

Gerlinde Wagner

# Das »UFF«

## Methoden der Erwachsenenbildung in der Praxis

Beim »UFF« handelt es sich um eine Auswertungsmethode, mit deren Hilfe sich die gefühlsmäßige Befindlichkeit der TeilnehmerInnen am Ende einer Veranstaltung, eines Tages oder einer Phase eruieren lässt. Es stellt eine kreative, kurzweilige Form des Blitzlichts dar. Auch bei auftretenden Störungen kann die Befindlichkeitsdarstellung durch die »UFFs« die Grundlage für weitere klärende Gespräche sein. Empfohlen wird eine maximale Gruppengröße von 20 TeilnehmerInnen. Der Zeitrahmen beträgt je nach Gruppengröße zwischen 20 und 45 Minuten.

Material pro Teilnehmer: 1 Schmierzettel für das »Probe-UFF«, 1 (dickeres, evtl. farbiges) Blatt Papier für das zu präsentierende »UFF«, 1 Eding.

### Probe-UFF

Die Seminarleitung gibt zunächst eine Skizzieranleitung für das »Probe-UFF«:

»Rumpf wie eine Kartoffel, zwei Augen wie Suppenteller, Mund wie Kipferl, Nase wie Karotte, an den Rumpf Arme wie Tulpen, Füße wie Bügeleisen, zuletzt zwei Fühler mit Knöpfen wie Antennen bei Marsmenschen.« (AGB-Arbeitsgemeinschaft für Gruppen-Beratung 2004, S. 4. B 31).

Die Teilnehmer zeichnen so Schritt für Schritt ein »Probe-UFF«.

Das zweite zu zeichnende »UFF« bezieht sich auf die reale Befindlichkeit und Stimmung der Teilnehmer. Wegen der anschließenden Kurzpräsentation

wird es etwas größer gezeichnet. Vor allem durch die Fühler, die Tulpen und den Mund haben die Teilnehmer die Möglichkeit, Stimmungen wiederzugeben, z.B. Freude, Langeweile, Erschöpftheit u.a. Alle »UFFs« werden dann in der Gruppe vorgestellt. Hierbei gibt es verschiedene Möglichkeiten, z. B. Vorstellung reihum oder die »UFFs« an die Wand heften. Oftmals ist eine Ermutigung der TeilnehmerInnen seitens der Seminarleitung zum Zeichnen und Präsentieren der Zeichnungen wichtig.

### Methode lebt von der Verschiedenartigkeit

Die Verschiedenartigkeit und Einzigartigkeit der »UFFs« ist das »Salz in der Suppe«, davon lebt diese Methode. Die Seminarleitung kann sich überlegen, ob sie am Blitzlicht teilnimmt und ebenfalls ihr »UFF« vorstellt.

Bei der Präsentation der »UFF's« kann die modellhafte Kommentierung durch die Seminarleitung hilfreich sein, damit den TeilnehmerInnen das Sprechen über die aktuelle Befindlichkeit erleichtert wird, und gleichzeitig das jeweilige Gefühl selbst angesprochen wird, z. B. »Mein Uff hat große Füße, weil...«, »Mein Uff verdreht die Augen, weil...«

Das »UFF«, so die Erfahrung, ist eine kreative Form, die nicht nur Befindlichkeiten zu verdeutlichen vermag, sondern die Spaß und Freude entfaltet, nicht nur beim Zeichnen, sondern auch bei der Präsentation. Uff!

### LITERATUR

Rabenstein, R.; Reichel, R.; Thannhoffer, M. (2004): Das Methodenset. Band 4 Reflektieren. AGB-Arbeitsgemeinschaft für Gruppen-Beratung (Hg.). 12. Auflage, Wien.

Gerlinde Wagner ist Heilerziehungspflegerin und hat Soziale Arbeit studiert.



Bei der Methodendurchführung von Seminarteilnehmern gezeichnete »UFFs«