

Lebenskompetenz, Gesundheitskompetenz, Spielformen, Spielform, Übung, Persönlichkeit, stark, Stärkung, fördern, Förderung, Selbstwahrnehmung, beobachten, Beobachtung, Wahrnehmung, wahrnehmen, Besprechung, besprechen, Beurteilung, beurteilen, Beratung, beraten, Begleitung, begleiten, Handlung, Handlungsalternative, Anwendung, Reflektieren, überlegen, Selbstreflexion, Reflexion, Anwenden, Anwendung, korrigieren, Fehler, Lob, loben, Problem, lösen, Probleme lösen, intelligent, handeln, Handlung, konstruktiv, Problemlösefähigkeit, zwischenmenschlich, zwischenmenschliche Konflikte, mentale Blockade, überwinden, Konflikt, Handlungsalternativen, Reflexion, Konfliktsituation, bewusst, Reagieren, Reaktion, Gesprächsklima, Lösungsansätze, Problemanalyse, Vorgehen, Abwägen, Vorteile, Nachteile, ausprobieren, Ressourcen, Strategien, Problembewältigung, geschlossene Augen, Knoten, Hand, Team" />



COOL & CLEAN

Spielform «Probleme lösen»

Video (https://www.youtube.com/embed/_QFY-etTnw)

Zeit

8–10 Minuten

Material

–

Aktion

Die Mitspieler*innen stellen sich mit geschlossenen Augen möglichst dicht zusammen. Dann fasst jeder mit zwei Händen andere zwei beliebige Hände bis ein Riesenknoten entsteht. Nun öffnen alle wieder die Augen. Ziel ist es, ohne eine einzige Hand loszulassen den Knoten zu lösen.

Lebenskompetenz fördern: Problemlösefähigkeit

Schritt 1 – Beobachten (Wahrnehmung)

- Welche Strategien habt ihr gewählt?
- Wie seid ihr vorgegangen? Systematisch mit Problemanalyse, Sammeln von Lösungsmöglichkeiten, Abwägen von Vor- und Nachteilen oder -unsystematisch durch direktes Ausprobieren?
- Habt ihr das Problem gemeinsam gelöst oder euch auf die Lösungen einzelner Mitspieler verlassen?

Schritt 2 – Beurteilen (Besprechung)

- Welche Strategie hat sich aus welchen Gründen bewährt?
- Was wären bessere Problemlösestrategien gewesen?

Schritt 3 – Beraten (Handlungsalternative)

- Wie löst ihr Probleme im Alltag?
- Angenommen, ihr habt ein Problem zu lösen. Wie können euch andere helfen, gute Lösungsansätze zu finden?

Schritt 4 – Begleiten (Anwendung)

- Beobachte als Leiter, ob die Jugendlichen aufgrund der Übung leichter gemeinsame Lösungsansätze finden können. Sprich sie bei Gelegenheit nochmals darauf an.

Schritt 5 – Zurück zu Schritt 1

Weitere Informationen unter <https://www.coolandclean.ch>