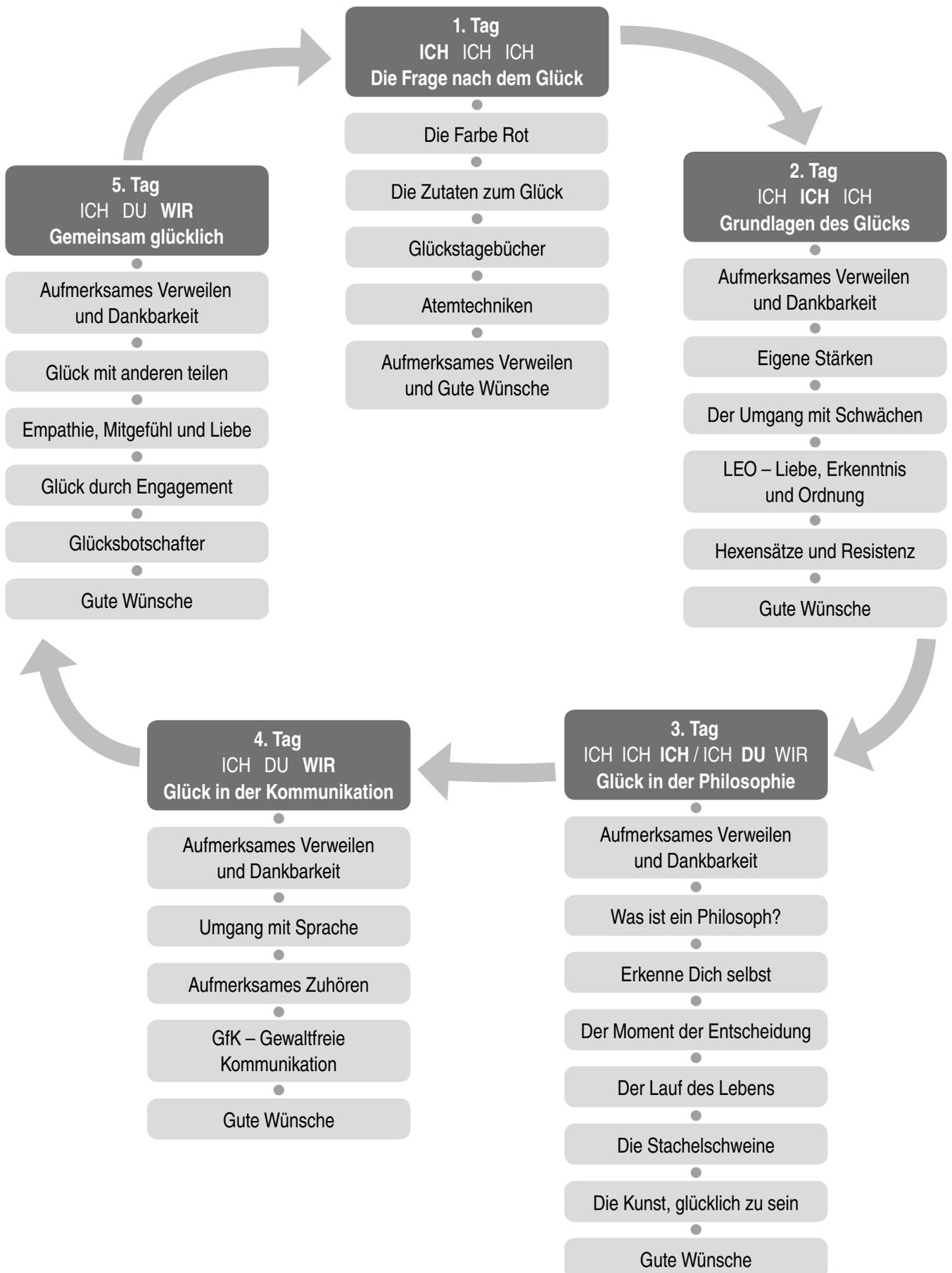


Das Projekt „Glücklichsein, wie geht das?“ auf einen Blick



LEO – Liebe, Erkenntnis und Ordnung (Einzelarbeit und Großgruppe)

Hintergrund

LEO ist das Akronym aus den Begriffen „Liebe“, „Erkenntnis“ und „Ordnung“. Diese drei Begriffe sind überaus umfassend gemeint und bilden ein Dreieck, innerhalb dessen sich die Wünsche, Erwartungen und Hoffnungen der meisten Menschen bewegen. Die Anregung für LEO kommt von den Systemischen Strukturaufstellungen (SYST-Institut München) und wird üblicherweise als Einzelaufstellung durchgeführt. Eine solche Einzelarbeit befasst sich mit der Fragestellung und Lösung für eine Person innerhalb ihres individuellen Systems. Im schulischen Kontext hat individuelle, therapeutische Arbeit keinen Platz. Daher wird LEO hier ausschließlich als Rahmen für eine allgemeine Standortwahrnehmung mit dem Hinweis auf Veränderungsmöglichkeiten angeboten.

Ablauf

Die beiden nachfolgenden Übungen benötigen einen freigeräumten Klassenraum. Nach einer kurzen Vorübung zur Körperraumwahrnehmung wird das zuvor ausgeteilte Arbeitsblatt von den Schülern individuell ausgefüllt und die Ergebnisse im Anschluss auf der Tafel zusammengetragen. Anschließend wählt der Klassensprecher drei Vertreter/Repräsentanten für die drei Begriffsfelder und positioniert sie in einem weiten gleichschenkligen Dreieck im Klassenraum. Nach der Überprüfung, ob sich diese gegenseitig gut wahrnehmen und spüren können, geht die gesamte Gruppe in das Dreieck hinein und testet den individuellen Kontakt mit jedem der drei Begriffsfelder.

Vorübung:

Der Schwerpunkt der LEO-Übung liegt auf der Körperwahrnehmung in Bezug zu den drei Begriffsfeldern „Liebe“, „Erkenntnis“ und „Ordnung“. Da viele Schüler oft nur eine vage Körperwahrnehmung haben, ist es sinnvoll durch eine kurze Vorübung darauf hinzuleiten. Planen Sie für diese Vorübung ca. 10–15 Minuten ein. Leiten Sie die Schüler an:

„Suche Dir einen angenehmen Standort im Klassenraum. Du wirst spüren, welches der richtige Ort für dich ist. Deine Füße stehen ungefähr schulterbreit, die Hände hängen locker rechts und links, nun spüre in deinen Körper hinein. Was spürst du in den Füßen, den Beinen, in dem Bauch, dem Rücken, in den Armen, den Händen, den Schultern, im Hals, dem Nacken, dem Kopf? Spüre den Fußboden, die Decke des Raumes über dir und spüre deine Mitschüler rechts und links oder vor und hinter dir. Sollte sich ein Teil in deinem Körper nicht locker und angenehm anfühlen, so verändere vorsichtig so lange deine Position im Raum, bis sich dein Körper angenehm anfühlt.“

Diese Vorübung kann viel Bewegung im Raum erzeugen. Zumeist wird es allerdings recht leise sein, da die Schüler die Aufmerksamkeit auf ihren eigenen Körper richten.

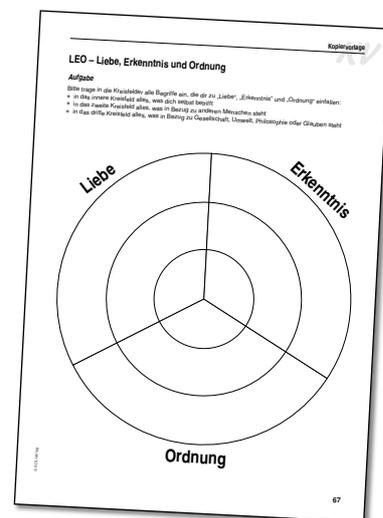
Danach können sich die Schüler kurz austauschen, welche Unterschiede im Körpergefühl eine Veränderung im Raum mit sich brachte. Dies kann auch als Hinweis dienen, wie wichtig es ist, sich den Sitzplatz in der Klasse sehr bewusst auszuwählen. Die Schüler können nun auf ihre Plätze zurückkehren.

LEO (Lehreranleitung, Klassensprecher, gesamte Klasse)

Erläutern Sie LEO und lösen Sie das Akronym auf. Verteilen Sie die Arbeitsblätter und bitten Sie die Schüler, so viele Begriffe einzutragen, wie ihnen dazu einfallen.

Die Arbeitsblätter enthalten drei ineinanderliegende Kreise. In diese tragen die Schüler auf unterschiedlichen Ebenen (persönlich; zwischenmenschlich und zu Tieren oder Gegenständen; gesellschaftlich und übergeordnet) so viele Synonyme oder ähnliche Begriffe für „Liebe“, „Erkenntnis“ und „Ordnung“ ein, wie ihnen einfallen.

Während die Schüler mit den Arbeitsblättern beschäftigt sind, zeichnen Sie ein Tafelbild mit drei mal drei Feldern an die Tafel und beschriften die drei Spalten mit „Liebe“, „Erkenntnis“ und „Ordnung“. Die lineare Struktur entspricht der Kreisabbildung des Arbeitsblattes. Nun sammeln Sie die Begriffe





LEO – Liebe, Erkenntnis und Ordnung

Aufgabe

Bitte trage in die Kreisfelder alle Begriffe ein, die dir zu „Liebe“, „Erkenntnis“ und „Ordnung“ einfallen:

- in das innere Kreisfeld alles, was dich selbst betrifft
- in das zweite Kreisfeld alles, was in Bezug zu anderen Menschen steht
- in das dritte Kreisfeld alles, was in Bezug zu Gesellschaft, Umwelt, Philosophie oder Glauben steht

