

# **CORONA BILANZIERUNGSTOOL**



**Reflexionsmethoden für Kinder und Jugendliche  
zum Start ins neue Schuljahr**

**deutsche kinder- und jugendstiftung**



# Warum eine Reflexion der Corona-Zeit mit Kindern und Jugendlichen?

Seit Anfang März hat sich der Alltag von Kindern und Jugendlichen in Deutschland gravierend verändert: Die Corona-Pandemie beeinflusst das tägliche Leben in annähernd allen Bereichen und erfordert ein hohes Maß an Unsicherheitstoleranz (Ambiguitätstoleranz) von jedem einzelnen. Die neusten Infektionszahlen in den Nachrichten mögen für junge Menschen abstrakt sein, dennoch sind auch sie konfrontiert mit einer möglichen eigenen Ansteckung oder der ihrer geliebten Bezugspersonen. Statt im Unterricht mit ihren Freundinnen und Freunden, mussten sie Lernaufgaben allein zuhause, falls möglich mit den Eltern im Home Schooling erledigen. Der Spielplatzbesuch am Nachmittag, Fußball im Verein oder Musikunterricht – alle Freizeitaktivitäten mussten während des Lockdowns ruhen und wichtige soziale Kontakte, besonders mit Gleichaltrigen, konnten nicht stattfinden. Kinder haben ihre Grundschulfreundinnen und -freunde während des Corona-Lockdowns über Wochen vermisst. Jugendliche, die eigentlich entscheidende Ablösungsprozesse von ihren Eltern durchlaufen, mussten ihre Geburtstage ohne Freundinnen und Freunde feiern und waren in ihrem Unabhängigkeitsbestreben deutlich eingeschränkt. Diese einschneidenden Erfahrungen gehen nicht spurlos an den Kindern und Jugendlichen vorbei, auch wenn kurz vor den Sommerferien vereinzelt der Unterricht wieder stattgefunden und sich eine neue Normalität eingestellt hat.

An welcher Stelle gibt es die Zeit, mit jungen Menschen über das Erlebte zu sprechen, Erfahrungen und Gefühle zu reflektieren, ihre Bedürfnisse und Wünsche aufzugreifen und sie auf mögliche erneute Einschränkungen aufgrund des Corona-Virus vorzubereiten?

Die Möglichkeit, über die vergangenen Wochen und Monate zu reflektieren und auszudrücken, was daran positiv (lehrreich, spannend, überraschend, bestärkend, motivierend usw.) und negativ (beunruhigend, nervig, verletzend, überfordernd, stressig, schmerzhaft usw.) war, bietet einerseits die Chance, sich persönlich weiterzuentwickeln. Andererseits hilft es zu realisieren, was einem besonders wichtig ist oder auch besonders schwer fällt. Gleichzeitig sind Kinder und Jugendliche nicht wie Erwachsene vorrangig selbst dafür verantwortlich, wie ihre Lebenssituation gestaltet ist. Sie sind stärker darauf angewiesen, dass ihre Erfahrungen, Wünsche und Perspektiven von den Erwachsenen, die ihre Lern- und Lebensorte gestalten, gehört und aufgegriffen werden.

Gerade pädagogische Begleitpersonen sind nun gefordert, Reflexionsräume für junge Menschen zu schaffen, damit diese das Erlebte verarbeiten können.

Das vorliegende Material möchte erwachsenen Begleitpersonen bzw. pädagogischem Personal Anregungen, Hilfestellungen und Methoden zur Verfügung stellen, um Reflexionsangebote für Kinder und Jugendliche beispielsweise in der Schule oder im außerschulischen Kinder- und Jugendbereich zu schaffen. Dabei setzt die Anwendung dieses Instruments entsprechend voraus, dass alle Antworten und Rückmeldungen von Kindern und Jugendlichen ernsthaft und sensibel aufgenommen und gemeinsam Möglichkeiten geschaffen werden, die sie beteiligen und in ihren Rechten stärken.

Nachfolgend finden Sie zunächst grundlegende Hinweise zur Gestaltung des Reflexionsangebots, mit Anmerkungen zu Gesprächs- und Gruppen-Settings gefolgt von Anregungen zur Selbstreflexion sowie ausgewählte Methodenvorschläge für das Reflexionsangebot.

Die Teile dieser Materialsammlung müssen nicht in einer festen Reihenfolge „abgearbeitet“ werden, sondern sollen Ihnen als Inspiration dienen. Sie können sich individuell Material herausnehmen und an das eigene Vorhaben anpassen.



# Gestaltung des Reflexionsangebots

## Wie ist das Vorgehen und was ist zu beachten?

Bei der Planung des Reflexionsangebots sollten Sie grundsätzlich zwei Phasen beachten und jeweils entsprechend Zeit und Ressourcen berücksichtigen.

Im ersten Teil erhalten die Kinder und Jugendlichen Zeit und methodische Anregungen zur Rückschau auf ihre individuellen Erfahrungen in der Corona-Zeit. Sie werden dazu motiviert, diese für sich zu benennen. Je nach Kinder- oder Jugendgruppe kann es hilfreich sein, kreative Zugänge zu ermöglichen und stärker bildlich als schriftlich mit ihnen an ihren Erfahrungen und den damit verbundenen Gefühlen seit der Schließung von Schulen, Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen sowie Spielplätzen zu arbeiten.

Der zweite Teil des Reflexionsangebots ist die zentrale Phase für die eigentliche Reflexion. Ziel dieser Phase ist es, dass die Kinder und Jugendlichen das Erlebte in einen größeren persönlichen Sinnzusammenhang bringen und sich vor allem verstanden und gehört fühlen mit dem, was in dieser besonderen Zeit erlebt wurde. Die Kinder und Jugendlichen erhalten so eine Möglichkeit, mit Widersprüchen, Unsicherheiten und Unklarheiten aus der Corona-Zeit umzugehen. Ihnen können dadurch Wege eröffnet werden, um Konflikte zu lösen sowie sich zeigende Differenzen auszuhalten bzw. zu überwinden.



## Was kann daraus entstehen?

Einen Raum zu öffnen, in dem Kinder und Jugendliche erfahren, dass ihre persönliche Erfahrung wertvoll ist und geteilt werden darf, ist für sich genommen bereits ein wichtiges Element für ein gestärktes Gemeinschaftsgefühl. Dieses nach der langen Phase physischer Distanz neu zu beleben und zu stärken fördert den Zusammenhalt in Gruppen und erleichtert so auch künftig das gemeinsame Lernen und mindert Konflikte. Idealerweise münden die Rückmeldungen der Kinder und Jugendlichen auch direkt in Veränderungen in ihrem Lern- und Lebensumfeld; z. B. wenn eine Schule in vielen Klassen die Bilanzierung aus Schülerinnen- und Schüler-Perspektive und die Resultate in ihrer Planung und Vorbereitung auf eine mögliche zweite Corona-Welle und neue Einschränkungen berücksichtigt. Aber auch in die Umgestaltung regulärer Lernsettings können Anmerkungen der Kinder und Jugendlichen einfließen. Werden Kinder und Jugendliche an der Gestaltung ihrer Lebenswelten beteiligt, so zahlt dies auf das Selbstwirksamkeitserleben, die Verantwortung für die Einhaltung der gemeinsam ausgehandelten Regeln und die Bereitschaft, sich auch in Zukunft mit eigenen Vorschlägen bei der Ausgestaltung des Gruppenlebens zu beteiligen, ein.



## Und wie kann das gelingen?

Für die konkrete Durchführung ist es wichtig, dass eine entspannte und bewertungsfreie (Gesprächs-) Atmosphäre geschaffen wird, in der es allen ermöglicht wird, auf Augenhöhe miteinander ins Gespräch zu kommen. Hierfür braucht es erwachsene Begleitpersonen bzw. pädagogisches Personal, das bereit ist, sich auf die Prozesse einzulassen und ein stärkeorientiertes Menschenbild zu vertreten. Die Ansprache der Kinder und Jugendlichen sollte in einer ihnen verständlichen Art und Weise erfolgen. Dabei ist es wichtig, dass alle beteiligten Personen zu Wort kommen können. Je nach Gruppenkonstellation kann es auch sehr hilfreich sein, zu Beginn gemeinsame Gesprächsregeln festzulegen.



# Gestaltung des Reflexionsangebots

## Welche Methode ist sinnvoll?

Methodisch sollte der Reflexionsprozess an die jeweilige Kinder- bzw. Jugendgruppe angepasst werden. Das heißt, die Unterschiedlichkeit und auch der jeweilige Entwicklungsstand junger Menschen muss bei der Auswahl von Themen, Methoden und Unterstützungsleistungen berücksichtigt und teilweise flexibel angepasst werden.

Neben der bedachten Auswahl der Methode ist es wichtig, ein der Gruppe entsprechendes Setting zu wählen. Brauchen die Kinder bzw. Jugendlichen nochmals Zeit für sich allein oder sind sie bereit, ihre Erlebnisse in einer 1:1-Situation oder Kleingruppe zu teilen? Hier ist es auch möglich, verschiedene Austauschformen parallel anzubieten – sprich, wer lieber noch mal für sich sein möchte, kann beispielsweise die Methode „Im Jahr 2040 – ein Gedankenexperiment“ schriftlich oder als Audio-Nachricht allein bearbeiten, während andere sich in einer 1:1-Konstellationen mit Gleichaltrigen oder vertrauten erwachsenen Bezugsperson austauschen. Ebenso sind Kleingruppen für den nächsten Schritt geeignet oder folgend auf die 1:1-Situation.

## Eine vertrauensvolle Ebene ist wichtig

Für diese Phase ist es besonders wichtig, einen vertrauensvollen und sicheren Rahmen zu schaffen, der frei ist von möglichen Bewertungen oder dem Risiko von Beschämungen – sowohl durch die Peers als auch durch die Erwachsenen. Schaffen Sie gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen Klarheit darüber und ein gemeinsames Verständnis, dass nur das erzählt werden sollte, was sich gut anfühlt zu teilen. Diese Phase beruht auf Vertrauen und Freiwilligkeit. Falls das nicht garantiert werden kann, ist eine rein schriftliche und anonyme Auswertung und Reflexion das Mittel der Wahl.



In der nachfolgenden Methodensammlung finden Sie Anregungen für die Gestaltung beider Reflexionsphasen sowie Vorschläge für Reflexionsfragen. Falls es für Sie in Frage kommt, kann es hilfreich sein, etwas Persönliches von Ihren Erfahrungen und Gefühlen mit den Kindern und Jugendlichen zu teilen. Im Kapitel **Bevor es losgeht – Anregung zum Selbstcheck** finden Sie Anregungen zur Schaffung einer Gesprächsatmosphäre, die Ihnen und den Kindern bzw. Jugendlichen hilft, sich auf einen offenen und vertrauensvollen Austausch einzulassen.



# Bevor es losgeht – Anregung zum Selbstcheck

*Welche Erwartungen gibt es an die Reflexion? Welche Hoffnungen oder Befürchtungen? Welcher Rahmen hilft Ihnen und den Kindern und Jugendlichen, sich auf einen offenen und vertrauensvollen Austausch einzulassen? Und was passiert mit den Ergebnissen?*

Nicht nur für die Kinder und Jugendlichen waren die letzten Wochen und Monate herausfordernd. Gerade erwachsene Begleitpersonen, die zusätzliche Verantwortung für die Gestaltung von Lebens- und Lernräumen von Kindern und Jugendlichen tragen, waren in der Zeit des Lockdowns und der Einschränkungen sehr gefordert. Daher ist es empfehlenswert, dass auch Sie sich nach Möglichkeit Zeit nehmen, die vergangenen privaten und beruflichen Erfahrungen zu reflektieren. Zur Vorbereitung des Reflexionsangebots für Ihre Zielgruppe sollen die nachfolgenden Fragen Ihnen Orientierung rund um die Zielsetzung, die möglichen Themen, die Nutzung von Materialien sowie die Aufarbeitung der Ergebnisse geben.

## Fragen...

### ... zur Vorbereitung

-  Wie viel glauben Sie schon zu wissen über das, was Kinder erlebt haben und brauchen?
-  Was ist für Ihre eigene Sicherheit und Planung gerade ganz wichtig? Wie passt das mit der geplanten Reflexion zusammen? Wie wird verhindert, dass es manipulativ oder instrumentalisierend zugeht?
-  Welche Erwartungen haben Sie, die Erziehungsberechtigten, das Umfeld und das Kind oder der/die Jugendliche selbst?
-  Welcher Anlass und welche Umgebung sind geeignet, um bestimmt Reflexionsübungen durchzuführen?

### ... zur Weiterarbeit mit den Ergebnissen

**(Vertraulichkeit/Anonymität vs. Nutzung und verbindliche Zusagen)**

-  Wie werden Ergebnisse festgehalten und wer erfährt danach davon?
-  Wie wird das mit den Kindern/Jugendlichen rückgekoppelt?
-  Könnten andere Kolleginnen und Kollegen das Instrument ebenfalls verwenden und die Ergebnisse gebündelt noch weitere Wirkung entfalten?
-  Lohnt es sich, zu einem späteren Zeitpunkt die Methoden zu wiederholen und mit den ersten Ergebnissen zu vergleichen/zurückzuführen? Wie schaffen Sie den Rahmen dafür?



# Vorsicht Stolperfallen: Tipps zur Gesprächsführung mit Kindern

Um mit Kindern über ihre Erlebnisse, Gedanken und Gefühle ins Gespräch zu kommen, kann es hilfreich sein, einige Hinweise zu einer gelingenden Gesprächsführung zu berücksichtigen.

## Hinweise...

-  Lassen Sie die Kinder deutlich wissen, dass sie an ihrer individuellen Perspektive und Meinung interessiert sind und ermutigen Sie auch zwischendurch dazu, diese zu äußern.
-  Planen Sie ausreichend Zeit ein und achten Sie darauf, gerade bei jüngeren Kindern auch Bewegungsmöglichkeiten einzubauen, wenn die Konzentration in der Gruppe abnimmt.
-  Wirklich zuzuhören bedeutet, nicht ins Wort zu fallen oder Sätze zu ergänzen, wenn man glaubt zu wissen, was ein Kind sagen möchte.
-  Um sich zu vergewissern, dass man etwas richtig verstanden hat, kann man das Gesagte in eigenen Worten kurz wiederholen.
-  Formulieren Sie Nachfragen möglichst offen und erkundigen Sie sich ggf. auch nach Einzelheiten in den Erzählungen der Kinder.
-  Um Suggestivfragen, in denen man seine eigene Vorstellung abfragt, zu vermeiden, kann es bspw. hilfreich sein, ein einzelnes Wort aus dem Satz eines Kindes in fragendem Ton zu wiederholen.
-  Bleiben sie bescheiden, denn in diesem Austausch ist verstehen das Ziel – nicht wissen.



# Methodenauswahl

## 1 Zeitstrahl – Mini-Tagebuch



### Material und Hilfsmittel:

Papier mit gezeichnetem großem Pfeil im Querformat und Monatsabständen, farbige Stifte

### Dauer:

ca. 15 Minute

### Ziel:

Als Einstieg kann ein visualisierter Rückblick helfen, sich an besondere Situationen und Emotionen zu erinnern und Fragen bzw. Ängste zu thematisieren.

### Ablauf:

Alle Teilnehmenden erhalten jeweils einen Zeitstrahl und tragen für sich die Ereignisse oder Erlebnisse seit Beginn der Corona-Pandemie ein (ca. 7 Minuten). Anschließend hebt jeder 1-2 Ereignisse hervor, die auch heute noch sehr präsent sind (Markieren durch Kreuze, Einkreisen). Wer möchte, kann seine Gedanken und Notizen mitteilen. Danach können die Zeitstrahlen an eine Pinnwand gehängt werden, auf der sie betrachtet werden können. Alternative: die Teilnehmenden nehmen ihre Zeitstrahlen mit nach Hause.

## 2 Zeitstrom – Blick nach vorne



### Material und Hilfsmittel:

Große Papierrolle (z.B. Tapete, Packpapier), Stifte

### Dauer:

ca. 20 Minute

### Ziel:

Als fortlaufende Methode wird am Zeitstrom immer wieder gearbeitet. Die Entwicklungen, die in einer Einrichtung gemacht werden, werden visuell festgehalten – so können Fortschritte benannt werden und kleine Etappen geraten nicht in Vergessenheit. Zum einen dient der Zeitstrom als Motivation, da er Veränderungen sichtbar werden lässt, und zum anderen hat er auch eine Erinnerungsfunktion.

### Ablauf:

Auf einer langen Papierrolle – Packpapier oder Tapetenrolle – werden die einzelnen Entwicklungsetappen, geplante Aktivitäten etc. festgehalten. Dieser Zeitstrom kann von allen Beteiligten beschriftet werden und soll immer wieder erweitert werden.



# Methodenauswahl

## 3 100 Tage Rückblick – Was ist bei uns passiert?

(vgl. *Methodenkompendium: Schulleben und Unterricht demokratisch gestalten*)

### Material und Hilfsmittel:

Steine mit Symbolen, Maßbänder für die Teilnehmenden  
Stifte (rot, grün, blau),

### Dauer:

ca. 60 Minute

### Ziel:

Sich erinnern, die anderen an den persönlichen Erfahrungen und Erlebnissen teilhaben lassen, Anknüpfung an die letzten Informationen über die anderen Teilnehmenden (thematische Übergänge).

### Ablauf:

Phase 1: Alle Teilnehmenden markieren die Phasen der vergangenen 100 Tage auf ihrem eigenen Maßband: Grün für entspannte, angenehme Zeit, Gelb für eine neutrale Zeit, Rot für eine stressvolle Zeit, Weiß bleibt die „erinnerungslose“ Zeit. Aus einem Kästchen wird ein Stolperstein, aus einem anderen ein Glücksstein gewählt. Diese symbolisieren ein schwieriges und ein glückliches Ereignis. Die Steine werden zu dem jeweiligen Tag oder Zeitraum gelegt.

Phase 2 (in Kleingruppen): Mittels der Symbole auf den Stolpersteinen finden sich die Kleingruppen zusammen. Sie haben etwa 20 Minuten Zeit nachzufragen oder Erlebtes den anderen detaillierter mitzuteilen.

Phase 3: Die Streifen werden nebeneinander oder untereinander aufgehängt. Gab es bei allen zur gleichen Zeit Stress oder Entspannung?

## 4 Mal mal – Wie sieht dein Lern-Arbeitsplatz zu Hause aus?

### Material und Hilfsmittel:

Papier und Stifte

### Dauer:

ca. 15 Minute

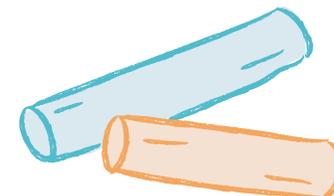
### Ziel:

Visualisierung der Lernsituation; Kennenlernen von Bedürfnissen rund um die Gestaltung des Lernraums zu Hause

### Ablauf:

Alle Teilnehmenden erhalten Papier und Stifte und zeichnet den eigenen „Lern-Arbeitsplatz“ zu Hause. Darauf können z. B. Gegenstände wie Maskottchen, Trinkgläser, Lieblingsspiele etc. eingezeichnet werden, die beim Lernen hilfreich sind oder Spaß machen (ca. 10-15 Minuten). Anschließend Reflexion in der Gruppe: Vorstellung der Zeichnung (wer möchte) und Frage: „Bist du zufrieden damit oder wünschst du dir etwas anderes?“ Wichtig ist dabei, dass keine Wertung erfolgt.

Tipp: Auf diese Weise können auch weitere Reflexionsfragen (s. Kasten) bearbeitet werden.





# Methodenauswahl

## 5 Spaziergang durch die vergangenen Wochen

(vgl. *Methodenkompendium: Schulleben und Unterricht demokratisch gestalten*)



### Material und Hilfsmittel:

Symbole „+“, „-“, „?“; Seile; ggf. Zeitschriften, Postkarten

### Dauer:

60 - 90 Minuten; geeignet für 10 - 30 Teilnehmende

### Ziel:

zur Auflockerung oder als Warm-up-Spiel geeignet, als Reflexionsmethode im Verlauf von Organisationsentwicklung

### Ablauf:

Alle Teilnehmenden überlegen sich, was sie in den vergangenen Wochen erlebt haben. Aus dem Erlebten wählen sie drei Ereignisse aus. Zu diesen drei Ereignissen sollen sie folgende Fragestellungen für sich beantworten: Was war ein gutes Ereignis? Was war nicht so gut? Welche Fragestellung ist bei mir persönlich aufgetaucht, die ich heute gerne im Laufe des Tages beantwortet hätte? Die Teilnehmenden machen nun einen 30-minütigen Spaziergang und suchen sich drei Gegenstände als Symbole für die oben erinnerten Ereignisse. Erlaubt sind Naturmaterial, Müll, Papier ... Auf dem Boden wird z. B. mit Seilen ein Dreieck ausgelegt. An je einer Ecke des Dreiecks befindet sich ein Symbol: „+“, „-“ oder „?“ . Die Symbole können verschiedenfarbig markiert sein. Die Teilnehmenden haben nun der Reihe nach die Aufgabe, sich mit ihren gefundenen Symbolen an die „+“- Ecke des Dreiecks zu stellen und etwas zu ihrem Symbol (und dem damit erinnerten Ereignis) und dem Standort („+“- Ecke) zu sagen. Anschließend gehen sie zu den nächsten Ecken und wiederholen diese Prozedur.

## 6 Gefühle – so geht es mir – und dir?

### Material und Hilfsmittel:

Kärtchen mit Eigenschaften (z. B. fröhlich, zufrieden, überrascht, müde, begeistert, glücklich, hektisch, gelangweilt, ärgerlich, traurig, ängstlich, panisch); die Eigenschaften können je nach Anzahl der Teilnehmenden mehrfach vorkommen

### Dauer:

ca. 20 Minute

### Ziel:

Bandbreite der Emotionen kennenlernen und thematisieren

### Ablauf:

Die Kärtchen werden verdeckt auf dem Boden verteilt. Alle Teilnehmenden ziehen eine Karte, ohne dass andere das Wort erkennen können. Im ersten Schritt versucht jeder, die beschriebene Emotion mimisch auszudrücken. Die anderen raten, was gemeint sein könnte. Anschließend die Fragen: Entspricht die Emotion auf dem Kärtchen dem, was die Person jetzt empfindet? Warum ist es einfacher, Freude (fröhlich) oder Ärger (ärgerlich sein) auszudrücken, andere Eigenschaften (z. B. panisch, gelangweilt, zufrieden, begeistert) aber nicht eindeutig zu erkennen? In welchen Situationen bin ich in der emotionalen Verfassung, wie auf der Karte angegeben (z. B. Wann bin ich ängstlich usw.)?



# Methodenauswahl

## 7 Im Jahr 2040 – ein Gedankenexperiment

(Fragen aus Corona-Tagebuch von Carina Stark - Programm LernBrücken)

### Material und Hilfsmittel:

Papier mit Interviewfragen (und Platz für Antworten) und Stifte; ggf. Mikrofon (auch Spielzeugmikrofon, selbst gebastelt...)

### Dauer:

ca. 20-30 Minuten (je nach Durchlauf etwas länger)

### Ziel:

Ereignisse einordnen und verarbeiten

### 1. Variante:

Alle Teilnehmenden füllen jeweils für sich allein das Interview aus.

### 2. Variante:

Das Interview wird mit verteilten Rollen, paarweise oder als Gespräch vor der Gruppe durchgeführt. Stell dir vor, es ist das Jahr 2040. Ein Reporter oder eine Reporterin möchte dich für eine Geschichtsdokumentation befragen. Was antwortest du?

### Interviewfragen:

„Guten Tag und vielen Dank, dass Sie sich zu dem Interview bereit erklärt haben. Bitte stellen Sie sich kurz vor, Name, Alter, Wohnort?“

„Dann waren Sie im Jahr 2020 also noch ein Kind. Wie alt waren Sie genau im Frühjahr 2020?“

„Aha. Was waren ihre ersten Gedanken, damals, als die Krise begann?“

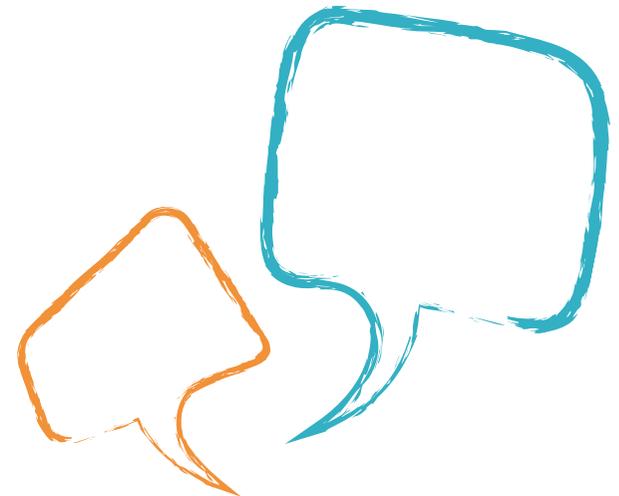
„Was waren damals Ihre größten Ängste oder Sorgen?“

„Wer oder was hat Ihnen geholfen, mit diesen Sorgen umzugehen?“

„Und dann ist ja alles gut gegangen. Was haben Sie als Erstes gemacht, als es wieder möglich war?“

„Wenn heute nochmal so eine Situation eintreten würde – was würden Sie Ihren Kindern raten?“

„Sehr interessant. Haben Sie vielen Dank für das Gespräch.“



## Mögliche Reflexionsfragen

- /// Welches Erlebnis seit Beginn der Corona-Pandemie ist dir besonders wichtig, sodass du es mit deinen Mitschülerinnen und Mitschülern teilen möchtest?
- /// Was ist dir gut gelungen/worauf bist du stolz?
- /// Wie ging es dir mit der Schulzeit zu Hause während der Schließzeit? Was hat gut funktioniert? Was ging gar nicht?
- /// Was möchtest du nicht noch einmal erleben?
- /// Wie geht es dir jetzt?
- /// Wer hilft dir, wenn du Probleme hast?
- /// Beim Lernen oder in der Freizeit?
- /// Welche Erkenntnisse nimmst du für dein künftiges Lernen mit aus der Krise?
- /// Was hilft dir zu lernen?
- /// Welche Dinge sind dir zurzeit wichtig?
- /// Was nervt dich zurzeit am meisten?
- /// Welche Person bzw. wer aus deiner Familie ist dir aktuell wichtig?
- /// Womit verbringst du aktuell viel Zeit?

### Methodentipp

Die Fragen können auf farbige Kärtchen o. Ä. geschrieben und in eine Kiste gelegt werden. Aus der Gruppe wird der Reihe nach eine Karte gezogen. Die Person, die die Karte zieht, kann sie beantworten – oder gibt sie an eine Person seiner Wahl weiter. Die Fragen können auch in die „Ich-Form“ umformuliert werden, z. B. „Womit verbringe ich aktuell viel Zeit?“ etc. Vorbereitete Impulskarten finden Sie [hier](#).



**Deutsche Kinder- und Jugendstiftung GmbH (DKJS)**  
**Tempelhofer Ufer 11**  
**10963 Berlin**

**©dkjs 08/2020**