

Methode Ja genau

Ziel:

- Unvoreingenommen Zuhören
- Sich ganz auf die Geschichte des anderen einlassen
- (Be)Wertungen und Kritik bewusst unterlassen



Sehen



Dauer: je nach Gruppengröße; 15- 20 Minuten



Anzahl: bis max. 20 Personen



Beschreibung:

„Ja, genau ...“ fördert ein Zuhören und Einlassen auf mein Gegenüber. Die Geschichte (Haltung, Einstellung ...) meines Gegenübers ist genauso richtig, wie sie erzählt wird. Zu Beginn z.B. einer Sitzung, eines Gruppentreffens auch in schwierigen Situationen wird spielerisch deutlich, dass jede Meinung gleichwertig ist. Die Methode bricht bewusst mit der oft reflexartigen Entgegnung „Ja, aber ...“, „So kann man das aber nicht sehen“, „Meine Meinung ist da aber ganz anders.“ welche ein genaues Hinhören oft verhindert.

Die Teilnehmenden stehen sich in zwei Kreisen gegenüber. Nach ca. 5 Minuten rückt der Innenkreis eine Person weiter.

Die Person im Außenkreis beginnt eine frei erfundene Geschichte zu erzählen. Nach zwei drei Sätzen antwortet das gegenüber: „Ja, genau ...“ und erzählt die Geschichte weiter. Dann antwortet die erste Person: „Ja, genau“ und ergänzt die Geschichte. Nach 5 Minuten wird die Geschichte abgebrochen und der Innenkreis wandert eine Person weiter. Jetzt beginnt eine neue Geschichte. Dieses Mal beginnt der Innenkreis. Nach drei bis vier Durchgängen darf gerne Schluss sein.



Material:

es ist kein Material erforderlich

Insider-Tipps:

Bei der Methode kann viel Spaß entstehen und es kann sehr laut werden. Die Geschichte sollte frei erfunden und verrückt sein.



Der Raum sollte groß genug sein, damit die Teilnehmenden sich frei bewegen können.

Weiterführende Quellen:

...