

Weitere (Aktivierungs-)Übungen

Übung 1: 1-2-3

Setting: 2 Personen stehen sich gegenüber und zählen abwechselnd von 1 bis 3.
Dauer: ca. 7-10 Minuten

1. Runde

Person 1: „1“

Person 2: „2“

Person 1: „3“

Person 2: „1“

Person 1: „2“

Person 2: „3“

usw. für ca. 1 Minute

2. Runde: Die Zahl 2 wird durch ein Fingerschnipsen ersetzt.

Person 1: „1“

Person 2: „Schnips“

Person 1: „3“

Person 2: „1“

Person 1: „Schnips“

Person 2: „3“

usw. für ca. 1 Minute

3. Runde: Die Zahl 3 wird durch ein Klatschen ersetzt.

Person 1: „1“

Person 2: „Schnips“

Person 1: „Klatsch“

Person 2: „1“

Person 1: „Schnips“

Person 2: „Klatsch“

usw. für ca. 1 Minute

4. Runde: Die Zahl 1 wird durch ein Stampfen ersetzt.

Person 1: „Stampf“

Person 2: „Schnips“

Person 1: „Klatsch“

Person 2: „Stampf“

Person 1: „Schnips“

usw. für ca. 1 Minute

Anschließend Reflexion im Plenum

Übung 2: Eine Geschichte erzählen

Setting: Aus dem Publikum wird ein beliebiger Gegenstand benannt. Die Teilnehmenden finden sich zu zweit zusammen. Sie erzählen gemeinsam eine Geschichte über den benannten Gegenstand. Dabei sagt jede Person jeweils ein Wort.

Dauer: ca. 10 Minuten

1. Runde

Person 1: „Es“

Person 2: „war“

Person 1: „einmal“

Person 2: „ein“

Person 1: „Fahrrad“

Person 2: ...

usw. für ca. 1,5 Minuten

2. Runde: dasselbe in anderer Zweierkonstellation

Anschließend Reflexion im Plenum

Übung 3: Sich selbst vorstellen

Setting: Die Teilnehmenden finden sich zu dritt zusammen. Jede*r zeigt (oder imaginiert) einen Gegenstand aus der eigenen Tasche und stellt sich anhand dieses Gegenstands den anderen vor.

Dauer: ca. 6 Minuten

Übung 4: Geschichten zu Diversity erzählen

Setting: Die Teilnehmenden finden sich zu dritt zusammen und erzählen einander eine Geschichte zum Thema Diversity aus ihrer eigenen Studien- und/oder Berufserfahrung.

Dauer: ca. 12 Minuten

Anschließend Reflexion im Plenum