsequenz
Positiv empfundene Sprechsituation	Arztbesuch: I. Anmelden 2. Gespräch mit Arzt 3. Rezeptabholung und Terminvereinbarung	Zu 1. Ruhig geblieben, Technik angewendet, beim Namen gestottert, aber in Blickkontakt geblieben Zu 2. Mir viel Zeit gelassen,usw.	Stolz gewesen, Kontrolle, obwohl ich ins Stottern kam; Negative Gedanken nicht zugelassen
Negativ empfundene Sprechsituation	Telefonat mit meinem Chef unterwegs in lauter Umgebung	Schwer gestottert beim Namen; Danach hektisch und keine Ruhe gefunden, usw	Hilflos und minder- wertig gefühlt, Kontrollverlust, Angst

Wichtig

Auch Situationen, in denen Stottern auftrat oder die nicht ganz liefen, wie ihr gehofft hattet, können positive Aspekte beinhalten. Von kleinen Erfolgen wie z.B., dass ihr Augenkontakt auch während eines Blocks halten konntet oder für "Vermeidungsstotterer", dass ihr überhaupt hörbare Symptome zugelassen habt. Widersteht also der Versuchung, - je nach Stottertyp - positive Situationen mit "nicht gestottert" oder "Symptome unterdrückt" und negative mit "flüssig gesprochen" oder "Symptome gezeigt" gleichzusetzen.



Diskussionen Übung

Die Gruppe einigt sich vorab auf ein (gern auch kontroverses) Thema. Alternativ, schlagt eine Zeitung / Zeitschrift auf oder öffnet eine News-App, um ein Thema zu finden.

Zusatzinfo

Eine Liste mit Themenvorschlägen findet ihr direkt nach dieser

Varianten

- I. Die Gruppe teilt sich vor Beginn in eine Pro- und eine Contra-Fraktion. Entweder ordnen sich die Teilnehmer anhand ihrer tatsächlichen persönlichen Meinung einer Seite zu ODER ihr teilt die Teilnehmer unabhängig davon einer Seite zu, wenn ihr gleichgroße Fraktionen haben wollt. In der Diskussion darf dann jeder nur Argumente anbringen, die zu seiner jeweiligen Seite (Pro oder Contra) passen.
- Alle Diskussionsteilnehmer müssen während der Diskussionsrunde die genteilige Meinung zu ihrer tatsächlichen persönlichen Ansicht vertreten.
- 3. Derjenige, der an der Reihe ist, beginnt (unabhängig von seiner persönlichen Meinung) Pro-Argumente für das jeweilige Thema zu nennen. Ein Zuhörer aus der Gruppe zeigt währenddessen per Daumen an, dass der Sprechende nun argumentativ auf die Contra-Seite (Daumen runter) wechseln soll oder wieder auf die Pro-Seite (Daumen hoch). Je schneller die Wechsel erfolgen, desto größer die Herausforderung. Wer es besonders schwierig mag, kann in Abstimmung mit dem Sprechenden auch vereinbaren, den Daumen während eines Satzes zu drehen.

Tipps

- Am besten setzt ihr ein Zeitlimit, damit die Diskusion nicht endlos läuft.
- Jeder, der möchte, nennt vor Beginn einer Runde seine Sprechziele (z.B. Reden in einer bestimmten Technik) und sagt auch, ob er von den anderen daran erinnert werden will, wenn er diese nicht befolgt. Nach Diskussionsende zieht jeder ein Fazit, ob er zufrieden mit seinem Sprechen war.









Diskussionen Vorschläge

Familie

- Sollten Kinder unter 12 lahren ein Smartphone besitzen?
- Soll Kindergeld zweckgebunden ausgezahlt werden (z.B. f
 ür Schulsachen etc.)
- Ist Stillen in der Öffentlichkeit in Ordnung?
- Brauchen wir eine staatliche p\u00e4dagogische Schulung f\u00fcr Eltern ("Eltern-F\u00fchrerschein")?

Gesellschaft

- Sollten in den sozialen Medien die ...Likezähler" und/oder Kommentare verboten werden?
- Ist die Abschaffung der Zeitumstellung sinnvoll?
- · Werden wir in Zukunft Dinge nur leihen (Kleidung, Werkzeuge, Autos, etc.) und selbst kaum noch besitzen?
- Brauchen wir die Einheits-Toilette für alle Geschlechter?
- Sollten Menschen, die nach Deutschland einwandern wollen, verpflichtend Deutsch lernen müssen?

Gesundheit / Sicherheit

- Sollte Zucker ähnlich wie Tabak besteuert werden?
- Sollte in Mensen und Kantinen ein Pflicht-"Veggie-Day" eingeführt werden?
- Soll jeder Bürger automatisch Organspender sein, sofern er dem nicht ausdrücklich widerspricht?
- Sollte Marihuana legalisiert werden?
- Sollte eine Null-Promille-Grenze im Straßenverkehr eingeführt werden?
- Sollten schärfere Regeln für E-Scooter eingeführt werden (z.B. Führerschein, Helmpflicht, etc.)?

Klima / Umweltschutz

- Sollten Inlandsflüge aus Umweltschutzgründen verboten werden?
- Sollte der Nahverkehr grundsätzlich kostenlos sein?
- Sollten kostenlose Rücksendungen von Paketen aus Umweltschutzgründen verboten werden?
- Sollte Fleisch im Supermarkt teurer werden, um eine artgerechte Tierhaltung zu ermöglichen?
- Sollten Atomkraftwerke abgeschaltet werden?

Politik

- Ist ein Parteiverbot sinnvoll, um radikalen Ansichten entgegenzuwirken?
- Soll ein Grundeinkommen für ieden Bürger eingeführt werden?
- Sollten die GEZ-Gebühren abgeschafft werden?
- Sollte jeder das Recht haben, eine Waffe tragen zu dürfen?
- Sollten Wetten / Glücksspiel allgemein reguliert werden?
- Soll Prostitution verboten werden?
- Sollen Tierversuche verboten werden?
- Sollte die Todesstrafe wieder eingeführt werden?



Diskussionen Vorschläge

Schule / Studium

- Sollten Studiengebühren wieder eingeführt werden?
- Sollte ein Auslandssemester/-praktikum in der Universität verpflichtend eingeführt werden?
- Sollten Lehrer nach Leistung bezahlt werden?
- Brauchen wir "Lebenskunde" (u.A. mit Themen Steuererklärung. Altersvorsorge, etc.) als Schulfach?
- Soll der Religionsunterricht an Schulen durch einen Ethik-Unterricht ersetzt werden?

Sport

• Soll der Videobeweis im Fußball wieder abgeschafft werden?

• Ist benzinbetriebener Motorsport noch zeitgemäß (z.B. Formel I, DTM, etc.)?

 Sollten Fußballvereine sich an den Kosten für die Polizeieinsätze am Spieltag beteiligen?

Soll E-Sport olympisch werden?







Textwidergabe Übung

Ein Teilnehmer liest einen Text oder Textabschnitt vor. Anschließend müssen die anderen Teilnehmer diesen nacheinander, komplett oder teilweise, in eigenen Worten frei widergeben.





Tipp

Die Textvorlage könnt ihr natürlich frei wählen: Kataloge, Apps, Zeitschriften, etc.





"Heißer Stuhl" Übung

Ein freiwilliger Teilnehmer erklärt sich bereit, spontan gestellte (persönliche) Fragen zu allen möglichen Themenbereichen zu beantworten. Diese dürfen ruhig etwas provokant, direkt oder emotional sein - sofern alle Beteiligten einverstanden sind.





Tipp

Legt entweder vorher eine maximale Anzahl an Fragen oder ein Zeitlimit zur Orientierung fest, damit jeder, der will, mal drankommt.



Wichtig

Sprecht vorher offen ab, wie privat die Fragen sein dürfen. Manche Teilnehmer möchten eher allgemeine und nicht zu persönliche Fragen gestellt bekommen, andere freuen sich auch über vergleichsweise private oder provokante Fragen, um z.B. üben zu können, auch in solchen Situationen ruhig zu sprechen.



"Wahrheit oder Witz?" Übung

- leder Teilnehmer soll der Gruppe zwei oder drei kurze, lustige oder unglaubliche Geschichten erzählen (natürlich kann sich jeder dazu auch Stichworte aufschreiben). Eine der Geschichten darunter soll erfunden sein.
- Die Aufgabe der anderen Teilnehmer ist es, die erfundene Geschichte zu erraten.
- Die Spieler erzählen der Reihe nach ihre Geschichten. Am Ende stimmen alle darüber ab, welche Geschichten erfunden waren und welche der Wahrheit entsprechen.
- Alle, die richtig geraten haben bekommen einen Punkt.
- Der Geschichtenerzähler bekommt hingegen einen Punkt für jeden Teilnehmer, der falsch getippt hat.
- Wer am Ende die meisten Punkte hat, hat gewonnen.



"Stegreif"-Rede Übung

Die Teilnehmer halten einen kurzen Spontanvortrag. Hierbei kann das Thema auf verschiedene Arten gewählt werden:

- I. Der Vortrag wird über ein selbst gewähltes Thema gehalten.
- Ein anderer Teilnehmer wählt "blind" ein Wort aus einem Buch, Katalog oder Flyer aus, über das der Vortrag gehen soll.
- Ein anderer Teilnehmer nennt ein Wort, das ihm gerade in den Sinn kommt, über das der Vortrag gehen soll.

Tipps

- Setzt ein Zeitlimit von z.B. 5 Minuten für jede Rede.
- Besprecht vorher, worauf die Zuhörer achten sollen. Will der Redner eine bestimmte Sprechtechnik anwenden, will er verstärkt auf Mimik, Gestik oder Sprechtempo etc. achten? So können die anderen gezielt Rückmeldung und dem Redner Tipps geben, wenn er es wünscht.

Variante

- Jeder Teilnehmer sucht sich ein Objekt aus seiner Umgebung und legt es in Reichweite, ohne es den anderen zu zeigen.
 Alternativ druckt er ein Bild aus oder öffnet ein Bild vom Objekt auf seinem Smartphone o.Ä.
- Zwei Freiwillige melden sich einer hält auf Kommando das (Bild vom) Objekt in die Kamera, und der andere muss in 1-2 Minuten versuchen, das gezeigte Objekt den anderen anzupreisen (= zu "verkaufen").
- Wenn er fertig ist, nennt er sofort spontan die Namen zweier
 anderer Teilnehmer und bestimmt, wer
 welchen Part übernehmen will und wei-

ter gehts, bis jeder, der will, mal dran war.





Rede / Vortrag zu einem besonderen Anlass Übung

Um kurze fiktive Vorträge oder Festreden zu üben, könnt ihr euch aus der folgenden Liste einen Anlass aussuchen oder euch einfach von ihr inspirieren lassen:

- Lohrede auf einen Anwesenden
- Ein Gedicht zum Geburtstag / Hochzeitstag etc.
- Als Gastgeber (z.B. einer Geburtstagsfeier oder Hochzeit) eine Rede halten
- Rede des Brautvaters bei einer Hochzeitsfeier
- Werbung zur Mitgliedschaft in einem Verein
- Bekanntgabe von Gewinnern (z.B. einer Lotterie oder eines Gewinnspiels)
- Begrüßung eines neuen Mitarbeiters
- Gründungsrede einer Bürgerinitiative
- Antrittsrede als Schulsprecher oder Neu-Gewählter eines anderen offiziellen Amtes
- Vortrag beim Heimatverein (gerne in Dialekt)
- Vortrag in einer Fremdsprache
- Wissenschaftlicher Vortrag an der Uni
- Rechtfertigung als Vorsitzender eines Vereins / Unternehmensvorstandes in Krisenzeiten
- Vorbringen von Anregungen und Kritik in einer Personalversammlung /

Tipps

- Teilnehmer, die sich auf eine Rede / einen Vortrag in der Schule / Uni oder auf der Arbeit vorbereiten müssen, können diese(n) bei einem Gruppenabend hervorragend üben.
- Setzt ein Zeitlimit von z.B. 5 Minuten für jede Rede.
- Besprecht vorher, worauf die Zuhörer achten sollen. Will der Redner eine bestimmte Sprechtechnik anwenden, will er verstärkt auf Mimik, Gestik oder Sprechtempo etc. achten? So können die anderen gezielt Rückmeldung und dem Redner Tipps geben, wenn er es wünscht.







"Powerpoint-Karaoke" Übung

Wenn möglich, stellt ein Teilnehmer eine alte oder aktuelle Powerpoint-Präsentation zur Verfügung, die dann ein anderer Teilnehmer ohne Vorkenntnisse und Vorbereitung halten muss.

Tipps

- Wenn keiner eine Präsentation stellen kann oder möchte, findet ihr auch online eine Vielzahl von Power-Point-Präsentationen, die ihr einfach runterladen könnt z.B. auf www.kapopo.de
- Besprecht vorher, worauf die Zuhörer achten sollen. Will der Redner eine bestimmte Sprechtechnik anwenden, will er verstärkt auf Gestik und Haltung achten, etc.? So können die anderen gezielt Rückmeldung und dem Redner Tipps geben, wenn er es wünscht.



Hintergrund

Das Improvisieren und die logischerweise vorhandene inhaltliche Unsicherheit kann eine große sprachliche Herausforderung und somit Übung für den Vortragenden sein.



Technik

Öffnet die Präsentation einfach auf eurem Rechner und teilt dann den Bildschirm über Zoom (Erläuterung auf Seite 6). Die anderen Teilnehmer sehen jetzt ebenfalls die Präsentation, aber Du selbst bist nur noch zu hören.





"Hintergrund-Präsentation" Übung

Über Zoom ist es möglich, den Hintergrund, den die anderen Teilnehmer hinter iedem Gesicht sehen, zu ändern, leder Teilnehmer lädt also als Zoom-Hintergrund ein Foto hoch, über das er gut und gerne etwas erzählen kann und möchte. Alternativ oder falls das Hochladen nicht funktioniert, kann könnt ihr auch ein Foto auf dem Smartphone. Tablet oder ausgedruckt in die Kamera halten. Dafür bietet sich z.B. ein Urlaubs- oder Ausflugsfoto an oder auch ein Foto eines besonderen Ereignisses (z.B. Abschlussfeier) oder eines, das einen skurrilen Moment festhält.

Tipps

- Achtet darauf, dass ihr euch vor der Kamera immer so platziert, dass die anderen die wichtigen Ausschnitte des Hintergrunds auch sehen können.
- Besprecht vorher, worauf die Zuhörer achten sollen. Will der Redner eine bestimmte Sprechtechnik anwenden, will er verstärkt auf Gestik und Haltung achten, etc.? So können die anderen gezielt Rückmeldung und dem Redner Tipps geben, wenn er es wünscht.

Technik

Auf Seite 6 wird beschrieben, wie Du Dein Hintergrundbild änderst







Texte vorlesen Übung

- Leseübungen könnt ihr ganz einfach durchführen, indem ihr gemeinsam einen Online-Artikel öffnet und lest.
- Hierbei sollte ieder, der lesen möchte, vorher sein persönliches sprachliches Ziel dieser Leseübung definieren (z.B. in Sprechtechnik sprechen, absichtlich Stottern, ab und an aus dem Text in die Runde aufblicken, etc.) und den anderen mitteilen, damit die Runde am Ende des Abschnitts oder der Übung Feedback geben kann.

Tipp

Besprecht vorher, worauf die Zuhörer achten sollen. Will der Vorleser eine bestimmte Sprechtechnik anwenden oder verstärkt auf Mimik, Gestik oder Sprechtempo etc. achten? So können die anderen gezielt Rückmeldung oder Tipps geben, wenn der Vorleser es wünscht.







"Zehn-Finger-Spiel"Spiel

- Jeder Spieler hält seine zehn Finger so vor sich in die Kamera, dass sie möglichst jeder sehen kann.
- Dann sagt reihum jeder Spieler einen Fakt über sich, wie etwa "Ich kann Judo" oder "Ich war am Samstag betrunken".
- Nun müssen alle Spieler, auf die jene Aussage nicht zutrifft, ihre Hände heben. Sie "verlieren" einen Finger.
- Der Spieler, der den Fakt gesagt hat, setzt in dieser Runde aus. ABER: Heben alle anderen Spieler ihre Hände, "verliert" nur der Spieler einen Finger, der den Fakt gesagt hat!
- Die letzten zwei Spieler, die "noch Finger haben", gewinnen.

Die Kunst ist es also, Aussagen über sich zu wählen, die zwar außergewöhnlich sind, aber nicht so außergewöhnlich, dass sie auf niemanden sonst zutreffen.

Tipps

- Für den Spielspaß ist es essentiell, Fragen zu wählen, deren Antwort nicht vorhersehbar ist! "Ich bin weiblich" ist also denkbar schlecht, ebenso wie "Ich war gestern Mittag bei meinem Lehrer Herrn Müller im Unterricht" (es wird whsl. keinen anderen Teilnehmer geben, auf den diese Aussage zutrifft).
- · Außerdem macht es deutlich mehr Spaß, wenn alle ehrlich antworten.





Der Hauptteil



Berufe raten Spiel

- Ein Teilnehmer, der "Kandidat", überlegt sich einen Beruf und führt eine berufstypische Handbewegung aus.
- · Alle anderen bilden das Rateteam und stellen nacheinander Fragen zu dem zu erratenden Beruf.
- Wird eine Frage mit "Nein" beantwortet, erhält der Kandidat einen Punkt und der nächste aus dem Rateteam darf eine Frage stellen.
- Wird die Frage mit "la" beantwortet, darf der Fragende solange weiter fragen, bis entweder der Beruf erraten ist, ein "Nein" folgt oder insgesamt zehn Fragen gestellt wurden.

Beispiel

- Der Kandidat tippt mit seinen Fingern vor sich auf den Tisch, als ob er auf einer Computertastatur schreiben würde.
- Das erste Mitglied des Rateteams fragt: "Arbeitest du in der Wirtschaft?" "Nein."
- Der nächste fragt: "Kannst du dir deine Arbeitszeit frei einteilen?" "Ja."
- letzt darf die gleiche Person weiter fragen: "Machst du noch etwas anderes außer zu schreiben?" - "Nein."
- Die dritte Person darf nun die insgesamt vierte Frage stellen: "Schreibst du Bücher?" "la."
- Anschließend darf sie nun auch die sechste Frage stellen: "Ist der Beruf "Schriftsteller"" "Ja."

Die Runde ist vorbei und der Kandidat hat zwei Punkte, da er zwei der Fragen mit "Nein" beantworten konnte, bevor die richtige Lösung erraten wurde.

Das Spiel gewinnt am Schluss der Kandidat, der von allen die meisten Punkte gesammelt hat.

Tipp

Legt vor Spielbeginn eine Rundenanzahl fest oder wie oft jeder Teilnehmer "Kandidat" ist und was bei Punktegleichstand mehrerer "Kandidaten" passiert.



Variante

Wenn euch keine typischen Handbewegungen (mehr) einfallen, könnte ihr auch ein typisches Wort für einen Beruf sagen (z.B. "Geld" für einen Banker), eine Frage nennen, die eine bestimmte Berufsgruppe besonders oft hört (z.B. "Könnt ihr noch eine öffnen?" an einen Supermarktkassierer) oder ein Geräusch machen (z.B. ein Pfiff für einen Trainer oder Schiedsrichter).





"Stand, Land, Fluss" Spiel

Material: Papier und Stifte oder online unter https://stadtlandflussonline.net

- Alle Teilnehmer einigen sich im Vorfeld zusammen auf Kategorien, zu denen später passende Begriffe mit einem bestimmten Anfangsbuchstaben gefunden werden sollen. Üblich sind die Kategorien "Stadt", "Land", "Fluss", die um alle möglichen ergänzt werden können (z.B: "Tier", "Name", "Beruf", "Fortbewegungsmittel", "Film", "Schauspieler", usw.). Es können natürlich auch stotterspezifische Kategorien aufgenommen werden (z.B. "Sprechtechnik").
- leder Teilnehmer zeichnet nun eine Tabelle auf ein Blatt (alternativ könnt ihr sie auch in einem gemeinsam nutzbaren Cloud-Dokument anlegen, wenn ihr damit Erfahrung habt). In den Spalten werden die Kategorien eingetragen, in den Zeilen werden später pro Runde jeweils die Wörter mit den passenden Anfangsbuchstaben eingetragen.
- Die Anfangsbuchstaben der Runde können auf unterschiedliche Art gewählt werden: Entweder nennt immer ein anderer Teilnehmer vor ieder Runde innerhalb von drei Sekunden einen beliebigen Buchstaben oder die Gruppe legt für bestimmte Würfelaugen Buchstaben fest und würfelt sie aus. oder, oder, oder,...
- Nachdem ihr die Anzahl der Gesamtspielrunden festgelegt habt, geht's los: Sobald der Anfangsbuchstabe festgelegt wurde, versucht jeder seine Tabelle so schnell es geht auszufüllen (im gemeinsam nutzbaren Cloud-Dokument könnt ihr auch parallel ausfüllen). Wenn der erste fertig ist, ruft er "Stodd!" und alle anderen müssen sofort den Stift zur Seite legen bzw. aufhören zu tippen. Dann geht es mit dem nächsten Buchstaben weiter.

20 Punkte

Für einen Spieler, der ein richtiges Wort in einer Kategorie hat, in der kein anderer Spieler irgendein Wort eingetragen hat.

10 Punkte

Für jeden Spieler, der einen richtigen Begriff in einer Kategorie hat, den kein anderer Spieler hat.

5 Punkte

Für jeden richtigen Begriff, den auch andere Mitspieler verwendet haben.

0 Punkte

Wenn ein Spieler keinen Begriff in der ieweiligen Kategorie gefunden hat

Tipps

- I. Wenn ihr in der ersten Spalte den jeweiligen Buchstaben der Runde eintragt, kommt ihr nicht so schnell durcheinander beim Ausfüllen.
- 2. Wenn euch das Ganze zu hektisch ist, könnt ihr auch ein bestimmtes Zeitfenster pro Runde festlegen. Z.B., alle haben eine Minute Zeit, die Tabelle auszufüllen.



Der Hauptteil



"Scharade" Spiel

- Teilt die Gruppe in zwei Teams ein.
- Jeder Teilnehmer denkt sich drei (oder nach Absprache auch mehrere) Begriffe aus. Diese können alles sein - Nomen, Verb, Adiektiv etc. - Hauptsache einsilbig und nicht zu einfach zu beschreiben, zu zeichnen oder darzustellen (z.B. eher "Straßenparkplatzsuche" als "Topf")
- leder Teilnehmer teilt nun seine Begriffe mit den anderen Mitgliedern seines Teams aber nur mit diesen! (z.B. in privaten Nachrichten über Zoom-Chat)
- . I. Runde: Nun wird bestimmt, welches Team beginnt. Abwechselnd umschreiben die Teammitgleider des Teams A ihre Begriffe, während Team B raten muss. Danach tauschen die Rollen, Setzt hierfür am besten einen Zeitrahmen von z.B. I Minute und schreibt euch auf, welches Team mehr Begriffe errät.
- 2. Runde: Der gleiche Ablauf beginnt von vorne, nur, dass die Mitglieder des fragenden Teams nun auf dem Zoom-Whiteboard die Begriffe zeichnen - entweder pro Teilnehmer nacheinander oder alle an einem Begriff zusammen, was die Schwierigkeit erhöht.
- 3 Runde: Der Ablauf startet erneut von vorne. Nun dürfen die Teilnehmer, die die Begriffe erklären lediglich ein Geräusch machen und keine sonstigen gestischen oder verbalen Hinweise geben.
- In Runde 4 und 5 ist pantomimische Ausdrucksstärke gefragt: In Runde 4 noch non-verbal mit dem ganzen Körper, in Runde 5 lediglich noch mit der Bewegung eines Körperteils. die dann "einfriert" (also nur einmal die Bewegung ausführen und nicht wiederholen!)
- Am Schluss wird zusammengezählt, welches Team mehr Runden gewonnen oder in diesem Runden mehr Begriffe erraten

Technik

Auf Seite 5 wird die Zoom-Chat-Funktion erläutert, auf Seite 6 erklären wir, wie ihr das Zoom-Whiteboard nutzt.



Variante

Ihr könnt dieses Spiel auch ohne Teams gegeneinander spielen. Dann behält einfach ieder seine Begriffe für sich und es geht reihum in den Runden, bis die Zeit stoppt. Denkt daran, dass das Spiel dann deutlich länger dauert, aber dafür hat jeder die gleichen Sprechanteile. Jeder Teilnehmer sollte selbst darauf achten, die Anzahl seiner erratenen Begriffe in den einzelnen Runden zu notieren.



"Schlechte Verbindung"

- Jedem Teilnehmer wird eine Nummer zugewiesen.
- TN I beginnt damit, dass er TN 2 in einer kurzen privaten Nachricht über den Zoom-Chat ein Stichwort oder ein knappe Beschreibung eines zu zeichnenden Gegestandes oder Lebenwesens gibt (z.B. Tiger oder fahrendes Auto, etc.).
- TN 2 zeichnet dann den Gegenstand / das Lebewesen auf das Zoom-Whiteboard, OHNE, dass die anderen dies kommentieren.
- Danach schickt TN 3 in einer privaten Nachricht über Zoom-Chat TN 4 eine kurze Beschreibung der Zeichnung von TN 2 (bspw. "Ich sehe ein Raubtier könnte ein Tiger oder ein Gepard sein").
- Nun muss TN 4 seine Interpretation der Erläuterung von TN 3 auf das Whitehoard zeichnen
- So geht es weiter, bis jeder mal mit Zeichnen an der Reihe war.
- Am Ende wird die letzte Zeichnung mit der ersten Beschreibung verglichen und geschaut, wie akkurat sie noch zu dieser passt.

Technik

Auf Seite 5 wird die Zoom-Chat-Funktion erläuternt. auf Seite 6 erklären wir, wie ihr das Zoom-Whitehoard nutzt.







Diverse Online-Gesellschaftsspiele Spieletipps

Inzwischen gibt es die Möglichkeit, auch bekannte und beliebte (Brett-)Spiele online zu spielen und dabei nebenbei über Zoom zu kummunizieren - entweder aus Spaß und für das Gemeinschaftsgefühl oder, da es bei kooperativen Spielen logischerweise notwendig ist. Hier findet ihr eine (stetig erweiterbare) Auswahl an beliebten. kostenlos online spielbaren Spielen (Stand: Dezember 2020):

Plattformen mit einer Auswahl an mehreren Spielen:

- Boardgame-Arena: https://de.boardgamearena.com
- Brettspielwelt: http://www.brettspielwelt.de
- Steam: https://store.steampowered.com
- Tabletopia: analog zur Boardgame-Arena; https://tabletopia.com
- Yucata: https://www.yucata.de/de

Einzelne Online-Spiele oder Online-Varianten von (Brett-)Spielen:

- "Among us": Erhältlich im Google Play- und Apple App-Store
- "Boggle": https://www.ewordchallenge.net
- "Codenames": https://codenames.game
- "Monopoly": https://boardgamesonline.net/Games/online/play/monopoli
- "Risiko": https://www.warzone.com
- "Scrabble": https://isc.ro/index.php
- "Secret Hitler": https://secrethitler.io
- "Siedler von Catan": https://catanuniverse.com
- "Taboo": https://playtaboo.com/playpage
- "Uno": http://uno.robinko.eu
- "Werwölfe im Finsterwald": http://play.werwolfonline.eu/Werwolf.php
- uvm.



Auflockerungs-Übungen

"Count up"

Die Gruppe muss gemeinsam ohne feste Reihenfolge laut von 1 bis 20 zählen. Es darf aber immer nur **einer** sprechen und weitere verbale oder non-verbale Absprachen sind verboten. Man muss sich also mit Worten und Gesten verständigen, wer nun die nächste Zahl sagt. Das kann auch ruhig dieselbe Person mehrfach hintereinander sein. Wenn es doch passiert, dass zwei oder mehrere Teilnehmer gleichzeitig eine Zahl nennen, wird wieder von vorn gestartet und von 1 gezählt.

"Formen formen"

- Ein Teilnehmer gibt eine Form vor (z.B. Kreis, Dreieck, Herz, Buchstabe, Auto, Baum, etc.)
- Nun versuchen alle diese Form mit ihren Extremitäten so darzustellen, dass ein Blick auf die gesamte Gallerieansicht die gewünschte Form ergibt. Nicht jeder für sich! So muss bei der Form "Auto" ein Teil-

nehmer einen Reifen formen, ein anderer den anderen, wieder ein weiterer das Heck etc.

Der Host wählt oben rechts im Zoom-Fenster "Gallerieansicht" aus, damit alle Fenster statisch zu sehen bleiben.

"Emoji-Gesicht"

- Die Teilnehmer posten nach und nach Emojis in den Zoom-Gruppenchat.
- Alle Teilenhmer ahmen das Emoji-Gesicht bzw den -Ausdruck dann gleichzeitig nach.

Funktioniert gut als einfache und lustige non-verbale Auflockerungsübung.





Auflockerungs-Übungen

"Zeichne Deinen Nachbarn"

- Ein Teilnehmer schickt allen anderen per privater Zoom-Chat-Nachricht den Namen eines anderen Teilnehmers, sodass jedem ein Name zugeteilt wird, ohne dass die anderen wissen, welcher.
- Der Host teilt zudem das Zoom-Whiteboard für alle.
- Es wird ein Timer von z.B. I Minute gestellt.
- Nun soll jeder in der vorgegebenen Zeit den ihm zugewiesenen Teilnehmer parallel auf dem Whiteboard zeichnen.
- Zum Schluss muss die Gruppe raten, wer wer sein soll.

"Schnelle Tiere"

- Ein Teilnehmer wählt ein Tier aus.
- Der Host teilt das Zoom-Whiteboard f
 ür alle.
- Nun versuchen alle Teilnehmer parallel auf dem Whiteboard das gesuchte Tier zu zeichnen.
- In der ersten Runde haben alle I Minute Zeit, in der zweiten 40 Sekunden und in der dritten 20 Sekunden.
- Die Gruppe entscheidet am Schluss, wer das Tier am schönsten / realistischten gezeichnet hat.

Variante

Zeichnet alternativ Gegestände, Hobbies, Promis etc.



Technik

Auf <u>Seite 5</u> wird die Zoom-Chat-Funktion erläuternt, auf <u>S.6</u> erklären wir, wie ihr das Zoom-Whiteboard nutzt.

Tipp

Falls nicht alle das Zoom-Whiteboard nutzen können, probiert mal auf www.montagsmaler-online.de zu spielen.





Auflockerungs-Übungen

Gemeinsames Essen

 Plant doch einfach mal zur Abwechslung oder einfach als natürlich Unterbrechung des Treffens ein gemeinsames (Abend-)Essen, sodass sich jeder um eine vorher festgelegte Uhrzeit etwas zu essen holt und so alle Teilnehmer sich virtuell zusammen stärken.

Hintergrund

Ein gemeinsames Essen lockert das Treffen auf, schafft Gemeinsamkeit und einen festen Ankerpunkt und bring zugliech neue Energie und (Nerven-)Nahrung für Sprechübungen etc.

Tipp

Beschreibt den anderen Teilnehmern doch mal genau, was ihr esst, woraus es besteht, welche Konsistenz es hat und warum ihr es esst bzw. mögt.





Der Abschluss

Ein kurzer Abschluss eines Gruppentreffens ist eine schöne Möglichkeit, das Erlebte nochmal kurz zu reflektieren und ggf. einen Ausblick auf das nächste Treffen zu geben.

An dieser Stelle bietet es sich auch an, auf besondere Aktionen / Angebote, wie z.B. ein bevorstehendes außerplanmäßiges Treffen oder eine Veranstaltung hinzuweisen, sofern sie anstehen.

Auf den folgenden beiden Seiten findet ihr drei Vorschläge für Feedback-Varianten. Natürlich ist es auch völlig in Ordnung, wenn jeder, der möchte am Schluss kurz 2-3 Sätze ohne "Vorgaben" einer bestimmten Feedback-Variante sagt. Wie immer gilt, dass keiner der Anwesenden etwas sagen muss.



Tipp

Wenn ihr bspw. bei einem Treffen viel geübt habt oder über euer aktuelles Stottern etc. gesprochen habt, bietet es sich auch an, zum Abschluss zu fragen, was sich die Teilnehmer mit Bezug auf ihr Sprechen bis zum kommenden Treffen vornehmen oder ob bestimmte Herausforderungen anstehen, über die sie gerne beim kommenden Treffen berichten würden.

"5-Finger-Feedback" Variante

Diese Variante ist eine gute Methode, um eine kompakte Rückmeldung der Teilnehmer einzuholen: Jeder, der möchte, gibt anhand von fünf Fingern Rückmeldung zum heutigen Treffen.

- · Daumen: Das hat mir gefallen, das war gut
- Zeigefinder: Das ist mir aufgefallen, darauf möchte ich hinweisen
- Mittelfinger: Das stinkt mir, das hat mir nicht gefallen
- Ring-Finger: Das nehme ich mit nach Hause bzw. mit in den Alltag
- Kleiner Finger: Das kam mir zu kurz



Das 5-Finger-Feedback als Reflektion aufs eigene Sprechen beim Gruppenabend anwenden.





"Wetterbericht" Variante

Bei dieser Methode wird nicht die direkte Ansprache, sondern eine kreative Umschreibung gewählt. Jeder Teilnehmer beschreibt in Form eines Wetterberichtes oder als Reisebericht, wie er persönlich den Gruppenabend erlebt hat.



Beispiel:

Wetterbericht: Schon zu Beginn spürte ich, dass etwas in der Luft lag. Der Himmel war nicht klar. Wolken kamen und gingen. Manchmal hatte ich das Gefühl, es zieht ein Gewitter auf. Der eine oder andere Blitz war dann auch tatsächlich zu spüren. Unwetter kam nicht. Leichter Regen, aber dagegen gab es Schirme, die schützten. Das Wetter wurde besser und besser. Zum Schluss schien sogar die Sonne ...

Variante

Reisebericht: Was erwartet mich? Was für Leute werde ich antreffen? Wird mir das Klima bekommen? Diese Fragen beschäftigten mich vor Antritt der Reise. Nach der Eingewöhnungsphase musste ich feststellen, dass es mir gut ging.
Nicht alles war so, wie ich es mir gewünscht hätte, aber

im Großen und Ganzen bin ich zufrieden ...

Hintergrund

Das Feedback als Wetterbericht ist eine kreative, spielerische Umschreibung des Erlebten, in der sich auch kritische Rückmeldungen "sanfter" verpacken lassen.



"Feedback-Cluster"Variante

- Jeder Teilnehmer sucht sich einen Bereich des digitalen Whiteboards aus und schreibt in die Mitte dieses Bereichs eine Kernaussage (diese kann das Hauptthema des Abends sein, z.B. "Diskussion über XY" oder "Sprechübung XY").
- Danach wird um die Kernaussage im Kreis herum alles aufgeschrieben, was einem dazu einfällt und gleichzeitig erwähnenswert scheint.
- Das können z.B. Lob, Kritik, Änderungswünsche, Auffälligkeiten, Tipps, etc. mit Bezug auf den Gruppenabend sein.
- Zu den einzelnen Aussagen können Ergänzungsaussagen (Clusterstränge) notiert werden. Hier kann ieder andere Teilnehmer nacheinander auch ergänzen. wenn alle einverstanden sind.
- Am Schluss kann jeder, der möchte, sein Cluster den anderen vorstellen bzw. diejenigen, die Zweige an anderen Clustern ergänzt haben, diese kurz erläutern.

Technik Für diese Variante könnt ihr gut das gemeinsam nutzbare digitale Whiteboard in Zoom verwenden. Wir dies funktioniert. findet ihr auf Seite 6.



Damit ihr eure Abende so abwechslungsreich wie möglich gestalten könnt, findet ihr hier **insgesamt sechs** so genannte Challenges, mit denen ihr nach Belieben den Schwierigkeitsgrad vieler Übungen (siehe Symbol auf den jeweiligen Übungs-Seiten) erhöhen könnt.

Die ersten drei Challenges bestehen aus jeweils einer Seite und sind folgende:

- () Fremdsprache / Zweite Muttersprache oder Dialekt
- 2 Audio-Aufnahme
- 3 Video-Aufnahme

Diese findet ihr einzeln erklärt auf den folgenden drei Seiten (C2-C4).

Zudem gibt es noch **drei weitere** Challenges, mit denen ihr noch mehr sprachliche Abwechslung in die Übungen bringen und zusätzlich den Schwierigkeitsgrad weiter erhöhen könnt:

- (4) "Stotter-Art"
- 5 Sprechstil
- 6 Ablenkung

Innerhalb dieser drei Challenges 4-6 könnt ihr aus jeweils 10 Aktionen wählen.

Die Challenges 4-6 und alle jeweils 10 zugehörigen Aktionen findet ihr einzeln erklärt auf den Seiten C5-C7.



FREMD-SPRACHE

7WEITE MUTTERSPRACHE ODER DIALEKT

Da vielen Stotterern das Sprechen in einer **Fremd-sprache schwerer** fällt, könnt ihr in Absprache mit den anderen Teilnehmern einige **Übungen** auch auf Englisch oder in einer anderen **Fremdsprache** machen. Dies gilt natürlich auch für Teilnehmer, die in ihrer zweiten Muttersprache üben möchten (z.B. Türkisch).

Alternativ könnt ihr auch in einem Dialekt sprechen, der euch liegt oder den ihr gut beherrscht.

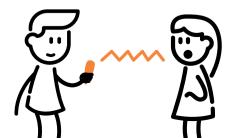




2

AUDIO-AUFNAHME

Nehmt eine Übung oder auch nur eine Passage mit einem Diktiergerät oder eurem Smartphone **auf**. Hört sie euch entweder danach als Gruppe oder später alleine an. **Oft lernt man so erstaunlich viel** und immer wieder Neues über sein eigenes Stottern und kann auch z.B. die Anwendung von Sprechtechniken wunderbar auswerten.

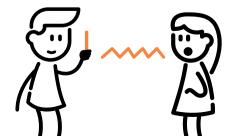




VIDEO-AUFNAHME

Stellt beim Sprechen ein Smartphone vor euch auf oder bittet den Host, einen Sprechteil von Euch **über Zoom aufzuzeichnen**.

Auf diese Weise habt ihr die Möglichkeit, beim Anschauen der Aufnahme auch eure Körperhaltung und evtl. Begleitsymptome beim Stottern zu erkennen und zu analysieren und vielleicht sogar "Ticks" zu entdecken, die euch bisher verborgen blieben.



"STOTTER-ART"



- Bewusst Stottern zulassen
- I. Pseudo-Stottern einbauen (absichtlich stottern)
- 2. Stotterkontrolltechniken anwenden (z.B. Pull-Out)
- 3. In Fluency-Shaping (gebunden) sprechen
- 4. Mit extra vielen Pausen langsam sprechen
- 5. Sätze in kurze Sinnabschnitte von 3-4 Wörtern einteilen
- 6. IMMER mit Blickkontakt in die Kamera sprechen
- 7. Ohne Blickkontakt in die Kamera sprechen
- 8. Wort für Wort sprechen
- 9. Mit weichem Stimmeinsatz am Satzanfang sprechen

Tipp

Bei längeren Übungen wie z.B. Geschichten erzählen oder Vorträgen üben, wechselt entweder zwischendurch die Aktionskarten oder würfelt ruhig nochmal nach, um die Abwechslung zu steigern.



Wichtig

Die Anwendung einer jeden Sprechart ist freiwillig. Nicht jeder Teilnehmer muss mitmachen, kann bei der Würfelvariante auch zweimal werfen und natürlich auch ohne überhaupt eine Karte zu ziehen oder zu würfeln an der Übung teilnehmen.

SPRECHSTIL

CHALLENGE



- 0. Flüstern
- I. Laut sprechen
- 2. Melodisch sprechen (Sing-Sang)
- 3. Sprechen mit dem Rücken zur / ohne Blickkontakt in die Kamera
- 4. Überdeutlich / artikuliert sprechen
- 5. Undeutlich sprechen / nuscheln
- 6. Extra betont sprechen
- 7. Mit der Hand vorm Mund sprechen
- 8. Extra hoch sprechen
- 9. Extra tief sprechen

Tipp

Bei längeren Übungen wie z.B. Geschichten erzählen oder Vorträgen üben, wechselt entweder zwischendurch die Aktionskarten oder würfelt ruhig nochmal nach, um die Abwechslung zu steigern.



Wichtig

Die Anwendung einer jeden Sprechart ist freiwillig. Nicht jeder Teilnehmer muss mitmachen, kann bei der Würfelvariante auch zweimal werfen und natürlich auch ohne überhaupt eine Karte zu ziehen oder zu würfeln an der Übung teilnehmen.

ABLENKUNG

CHALLENGE



- **0.** Leise Hintergrundmusik anmachen
- I. Während des Sprechens Stichworte in ein Dokument (z.B. Word) schreiben
- 2. Sich beim Reden bewegen
- 3. Zwischenfragen / Unterbrechungen durch die anderen zulassen
- 4. Ein Video auf einem Smartphone / PC im Hintergrund leise abspielen / den Fernseher leise laufen lassen
- 5. Alle anderen müssen sich unruhig bewegen
- 6. Ein Fenster im Raum öffnen, um den Geräuschpegel zu erhöhen
- 7. Alle anderen gucken kritisch
- 8. Stetes leises Pfeifen / Summen eines anderen Gruppenteilnehmers
- Redner ablenken, indem ihm die anderen Teilnehmer während er spricht über Zoom-Chat (Erläuterungen auf S.5) private Nachrichten schreiben

Tipp

Bei längeren Übungen wie z.B. Geschichten erzählen oder Vorträgen üben, wechselt entweder zwischendurch die Aktionskarten oder würfelt ruhig nochmal nach, um die Abwechslung zu steigern.



Wichtig

Die Anwendung einer jeden Sprechart ist freiwillig. Nicht jeder Teilnehmer muss mitmachen, kann bei der Würfelvariante auch zweimal werfen und natürlich auch ohne überhaupt eine Karte zu ziehen oder zu würfeln an der Übung teilnehmen.

FLOW~

