

# Meine Geschichte

## 3 Schritte auf dem Weg zur Verwirklichung der Aktivität



### Schritt 1 - Vorbereitende Phase

Teilen Sie die Lernenden in 2-er Gruppen auf. Alle Lernenden sollten nacheinander eine Geschichte über sich selbst erzählen, die auf tatsächlichen Ereignissen in ihrem Leben basiert.

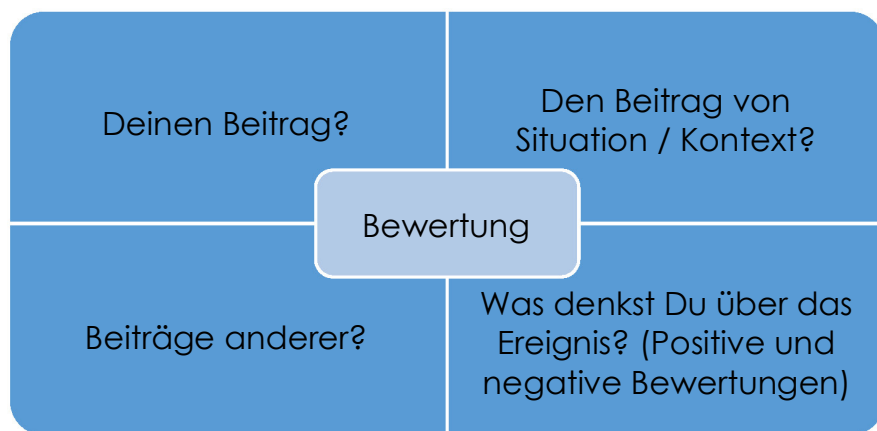
### Schritt 2 - Aktivitätsphase

Wähle ein Ereignis aus Deinem Leben, das Dir wichtig erscheint.

- ✓ Was ist passiert? Was ist anschließend passiert?
- ✓ Was beschreibst Du gerade?
- ✓ Warum erzählst Du diese Geschichte?

### Schritt 3 - Nachbereitende Phase

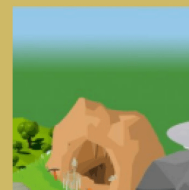
Wie beurteilst Du dieses Ereignis?



Die drei nachstehenden Punkte könnten Dir bei der Bewertung der Lage helfen:

- ✓ Deine Handlungsfähigkeit
- ✓ Deine Fähigkeit, Entscheidungsmöglichkeiten zu erkennen und möglicherweise zu schaffen und Entscheidungen zu treffen
- ✓ Dein Entscheidungsfindungsprozess

Hast Du aus dieser Situation etwas über Dich selbst gelernt, das Du auf andere Situationen anwenden kannst?



Art der Aktivität:  
Biografische Arbeit



Zeitliche Planung:  
Umsetzung: 20 Minuten  
pro 2-er Gruppe  
Prüfen des Lernfortschritts:  
15 Minuten  
Feedback &  
Abschlussbesprechung



Nachverfolgung  
der Aktivität:  
NZ



Weitere  
Komponenten der  
Value-Fallbeispiele:  
Wenn die  
Gruppenmitglieder  
einander kennen, sollten  
Sie in 4-er Gruppen  
arbeiten. Der Vermittler  
kann am Ende der Übung  
allgemeine Bemerkungen  
machen. Es könnte  
beispielsweise relevant  
sein, zu kommentieren,  
wie jemand in einer  
negativen Geschichte  
stecken bleibt oder  
negativ gebrandmarkt  
wird und das ein Leben  
lang mit sich führt.  
Vielleicht lernen einige  
daraus, wenn sie sich in  
einer Situation sehen und  
Ereignisse aus dem Leben  
beurteilen.



Zitierter Wert:

Wenn Du Deine Geschichte anderen erzählt hast, bitte um Feedback, wie sie sich gefühlt haben, als sie Deine Geschichte gehört haben.  
Sie könnten Feedback zu der Art der Rolle geben, die Du gespielt hast, wie Du Dich gesehen hast, welchen Abstand Du zu dieser Version Deiner selbst hast, wie das Ereignis sich seither auf Dein Leben ausgewirkt hat.  
Wir streng hast Du Dich verurteilt? Hast Du Verantwortung übernommen?  
Hast Du Wege gefunden, das hinter Dir zu lassen? Gibt es positive Erkenntnisse aus der Geschichte, die Du jetzt mitnimmst?

Ihre Notizen:

- V ...
- V ...
- V ...
- V ...
- V ...
- V ...