



**Amt für Gesundheitsvorsorge**  
ZEPRA

**Beschreibung/ Klassifizierung von Ideen/ Tools betr. Förderung der psychischen Gesundheit/ von Lebenskompetenzen in der Schule**  
(Umfang: max. 1 Seite)

**Anlass/ Herausforderung** (max. 200 Zeichen)

Das Ziel dieser Übung ist die Sensibilisierung für unbewusste Kultur. Bei kulturell sehr gemischten Klassen oder auch bei anderen interkulturellen Veranstaltungen könnte dieses Spiel als Vorbereitung dienen. Auch bei auftretenden Problemen oder Auffälligkeiten kann dieses Spiel als Massnahme eingesetzt werden.

**Kurzbeschreibung des Tools** (max. 500 Zeichen)

Es gibt mindestens drei Gruppen. Jede Gruppe erhält ein Jasskartenset und eine eigene Spielanleitung. Dabei hat jede Gruppe unterschiedliche Spielregeln, wobei sie dies zu diesem Zeitpunkt noch nicht wissen. Nachdem sich alle mit den Regeln vertraut gemacht haben, darf nicht mehr gesprochen werden. Das Spiel beginnt. Nach der ersten Runde werden die SuS durchgewechselt, sodass sich die Gruppen neu formieren. Die SuS werden nun schnell merken, dass in den neuen Gruppen ihre Routine nicht mehr funktioniert und auf einmal ganz andere, vermeintlich unklare bzw. unlogische Regeln herrschen, die sich ihnen nicht erschließen. Dies kann zu Irritationen oder auch Frustration führen – den klassischen Kulturschock-Erscheinungen.

**Zeitbedarf**

1-2 Lektionen. Die Zeit für die Besprechung kann je nach Klasse/Gruppe variieren.

**Material/ Hilfsmittel**

4 – 6 Jasskartensets / 4 – 6 Spielregeln / Gong oder ähnliches (für den Gruppenwechsel / Start oder Anfang) / Tischgruppen

**Verschiedene Hinweise**

Tischgruppen einrichten / Klasse in Gruppen von 3-7 SuS einteilen / Sehr stark die Ruhe und die Nicht-Sprechen-Regel einfordern

**Zugehörige überfachliche Kompetenz(en) (LP21)**

Selbstreflexion / Dialog- und Kooperationsfähigkeit / Umgang mit Vielfalt / Konfliktfähigkeit / Informationen nutzen / Aufgaben oder Probleme lösen /

**Kriterium / Kriterien und zugehöriges Gesundheitsmodell**

Neues lernen / Gemeinsam sind wir stark / neugierig sein und ausprobieren / Schwierigkeiten überwinden

**Quelle(n)**

[https://bne-sachsen.de/sites/default/files/materialien/16\\_Barnga\\_Simulationsspiel.pdf](https://bne-sachsen.de/sites/default/files/materialien/16_Barnga_Simulationsspiel.pdf)  
<https://www.ikud.de/glossar/barnga-ein-interkulturelles-simulationsspiel.html>

Grundlage des Spiels ist das Buch „Barnga: A Simulation Game on Cultural Clashes“ von S. Thiagarajan und B. Steinwachs im Intercultural Press Verlag (Great Yarmouth: 1990).



Zur Ausbildung von Interkultureller Kompetenz ist es zunächst besonders wichtig, das eigene Verhalten zu reflektieren. Dabei können spielerische Methoden helfen, die Inhalte in einem abgegrenzten Bereich hautnah zu erleben und dann die Situationen zu reflektieren und das eigene Verhalten zu hinterfragen. Dazu eignen sich die folgenden Übungen und Methoden besonders gut.

Beim Jass-Kartenspiel bekommt jede Gruppe die gleichen Spielkarten, aber andere Spielregeln. Ohne zu sprechen, sollen die SuS nun miteinander spielen. Das Spiel simuliert den Effekt von kulturellen Unterschieden in menschlichem Handeln. Im Rahmen des Spiels treten kleinere Konflikte auf, die von der Gruppe gelöst werden sollen. Diese Gruppentreffen entsprechen interkulturellen Begegnungen und machen sichtbar, dass das Verständnis von Grundregeln nicht für jede Person gleich sind.

Ablauf des Spiels:

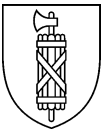
- Die SuS werden in 4 Gruppen zu 3-7 SuS eingeteilt und an separate Tische gesetzt.
- Jede Gruppe erhält ein Blatt mit Regeln (siehe unten), das sie lesen soll. Dabei darf nicht gesprochen werden.
- Nachdem alle die Regeln gelesen haben, beginnen die SuS an allen Tischen nach den vorgegebenen Regeln zu spielen.
- Jede Runde dauert 5 Minuten. Danach werden – ebenfalls wortlos – Gewinner/in und Verlierer/in ermittelt.
- Der Sieger bzw. die Siegerin jedes Tisches steigt auf und wechselt den Tisch im Uhrzeigersinn. Der/die Letztplatzierte jedes Tisches steigt gegen den Uhrzeigersinn einen Tisch ab, sodass eine Rotation entsteht.
- Am neuen Tisch wird eine neue Runde – ohne zu sprechen – gespielt. Jetzt sitzen Mitspieler/innen mit unterschiedlichen Ausgangsregeln an einem Tisch.
- Es wird – je nach Gruppengröße – mindestens vier Runden gespielt.

Nach dem Ende des Spiels folgt eine Reflexion bzw. Diskussion über folgende Fragen:

- Wie ist es euch beim Spiel ergangen?
- Habt ihr euch von den Mitspielenden verstanden gefühlt? Warum ja, warum nein?
- Wie seid ihr in den Gruppen, damit umgegangen, dass sich offensichtlich nicht alle einig sind, wer gewinnt und wer verliert?
- Was bedeutet diese Erkenntnis für den Umgang mit Menschen aus anderen Kulturen?

Ziel der Übung:

Das Ziel dieser Übung ist die Sensibilisierung für unbewusste Kultur. Die SuS sollen erkennen, dass an der Oberfläche alles gleich erscheint, im Hintergrund in jeder Kultur jedoch eigene Regeln ablaufen. Die Situation, als Fremder in eine neue Kultur zu kommen, soll durch den Wechsel an neue Tische mit neuen Regeln simuliert werden.



## GRUPPE 1

Regeln:

ES DARF NICHT GESPROCHEN WERDEN.

Jeder Spieler erhält 5 Karten.

Ass ist die höchste Karte, die Sechs die Niedrigste.

Karo ist Trumpf.

Die Spieler spielen im Uhrzeigersinn einer nach dem andern aus.

Wer den Stich gewinnt, nimmt die Karten zu sich.

Wer am Schluss die meisten Karten besitzt hat gewonnen.

Der Sieger steigt einen Tisch auf.

Der Verlierer steigt einen Tisch ab.

Die anderen Spieler bleiben an ihrem Tisch sitzen.



## GRUPPE 2

Regeln:

ES DARF NICHT GESPROCHEN WERDEN.

Jeder Spieler erhält 5 Karten.

Ass ist die höchste Karte, die Sechs die Niedrigste.

Herz ist Trumpf.

Die Spieler spielen im Uhrzeigersinn einer nach dem andern aus.

Wer den Stich gewinnt, nimmt die Karten zu sich.

Wer am Schluss die meisten Karten besitzt hat gewonnen.

Der Sieger steigt einen Tisch auf.

Der Verlierer steigt einen Tisch ab.

Die anderen Spieler bleiben an ihrem Tisch sitzen.



## GRUPPE 3

Regeln:

ES DARF NICHT GESPROCHEN WERDEN.

Jeder Spieler erhält 5 Karten.

Ass ist die höchste Karte, die Sechs die Niedrigste.

Alle Karten haben gleichviel Wert. Es gibt keinen Trumpf.

Die Spieler spielen im Uhrzeigersinn einer nach dem andern aus.

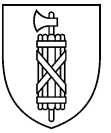
Wer den Stich gewinnt, nimmt die Karten zu sich.

Wer am Schluss die meisten Karten besitzt hat gewonnen.

Der Sieger steigt einen Tisch auf.

Der Verlierer steigt einen Tisch ab.

Die anderen Spieler bleiben an ihrem Tisch sitzen.



## GRUPPE 4

Regeln:

ES DARF NICHT GESPROCHEN WERDEN.

Jeder Spieler erhält 5 Karten.

Ass ist die niedrigste Karte, die Sechs die Höchste.

Alle Karten haben gleichviel Wert. Es gibt keinen Trumpf.

Die Spieler spielen im Uhrzeigersinn einer nach dem andern aus.

Wer den Stich gewinnt, nimmt die Karten zu sich.

Wer am Schluss die meisten Karten besitzt hat gewonnen.

Der Sieger steigt einen Tisch auf.

Der Verlierer steigt einen Tisch ab.

Die anderen Spieler bleiben an ihrem Tisch sitzen.



## Kriterien zur Beschreibung/ Klassifizierung von Ideen/ Tools betr. Förderung der psychischen Gesundheit/ von Lebenskompetenzen in der Schule

### I. Inhaltliche (Such-)Kriterien: Welche Kompetenzen werden gefördert?

Überfachliche Kompetenzen LP 21	Kompetenzen gem. 10 Impulse/ "Positive Psychologie"	Lebenskompetenzen gem. WHO
<b>Personale Kompetenzen</b>		
<input checked="" type="checkbox"/> Selbstreflexion Eigene Ressourcen kennen und nutzen	<input type="checkbox"/> Sich selbst annehmen <input type="checkbox"/> Meine Stärken Charakterstärken, positives Selbstbild	<input checked="" type="checkbox"/> Selbstwahrnehmung
<input type="checkbox"/> Selbstständigkeit Schulalltag und Lernprozesse zunehmend selbstständig bewältigen, Ausdauer entwickeln	<input type="checkbox"/> Meine Ziele Persönliche Ziele erreichen, Selbstwirksamkeit	
<input type="checkbox"/> Eigenständigkeit Eigene Ziele und Werte reflektieren und verfolgen	<input checked="" type="checkbox"/> Neues lernen	<input type="checkbox"/> Entscheidungen treffen
	<input type="checkbox"/> Sich entspannen <input type="checkbox"/> Ruhig & entspannt sein Ruhe, Entspannung, Sicherheit, Achtsamkeit <input type="checkbox"/> Bewegen, spielen, draussen sein (Bewegung, Entspannung)	<input type="checkbox"/> Stressbewältigung
<b>Soziale Kompetenzen</b>		
<input checked="" type="checkbox"/> Dialog- und Kooperationsfähigkeit Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten	<input type="checkbox"/> Mit Freunden in Kontakt bleiben <input type="checkbox"/> Freunde und Familie Positive Beziehungen <input type="checkbox"/> Um Hilfe fragen	<input checked="" type="checkbox"/> Beziehungsfähigkeit
<input checked="" type="checkbox"/> Umgang mit Vielfalt (Andersartigkeit) Vielfalt als Bereicherung erfahren, Gleichberechtigung mittragen	<input type="checkbox"/> Sich beteiligen <input checked="" type="checkbox"/> Gemeinsam sind wir stark Beitrag für die Gemeinschaft, Gruppenzugehörigkeit	<input checked="" type="checkbox"/> Empathie
<input checked="" type="checkbox"/> Konfliktfähigkeit Konflikte benennen, Lösungsvorschläge suchen, Konflikte lösen		
	<input type="checkbox"/> Sich nicht aufgeben <input type="checkbox"/> Mich gut fühlen Positive Emotionen	<input type="checkbox"/> Gefühlsbewältigung
<b>Methodische Kompetenzen</b>		
<input type="checkbox"/> Sprachfähigkeit Ein breites Repertoire sprachlicher Ausdrucksformen entwickeln	<input type="checkbox"/> Darüber reden <input type="checkbox"/> Miteinander reden & einander helfen Positive Beziehung, prosoziales Verhalten	<input type="checkbox"/> Kommunikationsfertigkeit
<input checked="" type="checkbox"/> Informationen nutzen Informationen suchen, bewerten, aufbereiten und präsentieren	<input checked="" type="checkbox"/> Neugierig sein und ausprobieren Interesse, Engagement, Kreativität, Flow	<input checked="" type="checkbox"/> Kritisches Denken
<input checked="" type="checkbox"/> Aufgaben/Probleme lösen Lernstrategien erwerben, Lern- und Arbeitsprozesse planen, durchführen und reflektieren	<input type="checkbox"/> Kreatives Tun <input checked="" type="checkbox"/> Schwierigkeiten überwinden Umgang mit Schwierigkeiten, Resilienz, Optimismus	<input checked="" type="checkbox"/> Problemlösefertigkeit Kreatives Denken

### II. Methodisch-didaktische (Such-)Kriterien



<b>Alter/ Stufe</b> (mehrere Zyklen möglich)	<input checked="" type="checkbox"/> <b>Zyklus 1</b> <input checked="" type="checkbox"/> <b>Zyklus 2</b> <input checked="" type="checkbox"/> <b>Zyklus 3</b>			
<b>Ausgangssituation</b>	<input type="checkbox"/> Fallbeispiel, Film	<input checked="" type="checkbox"/> Spiel	<input type="checkbox"/> Konstruierte Problemstellung	<input type="checkbox"/> Reales Erlebnis, Vorkommnis
<b>Methode/ Aktivität</b>	<input type="checkbox"/> Selbstreflexion	<input type="checkbox"/> Gespräch Diskussion	<input checked="" type="checkbox"/> Interaktion, Kooperation	<input checked="" type="checkbox"/> (Selbst-) Erfahrung
	<input type="checkbox"/> Zeichnen, Malen	<input type="checkbox"/> Bauen, Konstruieren	<input type="checkbox"/> Szenisch darstellen	<input type="checkbox"/> Arbeit mit Medien
<b>Vorbereitungsaufwand</b>	<input type="checkbox"/> ohne	<input checked="" type="checkbox"/> minimal	<input type="checkbox"/> mittel	<input type="checkbox"/> hoch
<b>Material</b>	<input type="checkbox"/> keines	<input checked="" type="checkbox"/> Kopiervorlage	<input type="checkbox"/> Allgemeines Schulmaterial	<input checked="" type="checkbox"/> Beschaffung nötig
<b>Örtlichkeit/ Raumbedarf</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Gruppenraum, Klassenzimmer	<input type="checkbox"/> Aula/ Turnhalle	<input type="checkbox"/> Pausenplatz, Umgebung	<input type="checkbox"/> Outdoor
<b>Zeitbedarf für die Durchführung</b>	<input type="checkbox"/> Max. 15 min	<input type="checkbox"/> Max. 30 min	<input checked="" type="checkbox"/> 1 Lektion	<input checked="" type="checkbox"/> Mehrere Lektionen
<b>Steuerung</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Moderation, Anleitung	<input checked="" type="checkbox"/> Leitfaden	<input type="checkbox"/> Auftrag mit Spielraum	<input type="checkbox"/> Selbststeuerung, freie Arbeit
<b>Einsatzart</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Einmalig	<input type="checkbox"/> Mehrmals wiederholen	<input type="checkbox"/> Längere Zeit üben (Training)	<input type="checkbox"/> Permanente Anwendung
<b>Transfersicherung</b>	<input type="checkbox"/> Coaching, Unterstützung	<input type="checkbox"/> Strukturen	<input checked="" type="checkbox"/> Regelungen, Abmachungen	

### III. "Technische" (Such-)Kriterien

<b>Präventionsbereich</b>	<input checked="" type="checkbox"/> universell	<input type="checkbox"/> Selektiv	<input type="checkbox"/> Indiziert	
	<input checked="" type="checkbox"/> Prävention	<input checked="" type="checkbox"/> Früherkennung	<input checked="" type="checkbox"/> Frühintervention	<input checked="" type="checkbox"/> Intervention

<b>Quellen/ Autoren</b>	<input type="checkbox"/> Präventionsliteratur	<input checked="" type="checkbox"/> Pädagogische Fachliteratur	<input type="checkbox"/> Vorschläge von Lehrpersonen	<input type="checkbox"/> Vorschläge von Studierenden
-------------------------	---	--	--	--