

## Eltern-Interview

➤ Die Übung soll dafür sensibilisieren, was die TN ihren Eltern bedeuten. Das Hineindenken in einen Elternteil bewirkt ein besseres Verständnis für das bestehende Selbstbewusstsein. Es tauchen vielleicht offene Fragen auf und damit das Bedürfnis nach einem Gespräch mit den Eltern.

✿ Alle TN erhalten das Formular mit dem Elterninterview. Die TN sollen sich vorstellen, sie wären ihre eigenen Eltern. Wie würden sie die Fragen, ihre Kinder betreffend, beantworten? Vorher entscheiden, ob der Fragebogen als Vater oder Mutter ausgefüllt wird.

Danach **Austausch in 3er oder 4er-Gruppen.**

- ♦ Wie gut konnte ich mich in meine Mutter / meinen Vater hineinversetzen?
- ♦ Welche Frage war besonders schwer zu beantworten?
- ♦ Spielten beim Beantworten insgeheim meine Wünsche eine Rolle?
- ♦ Konnte ich Fragen gar nicht beantworten?
- ♦ Habe ich noch Fragen an die gesamte Gruppe?

**Mögliche Weiterarbeit:**

Brief an die Eltern schreiben.

🌀 Beilage SB5, Stifte

## Spirale als Symbol des Lebens

➤ Spiralen zeigen sich oft dort, wo neues Leben beginnt: Spiralnebel, Wassertiere, Embryo... oder auch wo Leben welkt... Das junge Farnblatt rollt sich aus, das welkende rollt sich ein...

Wenn ich mir bewusst vorstelle, wie mein Leben bisher verlaufen ist, finde ich möglicherweise eine Erklärung für das Jetzt und einen möglichen Verlauf in der näheren Zukunft.

✿ Die TN zeichnen und/oder erzählen, woher sie Formen von Spiralen kennen (Schneckenhäuser, Spiralnebel, Wirbeln, Wendeltreppen, Sandwirbel,...). Dies soll einfach eine Sammlung werden, die nicht diskutiert wird.

Anschließend zeichnen die TN ihren Lebensweg in den wichtigsten Abschnitten in einer Spiralform. Dazu meditative Musik.

- ♦ Welche waren/sind wichtige Stationen in meinem Leben?

- ♦ Was hat sich gewandelt?
- ♦ Wo habe ich etwas beendet, aufgegeben, losgelassen?
- ♦ Wo habe ich etwas Neues begonnen?

Die TN können das Plakat beschriften, Farben und Symbole verwenden. Der Lebensweg ist nur für jede/n ganz persönlich.

**Variante** für die Einstimmung:

Der Text von Ingeborg Bachmann – auf ein großes Plakat geschrieben. Die TN können dazu Bilder von Spiralen, Schnecken... aus Zeitungen suchen und aufkleben.

*„... dass die Liebe, wo sie aufkommt, einen Wirbel entstehen lässt wie am ersten Schöpfungsmorgen...“ (Ingeborg Bachmann)*

🌀 Plakat, Stifte, Bachmann-Text, Zeitschriften, Scheren, Klebstoff, Papier, Farben, ev. Beilage SB6, Musik