



nepia e.V.  
Juliusstr. 10  
12051 Berlin  
kontakt@nepia-berlin.de

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

Dieser Methodenkatalog von nepia e.V. ist ein lebendes und lernendes Papier. Es stellt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und wird mit neuen Erfahrungen aus der Praxis weiterentwickelt. Es ist ein Versuch unsere Arbeit zu systematisieren und die Gruppenleiter\*innen in ihrer Arbeit zu unterstützen.

In den Gruppenangeboten von nepia stehen vier Ziele im Vordergrund:

- Förderung der Persönlichkeitsentwicklung der teilnehmenden Schulkinder
- Gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen und vermitteln
- Förderung der Demokratiebildung
- Stärkung der Bildungsgerechtigkeit

Die Persönlichkeit der teilnehmenden Schulkinder (und der Freiwilligen) erreichen wir durch die Umsetzung vielfältiger Gruppenangebote, in denen sich die Kinder ausprobieren, ihre Talente und Interessen entdecken können. In der sozialen Interaktion mit anderen Kindern und durch das Erkunden neuer Aktivitäten lernen sie sich selbst besser kennen und entwickeln ihre Persönlichkeit weiter. Auch die Freiwilligen lernen dazu, da sie durch die Übernahme von Verantwortung und durch die teilnehmenden Kinder stets gefordert werden und sich behaupten müssen.

Die Gesellschaftliche Teilhabe wird bei den Gruppenangeboten von nepia e.V. besonders auf Seiten der Freiwilligen gefördert, da der Verein es ermöglicht, dass (oft junge) Menschen sich für die Gesellschaft einsetzen. Den Kindern wird eine Form des Engagements vorgelebt, die ihnen ein Vorbild sein kann.

Durch das Engagement von nepia e.V. in sozial benachteiligten Sozialräumen und den niedrigschwelligen und kostenfreien Zugang der Kinder zu den Angeboten, fördern die Aktivitäten des Vereins die Bildungsgerechtigkeit in Deutschland.

Vorstand:  
Özden Kibri  
Alkis Blanz  
Adrian de Souza Martins

Geschäftsleitung: Minos Blanz  
Registergericht: Amtsgericht Charlottenburg  
Registernummer: VR 33001 B  
Steuernummer: 27/673/51493

Kontonummer: 1157336500  
BLZ: 43060967  
IBAN: DE34430609671157336500  
GLS Bank



---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

Wie fördern wir aber im Rahmen einer Kunst-AG, einer Fußball-AG oder einer Werken-AG die Demokratiebildung?

Demokratiebildung ist nicht mit der Lehre über das politische System in Deutschland gleichzusetzen, sondern fängt viel früher an. Zur Teilhabe an einer demokratischen Gesellschaft und zur Aufrechterhaltung derselben benötigen wir grundlegende soziale Kompetenzen und Werte. Wir benötigen Anerkennung anderer, müssen von unserer eigenen Wirksamkeit überzeugt sein und müssen bereit dazu sein, Verantwortung zu übernehmen, um unser soziales Handeln so zu gestalten, dass es die Demokratie als Lebensform sichert. Dabei beruhen diese Voraussetzungen einander – ohne Anerkennung werde ich meiner eigenen Wirksamkeit nicht bewusst und ohne diese nicht zur Übernahme von Verantwortung bereit sein. Demokratie lebt aber von der Kooperation sozial verantwortlicher Individuen.

In den Angeboten von nepia e.V. fördern wir die Demokratiebildung indem wir die Demokratiekompetenzen der teilnehmenden Schüler\*innen stärken. Wir **vermitteln Einstellungen und Werte** (Punkt 1), **fördern praktische Handlungsfähigkeiten** (Punkt 2) und **regen zur Aneignung von Wissen und kritischem Denken an** (Punkt 3). In jedem Angebot wenden wir Methoden an, die zur Förderung der Demokratiekompetenz beitragen.

## 1. Einstellungen und Werte vermitteln

Demokratieverständnis zeichnet sich nicht nur durch die Kenntnis demokratischer Prinzipien und des politischen Geschehens aus, sondern in erster Linie durch das alltägliche, zwischenmenschliche Miteinander. Ein Sinn für Gerechtigkeit, Fairness, Gleichheit legt hierbei den Grundstein für eine konstruktive, inklusive und plurale Gesellschaft. Besonders unter Schulkindern, bei denen im Klassenverband unterschiedliche Kulturkreise, Familiendynamiken und Traditionen zusammenkommen, ist es für Freiwillige, Teamer\*innen und Pädagog\*innen wichtig,

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

einen Konsens zu etablieren, der auf demokratischen Einstellungen und Werten beruht. Diese bauen auf der gegenseitigen Anerkennung und einer funktionalen Bereitschaft zur Konfliktlösung auf. Auch in Situationen der Unsicherheit und Mehrdeutigkeit muss diese Bereitschaft aufrechterhalten werden.

Um demokratische Werte und Einstellungen zu fördern eignen sich beispielsweise folgende Methoden:

- **Feedbackrunden:**

Zu einer gesunden Diskussionskultur gehört sowohl ein bestärkendes Anerkennungsvermögen für sinnvoll erbrachte Leistungen als auch die Fähigkeit zur konstruktiven Kritikäußerung. Wichtig hierbei ist es, stets darauf zu achten, dass mit dem Positiven begonnen und den Verbesserungsvorschlägen abgeschlossen wird.

- ➔ In Gruppenangeboten von nepia e.V. sollte am Ende des Angebots immer Zeit für eine kurze Hoch-/Tiefrunde sein: Jede\*r Teilnehmende kann ein Hoch und ein Tief aus der AG, vom Tag oder aus der Woche mitteilen.
- ➔ Eine solche Feedbackrunde kann auch um einen zusätzlichen Reflexions- und Anerkennungsmoment erweitert werden, indem die Teilnehmenden aufgefordert werden mitzuteilen, was sie selbst gut gemacht haben/an welcher Stelle sie auf sich selbst stolz waren in der abgelaufenen AG-Einheit.

- **Meinungsumfragen:**

Um Diversität und Gültigkeit unterschiedlicher Ansichten innerhalb der

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

Gemeinschaft erkennbar zu machen, bietet sich bei umstrittenen Fragen eine Sammlung dieser Meinungen (an der Tafel/aufs Plakat etc.) an. Durch die Darstellung von Meinungsvielfalt wird erkennbar, dass innerhalb einer Gruppe Kompromissbereitschaft nötig ist.

- Damit alle Teilnehmenden zu einem Thema über ihre Meinung nachdenken und sie mitteilen können eignet sich die Methode „Visitenkarten“. Dabei notieren die Teilnehmenden ihre Meinung und halten sie somit fest. Dazu kann ein A4-Blatt zwei Male gefaltet werden, sodass 4 Kästen entstehen, in die Mitte kommt ein Kreis, in dem der jeweilige Name der Teilnehmenden steht, in jeden Kasten kommt ein Satzanfang zum Thema X (Beispiele für Themen: Demokratie, Schule, Familie):
  - X heißt für mich...
  - mit X komme ich in Berührung...
  - X beeinflusst unsere AG, weil...
  - Meine Fragen zum Thema X sind...
- Die Teilnehmenden sollen erkennen, dass es bestimmte Regeln gibt, die für ein faires (demokratisches) Streiten notwendig sind. Die Gruppenleitung sollte daher stets Ehrlichkeit einfordern, und dass die Teilnehmenden sich Zeit nehmen zuzuhören und ihre eigene Meinung zu artikulieren. Auch die Forderung nach der Verwendung von „Ich-Botschaften“ können die positiven Seiten des Streitens hervorheben, da so Perspektiven aufgezeigt und Abwertungen vermieden werden können. Diese Regeln zielen darauf ab, dass die Teilnehmenden sich ihrer eigenen Meinung bewusst werden und diese mitteilen und verteidigen können, während zur gleichen Zeit abweichende Meinungen anerkannt werden.

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

- Methoden zur Aktivierung, zum Kennenlernen und zum Erkennen von Gemeinsamkeiten und Unterschieden innerhalb der Gruppe:
  - **„Der Wind weht für alle, die...“** - Geschwister haben/schon einmal umgezogen sind/gerne Rap hören:  
Alle sitzen in einem Stuhlkreis, während eine Person in der Mitte steht; es ist insgesamt ein Stuhl zu wenig vorhanden. Die Person in der Mitte beendet den Satz „Der Wind weht für alle, die...“ – und alle, auf die der Satz zutrifft müssen ihren Platz wechseln (die Nachbarplätze sind tabu!).
  - **„Lebende Skala“**  
Bei diesem Positionierungsspiel wird eine (imaginäre oder mit Kreppband o.ä.) gezogene Linie zur Positionierungsskala. Den Teilnehmenden werden mit Aussagen konfrontiert zu denen sie sich auf der Skala „Trifft zu/Ich stimme zu“ bis „Trifft nicht zu/Ich stimme nicht zu“ positionieren können (Beispiele für Aussagen: Ohne Smartphone kann ich nicht mehr leben; Es gibt nichts wichtigeres als die Familie; In unserer AG sollten Mädchen und Jungen gemeinsam Spaß haben).
  - **„Partner\*innen-Interview“**  
Für diese Methode müssen kleine Zettel mit Fragen vorbereitet werden. Jede\*r Teilnehmende erhält einen Fragezettel und alle bewegen sich kreuz und quer durch den Raum. Wenn zwei Teilnehmende sich treffen stellt jeder seine Frage de\*r jeweils anderen, diese geben eine kurze Antwort darauf. Anschließend werden die Fragezettel ausgetauscht und jede\*r macht sich wieder auf den Weg durch den Raum zu\*r nächsten Interviewpartner\*in. Beispiele für Fragen: Was ist für dich ein\* Held\*in? Wo fühlst du dich wohl? Was für Musik hörst du gerne? Wer ist dein Vorbild?

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

#### ○ „Sortieren nach...“

Die Teilnehmenden werden aufgefordert sich der Reihenfolge nach zu sortieren. Möglichkeiten der Sortierung: Uhrzeit des Aufstehens, Entfernung zur Schule, Anzahl der Geschwister, wie viele Sprachen man beherrscht.

#### ***Was tun bei problematischen Ansichten?***

Zunächst sollte deutlich gemacht werden, dass es keine falschen Meinungen gibt. Im Grundschulalter haben die Kinder zu den meisten Dingen noch keine gefestigte eigene Meinung und geben oft Aussagen anderer wider. Wenn problematische Meinungen (bspw. menschenfeindliche Ansichten) von Teilnehmenden geteilt werden, sollte wertfrei nachgefragt werden, auf welchen Annahmen diese gründen. Sollten die Ansichten nicht von der Gruppe selbst relativiert werden, kann die Gruppenleitung die eigene ablehnende Haltung gegenüber der Äußerung kundtun, um sie nicht unwidersprochen stehen zu lassen. Die Teilnehmenden müssen nicht mit aller Kraft davon überzeugt werden, die eigene Haltung aufzugeben, es genügt zunächst, wenn sie den Widerspruch aushalten.

## 2. Praktische Handlungsfähigkeiten fördern

Damit die Teilnehmenden in ihrer Zukunft effektiv an der Gesellschaft teilhaben und partizipieren zu können, ist es erforderlich, dass sie Verantwortungsbewusstsein und Empathie entwickeln und lernen Perspektiven anderer zu übernehmen. Wir können diese Fähigkeiten stärken, indem wir sachbezogen und offen miteinander sprechen und einander zuhören. Dabei muss der anderen Person Anerkennung entgegen gebracht und auf ihre Selbstwirksamkeit und ihre Fähigkeiten vertraut werden. Wir fördern die Partizipationsfähigkeit und –bereitschaft, indem wir die

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

Teilnehmenden dazu ermutigen, sich aktiv in Entscheidungen einzubringen. Dabei vermitteln wir, dass es wichtig ist, sowohl die eigenen Interessen als auch das Wohl aller zu berücksichtigen.

Dazu einige Ideen:

- **Gemeinsam Regeln erstellen**

➔ Am besten wird in der ersten oder zweiten Einheit des Gruppenangebotes eine Regelsammlung gemacht. Das führt zu transparenten und gemeinsam vereinbarten Regeln. Indem diese auch konsequent durchgesetzt werden entsteht ein klarer Rahmen, in dem die Teilnehmenden sich sicher fühlen können. Auch für Partizipation gelten Regeln und Grenzen, die gemeinsam, zum Beispiel auf einem Flipchart, festgehalten werden können.

- **Befindlichkeitsrunde:**

➔ Wir haben gute Erfahrungen damit gemacht, vor jeder AG-Einheit mit allen Teilnehmenden zusammen zu kommen und kurz in die Runde zu fragen, ob es jemandem besonders gut geht, ob jemand heute schlecht drauf ist und wir Rücksicht darauf nehmen sollen oder ob sonst jemand etwas sagen möchte. So wird jede\*r gehört und jede\*r kann Empathie für die\*den andere\*n entwickeln. Wir empfehlen eine Befindlichkeitsrunde zum Beginn jeder Einheit zu machen.

- **Rotierendes Partnergespräch:**

Kinder stellen sich in 2 Kreise auf, wobei der innere dem äußeren zugewandt ist. Phase 1: innerer Kreis spricht über Thema x, äußerer Kreis fasst Aussage(-n) zusammen und äußert daraufhin eine eigene Meinung. Phase 2: Rotation des inneren Kreises um 2 Plätze, welcher von neuem mit einer Zusammenfassung der Info des Außenkreises beginnt und einer eigenen Ansicht anschließt etc.

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

- **4 Ecken:**

Die Ecken des Raumes werden mit A, B, C, D betitelt und dienen als Antwort-Ecken für eine Art Quiz zum Thema Stärken und Interessen. Für jede Frage gibt es 4 Antwortmöglichkeiten, die jeweils mit physischer Präsenz in einer Ecke dargestellt werden können. Fragen können sein: Worin bist du besonders gut? oder: Was interessiert dich besonders? Antworten sollten aus der Lebenswirklichkeit der Teilnehmenden stammen (bei Schüler\*innen bspw. Unterrichtsfächer, aktuelle Jugendmoden). Innerhalb der Antwort-Gruppen kann sich dann in jeder Ecke ausgetauscht werden mit Fragen wie „warum gefällt dir das so gut? / wie bist du darauf gestoßen? / wie oft die Woche machst du das und wie?“

- **Growth mindset:**

Gedankenspiel zur Stärkung eines positiven Fähigkeitsselbstkonzepts: worauf bist Du besonders stolz, was du allein geschafft hast? Was sind deine Fähigkeiten und wo konntest du sie gut zeigen? Ein Austausch, optional zu zweit oder in offener Runde.

- **Projekt „Entdecken und Teilnehmen“:**

In Gruppen können wir durch die Nachbarschaft spazieren, um Auffälligkeiten, Störfaktoren, Missstände und/oder Besonderheiten festzustellen. Anschließend können wir recherchieren, wie wir mögliche Missstände verändern können. Damit machen wir uns mit dem eigenen Umfeld und unseren Partizipationsmöglichkeiten vertraut. Zusätzlich können Interviews mit Passant\*innen geführt werden, um Kommunikationsfähigkeiten zu stärken.

- **Teilnehmende als Peer-Expert\*innen einsetzen:**

In Gruppenangeboten gibt es immer Teilnehmende die etwas sehr viel besser können als manch andere. Sie können sich schnell langweilen, wenn sie etwa



---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

selbst in ihrer Aktivität durch langsamere Teilnehmende ausgebremst werden. Sie können als Peer-Expert\*innen eingesetzt werden und den langsameren helfen. Dadurch wird ihnen nicht langweilig (was zu Störungen führen kann) und sie erfahren Selbstwirksamkeit.

- **Kooperationsspiele** fördern die Fähigkeit das Verhalten anderer zu antizipieren und konstruktiv damit umzugehen und damit die Empathiefähigkeit:
  - **Anstiften:**

Zwei Kinder werden an ihren ausgestreckten Zeigefingern mit Tesafilm und einem Stift zusammengebunden und versuchen gemeinsam Figuren zu zeichnen.
  - **Erschwertes Sortieren:**

Analog zum Spiel „Sortieren nach...“ müssen die Teilnehmenden sich nach vorgegebenen Merkmalen (Anzahl der Geschwister, Alter, Geburtsdatum) sortieren, werden aber durch zusätzliche Regeln (es darf nicht geredet werden, alles auf einer Bank, man darf nur auf einem Bein stehen) zu außergewöhnlichen Interaktionen und Kooperationsmethoden gezwungen.
  - **Flussüberquerung:**

Die Teilnehmenden müssen gemeinsam einen imaginären Fluss überqueren. Um nicht von den Fluten mitgerissen zu werden, dürfen sie nicht das Wasser berühren. Zur Überquerung erhalten sie (je nach Gruppengröße) zwei bis vier „Steine“ (Teppich-Stücke/Mülltüten) auf die sie treten dürfen. Sie müssen sich gegenseitig festhalten, auf die „Steine“ treten und den jeweils letzten, nachdem er frei geworden ist, nach vorne geben.

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

## 3. Zur Aneignung von Wissen & kritischem Denken anregen

Um sich überhaupt eine eigene Meinung bilden zu können, muss man sich zunächst Informationen über ein Thema aneignen. Für diese Informationen gibt es gerade heutzutage viele Quellen, von denen die meisten unzuverlässig sind. Selbst vermeintlich zuverlässige Quellen können sich irren (auch Lehrer\*innen oder wir als Gruppenleitung). Daher legen wir den Kindern nahe, Aussagen anderer kritisch zu hinterfragen und um Erklärung zu bitten, wenn sie etwas nicht verstehen. Und wir selbst präsentieren uns kritikfähig und fehlbar.

- Zum Nachdenken anregen:  
Wenn Teilnehmende fragen: „Warum?“, antworte mit einer Gegenfrage „Was denkst du/denkt ihr?“. So regst du sie an, ihre eigenen Schlüsse zu ziehen.
- Zur Reflexion und Argumentation anregen:  
Hinterfrage Einstellungen und Positionen der Teilnehmenden, indem du nachhakst: „Wieso bist du dieser Meinung?“ „Wie kommst du darauf?“ und „Findest du das logisch?“
- In Medienprojekten können Quellen analysiert werden, um ein Gefühl dafür zu vermitteln, welche Quellen vertrauenswürdig sind und welche nicht. Insbesondere Memes bieten sich an, einfache Aussagen zu hinterfragen.
- In Medienprojekten können die Teilnehmenden auch selber lernen, wie einfach es ist einen Sachverhalt aus verschiedenen Perspektiven ganz unterschiedlich darzustellen. Mit Fotografie kann ein Gegenstand aus der Froschperspektive ganz groß, aus der Vogelperspektive ganz klein erscheinen. Beim Filmen können durch Schnitte, Musik und Kommentar aus dem gleichen Material zwei ganz unterschiedliche Filme entstehen.



nepia e.V.  
Juliusstr. 10  
12051 Berlin  
kontakt@nepia-berlin.de

---

## Methodenkatalog von nepia e.V.

### zur Förderung der Persönlichkeitsentwicklung und Stärkung der Demokratiekompetenz

- „Bilder im Kopf“

Bilder von Menschen, Dingen oder Orten, die auf den ersten Blick etwas ganz anderes vermuten lassen, werden gezeigt. Die Teilnehmenden sollen ihre Vermutungen anstellen, was sie zu sehen glauben oder was sie damit verbinden. Anschließend wird aufgeklärt, dass bspw. der Mann, der arm aussah, in Wirklichkeit Millionär und die Frau mit Kopftuch eine Rapperin ist. Über die Gründe, wieso die Teilnehmenden die Bilder ggf. anders interpretiert haben, wird gemeinsam reflektiert.

Vorstand:  
Özden Kibri  
Alkis Blanz  
Adrian de Souza Martins

Geschäftsleitung: Minos Blanz  
Registergericht: Amtsgericht Charlottenburg  
Registernummer: VR 33001 B  
Steuernummer: 27/673/51493

Kontonummer: 1157336500  
BLZ: 43060967  
IBAN: DE34430609671157336500  
GLS Bank