

Veronika Güldner-Zierer

»Die Namenszettel« – Eine Kennenlernübung

Methoden der Erwachsenenbildung in der Praxis

Wichtige Schritte der Gruppenfindung passieren bereits mit der ersten Übung zum Kennenlernen. Deshalb ist es besonders wesentlich, dass die Anfangsphase von Wertschätzung und Achtsamkeit gegenüber jedem einzelnen Gruppenmitglied geprägt ist.

Die im Folgenden beschriebene Übung stammt aus dem Sozialtherapeutischen Rollenspiel (STR), einer Methode für die psychosoziale Arbeit mit Gruppen. Entwickelt wurde diese von Prof. Dr. Adelheid Stein (verst. 2001) an der Kath. Stiftungshochschule München mit dem Ziel, die Selbst- und Fremdwahrnehmung der Teilnehmer/innen zu verbessern, das Sozialverhalten vor allem hinsichtlich der Verarbeitung von Gruppen- und Familienkonflikten zu stärken sowie die Wahrnehmung, Strukturierung und Lösung aktueller Probleme positiv zu unterstützen.

Die Kennenlernübung »Die Namenszettel« kann sehr gewinnbringend als Seminareinstieg eingesetzt werden und zielt auf die Auseinandersetzung mit der eigenen Identität ab. Durch das Bewusstmachen und Darstellen der eigenen Identität geschieht ein vertieftes Kennenlernen der Gruppenmitglieder, und es kann von Anfang an eine Auseinandersetzung mit Vorurteilen, die mit bestimmten Namen verbunden sind, angestoßen werden.

Bei einer Gruppengröße von 12 Teilnehmer/innen besteht ein Zeitbedarf von ca. einer Stunde. Die Übung wird im Stuhlkreis durchgeführt. Benötigtes Material: Zettel und Stifte.

1. Jedes Gruppenmitglied schreibt seinen Namen (nur Vorname oder Vor- und Zuname) deutlich lesbar auf einen der vorbereiteten Zettel und legt ihn in

die Mitte des Kreises.

2. Die Einstimmung auf die Übung kann in folgender Weise geschehen: »Zu den Namen fallen uns Personen ein, die wir kennen oder gekannt haben, die so oder so ähnlich heißen bzw. geheißen haben.«

3. Es folgt die Aufforderung, sich die Namen anzuschauen und einen auszuwählen, mit dem man ein entsprechendes Erlebnis verbindet: »Bitte schauen Sie sich die Namen an und wählen Sie einen Namen aus, zu dem Ihnen eine Person und ein konkretes Erlebnis mit dieser einfällt.« (Die Namenszettel verbleiben noch in der Mitte!)

4. Austausch:

a) Ein Gruppenmitglied beginnt und erzählt, welchen Namen es ausgewählt hat. Es beschreibt die Person und das Erlebnis, das es mit diesem Namen verbindet. Anschließend sind alle Gruppenmitglieder eingeladen, ihre Erlebnisse zu diesem Namen zu berichten.

b) Das Gruppenmitglied, dessen Name im Gespräch war, ist nun aufgefordert, seinen Namenszettel aus der Mitte herauszunehmen und mitzuteilen, welche Bedeutung der Name für die eigene Person hat.

c) Im Anschluss daran werden in gleicher Weise die erinnerten Personen und Erlebnisse zu den anderen Namen ausgetauscht.

Gefühlsfeedback

5. Gefühlsfeedback: Im Gefühlsfeedback werden die Gruppenmitglieder eingeladen, eine kurze Rückmeldung zu ihrem momentanen Gefühlszustand zu geben. Die Gruppenleitung sollte sich bewusst sein, dass z.B.

bei geschiedenen oder adoptierten Personen unter Umständen starke emotionale Reaktionen hervorgerufen werden können.

6. Auswertungsgespräch: Den Abschluss der Übung bildet das Auswertungsgespräch, das je nach Seminarinhalt speziell akzentuiert werden kann. Mögliche Gesprächsthemen und Impulse können sein: Bedeutung und Herkunft der Namen, Namenspatrone, Vorbilder, Namensgebung durch die Eltern, Vorurteile, die mit gewissen Namen verbunden sind, Zufriedenheit mit dem eigenen Namen, Kosenamen, die Bedeutung des Namens für die eigene Identität ...

7. Wichtige Hinweise für die Gruppenleitung:

- Jedes Gruppenmitglied sollte eine Rückmeldung zum eigenen Namen erhalten. Falls zu einem Namen keine Erlebnisse erinnert werden, bringt die Leitung einen Beitrag, z.B. mit Hinweis auf ähnlich klingende Namen, oder diejenige Person kann eingeladen werden, noch mehr über den eigenen Namen und seine Herkunft und/oder Bedeutung zu erzählen.
- Für das Auswertungsgespräch kann es hilfreich sein, ein Buch über die Bedeutung von Namen bzw. über Namenspatrone dabeizuhaben.

LITERATUR

Stein, A.: Sozialtherapeutisches Rollenspiel. 4. Aufl. München 2009

Veronika Güldner-Zierer ist Dipl.-Sozialpäd. (FH), Erwachsenenpädagogin und STR-Gruppenleiterin (asis). Seit 2003 arbeitet sie als pädagogische Referentin in der Kath. Hochschulgemeinde an der Kath. Stiftungshochschule München.