

1. Beispiel: Workshop „Werte entdecken und Werte erkunden“ (drei Zeitstunden)

Auch mit wenig Zeit lässt sich gut wertebildend arbeiten. Kurze Workshops eignen sich vor allem für die Sensibilisierung und Reflexion von Werten, aber auch der Dialog kommt dabei nicht zu kurz. Der hier skizzierte Ablauf ist vor allem für einen ersten Einstieg ins Thema geeignet. Die vorgeschlagenen Übungen dienen insgesamt als Vorbereitung für weitere Workshops, mit denen das Thema „Werte“ vertieft werden kann (siehe nächstes Beispiel).

1. Beispiel	
15 Min.	<p>Einstieg, Warm-up</p> <p>Begrüßen Sie die Teilnehmenden, geben Sie ihnen eine Orientierung zum Thema des Workshops und begründen Sie, warum Sie das Thema „Werte“ gewählt haben. Machen Sie Lust auf den Workshop und steigen Sie direkt mit einem kurzen Warm-up/Energizer Ihrer Wahl ein (hier eignen sich besonders solche, bei denen die Teilnehmenden miteinander warm werden und sich ein wenig öffnen).</p>
45 Min.	<p>Sensibilisieren – Werte entdecken</p> <p>Für den eigentlichen Einstieg bietet sich eine der folgenden drei Übungen aus Modul 1 an: „Werteabfrage“, „Werte-Speeddating“ und „Wertebilder“. Die Übungen sind darauf gerichtet, Werte kennenzulernen und ihre Bedeutung für das eigene Leben und Zusammenleben zu erkennen. Die Teilnehmenden entdecken persönliche Werte, lernen Werte anderer kennen und werden dafür sensibilisiert, dass es unterschiedliche Sichtweisen auf Werte gibt. Wenn Sie bildhafter und assoziativer arbeiten möchten, ist die Übung „Wertebilder“ eine gute Variante. Alle Übungen sind relativ niedrigschwellig und erlauben eine erste Sensibilisierung für das Thema.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Werteabfrage → Leitfaden, S. 35 • Werte-Speeddating → Leitfaden, S. 33 • Wertebilder → Leitfaden, S. 40
15 Min.	<p>Energizer</p> <p>Auch wenn Wertethemen immer eine emotionale Seite haben, sind viele Übungen kopflastig, das heißt, die Teilnehmenden beschäftigen sich kognitiv mit dem Thema. Sorgen Sie für eine Bewegungspause, damit auch das Körperliche nicht zu kurz kommt. Wählen Sie hierfür einen Energizer Ihrer Wahl, am besten mit viel Bewegung – und gerne auch einer Portion Spaß!</p>

1. Beispiel**90 Min.****Reflektieren – Werte erkunden**

Nach dem Einstieg ins Thema ist es sinnvoll, die Teilnehmenden zur vertieften Reflexion über die eigenen Werte einzuladen. Hier bietet sich eine Übung an, mit der sich die eigenen Werte erkunden lassen: Die „Landkarte meiner Werte“ bietet Raum für persönliche Gedanken, Erlebnisse und Erfahrungen zu Werten und erlaubt es den Teilnehmenden, diese kreativ auszudrücken. Die Landkartenübung hilft, eine tiefere Verbindung zu den eigenen Werten aufzubauen und beim Blick auf die Landkarten der anderen verschiedene Perspektiven zu Werten kennenzulernen. Besonders hilfreich sind dabei die biografisch-kreative Arbeit und das hierbei entstehende visuelle Produkt. Auch die Übung „Werte, die mir wichtig sind“ ist eine gute Option.

- Landkarte meiner Werte → Leitfaden, S. 47

15 Min.**Abschluss mit Blitzlicht**

Bestandteil der einzelnen Übungen sind stets gezielte Reflexionsfragen. Deswegen sollten Sie zum Abschluss eher nach Eindrücken fragen, etwa mit der Blitzlicht-Methode: Was für Gefühle, Eindrücke, Gedanken nimmst du mit? Schließen Sie den Workshop mit einem Dank für das Mitmachen und die Offenheit der Teilnehmenden und informieren Sie darüber, wie es mit dem Thema weitergehen könnte.