

Ablauf Tag 2, Dienstag 25.04.23

Jede für sich 15 Minuten zum Beantworten der 4 Fragen „Zu Beginn einer neuen Reise“, dazu meditative Musik und Räuchstäbchen.

Im Anschluss: Dialogischer Spaziergang

10 Minuten redet A, B hört zu

Dann 5 Minuten B gibt Essenz von Gehörtem wider, A hört zu

Dann Wechsel

Dann 10 Minuten Austausch

=

45 Minuten draußen spazieren

Reflexion in der Gruppe

Pause

5 Minuten mit PartnerIn im Stillen.

A beschenkt B mit voller Aufmerksamkeit (würdigt Einzigartigkeit, Schönheit, das Wunder).

Dann, bei gleicher Paarung, andersherum.

Reflexion in der Gruppe

Ein Lied lang tanzen, bewegen wer möchte.

Mittagspause

Alle stehend im Kreis. Ein Ball wird von TeilnehmerIn zu TeilnehmerIn geworfen indem der Name genannt wird und dann, wenn EmpfängerIn bereit ist, geworfen wird. Der Ball nimmt so seine Bahn, bis er bei jedem 1x war.

Nochmal Runde mit gleicher Bahn.

Dann mit zweitem Ball eine zweite Bahn (=Reihenfolge wie der Ball geworfen wird).

Dann beide Bälle gleichzeitig.

Dann kommt ein dritter Ball hinzu, der Chaosball. Dieser hat keine festgelegte Bahn.

Dann kommt ein vierter Ball hinzu, der Zeitball. Dieser wird im Uhrzeigersinn von einem zum anderen gereicht.

Die 10 Dialog-Empfehlungen hängen verteilt im Raum, darunter je ein leeres Plakat (DinA2-Blatt). Es liegen verschiedene Stifte bereit. Die TeilnehmerInnen werden aufgefordert, jeweils etwas dazu zu schreiben oder zu malen. Gerne können sich auf den leeren Plakaten Schreibgespräche entwickeln, ein Mix aus Wörtern, Sätzen, Fragen. Zeitrahmen 20 Minuten. Jede/r ist außerdem aufgefordert, sich die Empfehlung abzureißen, die sie am meisten anspricht.

Wieder im Kreis, zieht jede/r einen Gegenstand aus einem Säckchen. Gleiche Gegenstände bilden eine Gruppe, so entstehen 3er Gruppen. In der 3er Gruppe erzählen jetzt alle nacheinander über die Fragen „Warum hast Du Dich für diese Empfehlung entschieden?“ und „Was würde sich im Alltag für Dich ändern, wenn Du diese Empfehlung mehr berücksichtigst?“. Die Aufgabe ist wieder, dass eine/r erzählt und die anderen zunächst nur zuhören. Haben alle erzählt, kann es in einen freien Austausch über gehen. Zeitrahmen 30 Minuten.

Infopapier „Was ist Dialog?“

Jede/r liest es für sich durch. Dann Dialog-Kreisgespräch dazu.

Zeitungschlagen

Eine zusammengewickelte Zeitung oder ähnliches. Zuerst wechseln alle die Plätze. Eine/r in der Mitte mit der Zeitung. Als erstes gibt eine/r einen Namen rein. Diese/r wird nun vom Zeitungshalter in der Mitte geschlagen. Man kann das allerdings verhindern, indem man schnell einen anderen Namen sagt. Die in der Mitte muss jeweils versuchen schnell zu schlagen bevor ein neuer Name genannt wird, damit sie aus der Mitte herauskommt. Die Personen wechseln dabei ihre Namen, man nimmt immer den Namen an, auf dessem Stuhl (vom Anfang des Spiels) man sitzt.

Dialog-Kreisgespräch zur Geschichte „Der Tunichtgut“