

UND DU SO?

Psychische Gesundheit
bei Kindern und Jugendlichen

Gruppen-Methode **GEDANKENLESEN**

• ZIEL

Kinder und Jugendliche versetzen sich in andere Menschen und ihre Lebensgeschichten. Diese Methode dient der Förderung der psychischen Gesundheit in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit. Sie braucht etwas Planung und Vorlaufzeit.

• ZEIT

45 – ca. 90 Minuten

• ORT

drinnen

• ANZAHL KINDER / JUGENDLICHE

2 – ca. 4

• MATERIAL

Grosses Papier (Plakat), Stifte und Malfarben

• UMSETZUNG

Die Fachperson der Offenen Kinder- und Jugendarbeit organisiert einen «Rahmen», in dem sich die Gruppe ohne Störung austauschen kann. Es geht darum, gemeinsam Plakate für den Treffpunkt zu gestalten. Die Fachperson erklärt den Teilnehmer*innen, dass es um die Gefühlswelt von anderen Menschen und deren Gedanken geht. Auf jedes Plakat wird ein Kopf mit je einem bestimmten Gefühlsausdruck gemalt. Über diesem Kopf schwebt eine Sprechblase, die vorerst leer bleibt. Sobald die Gruppe die Plakate fertig hat, tauscht sie sich zu den einzelnen «Figuren» aus und bespricht mögliche Texte für die Sprechblasen. Danach füllen die Teilnehmer*innen die Sprechblasen aus und erzählen sich dazu eine Geschichte. Im Anschluss werden die Plakate gemeinsam im Treffpunkt aufgehängt.



Weitere Methoden

Varianten

- Die Gruppe gestaltet Plakate mit eigenen Geschichten (anonym oder mit den Namen der Gestalter*innen).
- Die Gruppe gestaltet Plakate mit zwei Köpfen pro Plakat und die beiden Sprechblasen passen inhaltlich zusammen.
- Kinder / Jugendliche, welche die Plakate nicht gestaltet haben, setzen sich zusammen und erfinden zu den Plakaten ihre Geschichten.

Bern, August 2024
Konzept / Text: konkret bewegt AG,
DOJ und Fachpersonen der OKJA