METHODE

Ein Herz für mich selbst und für andere

GIB AIDS KEINE CHANCE
BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Kurzbeschreibung
Die Gruppenmitglieder schreiben in ein großes Herz, wie sie persönlich einem HIV-positiven Menschen etwas Gutes tun können.

Themen
Solidarität mit HIV-Positiven

Methode
Wissensspiel

Alter
ab 14 Jahren

Zielgruppe
gemischtgeschlechtlich

Zeit
30 Minuten

Gruppengröße
ab 6 Personen

Setting
geschlossene Gruppe

Materialien
• DIN A4-Blätter entsprechend der Teilnehmendenzahl
• 1 DIN A3-Blatt
• bunte Stifte
• Schere

Ziele
• Sich bewusst machen, was die Lebensfreude steigert
• Sich den eigenen „ersten“ Schritt überlegen

Ablauf
Verteilen Sie an jedes Gruppenmitglied ein Blatt und einen Stift. Jedes Gruppenmitglied malt auf sein Blatt ein großes Herz. In das Herz schreiben die Gruppemitglieder hinein, in welchen Situationen es ihnen richtig gut geht, bzw. wann ihnen das Herz „aufgeht“, wie sich das anfühlt, was dazugehört.

Anschließend diskutieren alle gemeinsam über „ihre Herzen“.

Danach malen die Gruppenmitglieder gemeinsam ein großes Herz und zerteilen es in so viele Teile, wie Personen in der Gruppe sind. Jedes Gruppenmitglied nimmt einen Herz-Teil und notiert darauf, was es persönlich für einen HIV-infizierten Menschen tun könnte bzw. welche Botschaft es einem HIV-Infizierten mitgeben möchte. Die Gruppenmitglieder kommen miteinander über ihre Botschaften

ins Gespräch.

Hinweise/Erfahrungen

Diese Methode ist der theaterpädagogischen Handreichung „Lebensbotschaften“ entnommen. In diesem theaterpädagogischen Projekt der BZgA wird das Thema Solidarität mit HIV-Positiven gestärkt. Sollten Sie mehr Infos dazu lesen oder das ganze Theaterstück umsetzen wollen, können Sie sich die Broschüre Lebensbotschaften bestellen unter www.bzga.de/infomaterialien/aidsaufklaerung.

Reflexion

Folgende Fragen können helfen, ein reflektierendes Gespräch in Gang zu bringen:

Fragen für das „eigene Herz“:
• Was tut euch gut und wobei fühlt ihr euch gut?
• Was fällt auf? Gibt es Gemeinsamkeiten in den Ergebnissen?
• Sind es eher materielle Dinge oder Tätigkeiten, die euch gut tun? Oder hat es eher mit dem Zusammensein mit anderen Menschen zu tun?
• Wie könnte es einem Menschen mit einer HIV-Infektion gehen?

Fragen für die Botschaften an HIV-positive Menschen:
• Sind es eher materielle, praktische Dinge oder zwischenmenschliche Dinge, die ihr für HIV-positive Menschen tun würdet?
• Welche der genannten Botschaften an einen Menschen mit einer HIV-Infektion gefällt euch besonders gut? Warum?