Anleitung für die Selbsterfahrungsstationen zum Thema „Beeinträchtigungen.“

Diese Stationen wurden im Rahmen des Projektes „Jugend-und Feuerwehr auf Inklusionskurs“ von der Jugendfeuerwehr Rheinland-Pfalz entwickelt.

Für Kritik oder Verbesserungsvorschläge wendet euch bitte an die Geschäftsstelle unter 0261/974 34-50.

Vielen Dank für eure Mitarbeit und viel Spaß beim „Ausprobieren“ der einzelnen Stationen.

Station 1 - ALLES IST ANDERS ALS GEWOHNT

Bei der 1. Station geht es darum nachzuempfinden, wie es ist, wenn Tätigkeiten auf einmal nicht mehr so ablaufen, wie man es gewohnt ist.

Das ist zu tun:

Einer setzt sich hin. Der Andere nimmt den Spiegel und stellt ihn so hinter das Papier mit dem Stern, dass der Erste sein Blatt durch den Spiegel (also Spiegelverkehrt) sehen kann. Der Erste darf jetzt nur in den Spiegel schauen, während er auf dem Blatt den Stern nachzeichnet. Bitte versuchen, innerhalb der beiden Begrenzungslinien zu bleiben. Nicht aufs Blatt schauen, nur in den Spiegel! Dann bitte tauschen! Es geht nicht darum, alles perfekt zu machen, sondern die Erfahrung auszuprobieren!

Auf den Seiten 10 bzw. 11 findet ihr Bilder mit Beispielen, wie die Stationen umgesetzt werden können.

Station 2 - „ICH SEH/HÖR WOHL NICHT RICHTIG!“

Bei dieser Station geht es darum nachzuempfinden, wie es ist, wenn eine Seh-oder Hörbeeinträchtigung vorliegt.

Das ist zu tun:

Einer setzt die „verschwommene“ Brille auf, der Andere benutzt die Ohrenstöpsel. (Die Brille wird verschwommen, wenn man ein Stück Frischhaltefolie reinklebt)

Der mit der „verschwommenen“ Brille liest einen Text vor, der Andere schreibt auf was er verstanden hat, ohne nachzufragen.

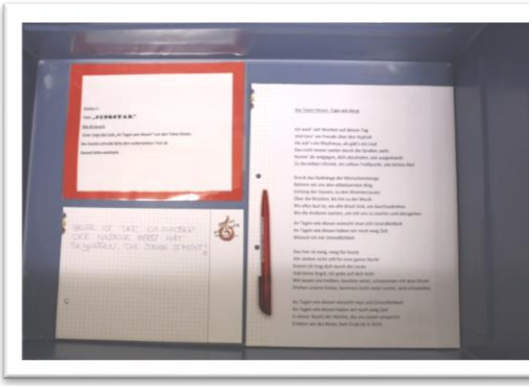
Dann bitte tauschen. Anstatt der Ohrenstöpsel kann man auch die Schlafmaske benutzen

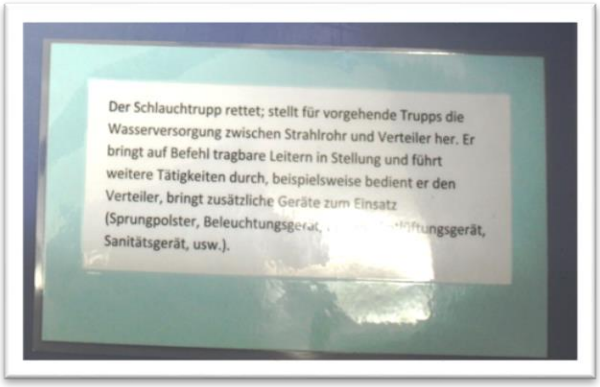
und versuchen blind zu schreiben.

Bitte aus hygienischen Gründen die Ohrenstöpsel behalten und mitnehmen.

Auf den Seiten 10 bzw. 11 findet ihr Bilder mit Beispielen, wie die Stationen umgesetzt werden können.

Station 3 - „SINGEN“





Bei dieser Station geht es darum nachzuempfinden, wie es ist, wenn eine Konzentrationsschwäche vorliegt.

Das ist zu tun

Einer singt den beigefügten Liedtext.

Der Zweite schreibt bitte währenddessen den vorbereiteten Text ab.

Danach bitte wechseln.

Auf den Seiten 10 bzw. 11 findet ihr Bilder mit Beispielen, wie die Stationen umgesetzt werden können.

Station 4 - „WAS HAT ER GESAGT?“

Bei dieser Station geht es darum nachzuempfinden, wie es ist, wenn eine Hör-oder Sprachbeeinträchtigung vorliegt.

Das ist zu tun:

Eine Gruppe von fünf Personen bekommen einen Gegenstand (Korken), den sie sich zwischen die Zähne klemmen sollen. Die Personen haben zunächst Ohrenstöpsel in den Ohren. Stellt euch in einer Reihe hintereinander auf.

Der letzte in der Reihe liest einen Satz auf dem Zettel ab, tippt seinem Vordermann auf die Schulter und der nimmt die Stöpsel dann raus. Im Anschluss sagt dieser dann seinem Vordermann den Satz. Er tippt dann wieder seinem Vordermann auf die Schulter. Dieser nimmt die Ohrenstöpsel heraus und sagt den verstandenen Satz wieder weiter. Der Letzte in der Reihe muss dann den Satz vergleichen mit dem, was tatsächlich auf dem Zettel stand. (ähnlich wie „stille Post“)

Hinweis: Bitte aus hygienischen Gründen die Ohrenstöpsel behalten und mitnehmen!
Die Korken werden nach jeder Benutzung abgekocht. Die Korken nicht wegschmeißen.
Bitte beachtet die Beschriftung der beiden Kunststoffbehälter.
Auf den Seiten 10 bzw. 11 findet ihr Bilder mit Beispielen, wie die Stationen umgesetzt werden können.

Station 5 - „WIR MACHEN DAS ZUSAMMEN“

Diese größer angelegte Selbsterfahrungsstation hat mehrere Ziele: Ihr könnt durch den Umgang mit Verbandsmaterial eure Kenntnisse aus den Erste-Hilfe-Kursen „testen“.

Des Weiteren erfahrt ihr wie es ist, wenn die Bewegung eingeschränkt ist und welche Möglichkeiten es gibt feuerwehrtypische Tätigkeiten, wie zum Beispiel Schläuche rollen, durchzuführen.

Fortsetzung Station 5 - „WIR MACHEN DAS ZUSAMMEN“

Das ist zu tun:

Ihr „versteift“ euch gegenseitig mit Verbandsmaterial und einem Stock einen Arm oder ein Bein - dabei soll die Beweglichkeit eingeschränkt werden. Dann schmeißt ihr einen Schlauch aus und wickelt ihn wieder auf. Entwickelt Taktiken, wie ihr es schaffen könnt und wie es leichter gehen kann.

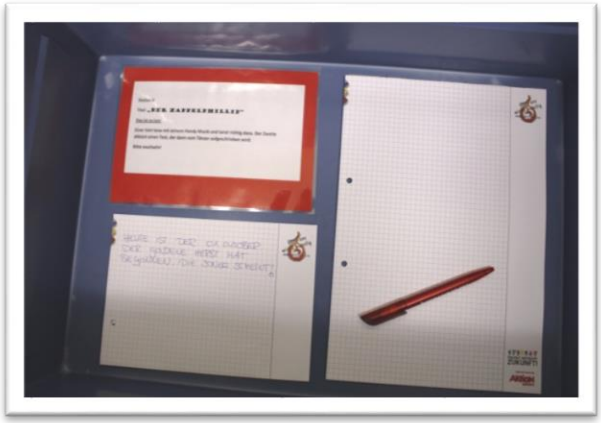
Ihr könnt auch weitere Aktivitäten ausprobieren:

Versucht euch, durch die Haare zu kämmen oder Seil zu springen.

Natürlich können die Stationen auch variable zusammengestellt werden. Es muss sich nicht zwingend an die Abbildung gehalten werden. Wenn jemand eine Idee hat, wie einzelne Stationen anderweitig genutzt werden können, lasst es uns wissen. Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. ☺

Auf den Seiten 10 bzw. 11 findet ihr Bilder mit Beispielen, wie die Stationen umgesetzt werden können.

Station 6 - TANZEN



Bein dieser Station geht es darum nachzuempfinden, wie es ist, wenn jemand an der Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung(ADS/ADHS) erkrankt ist.

Das ist zu tun:

Einer hört leise mit seinem Handy Musik und tanzt dazu. Der Zweite diktiert einen Text, der dann vom Tänzer aufgeschrieben wird. Wie sieht eure Schrift aus, habt ihr Probleme gehabt?

Vergleicht die Texte. Dann bitte wechseln!

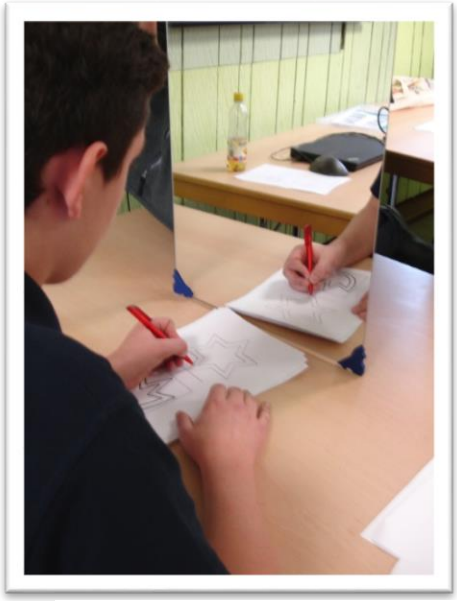
<u>Nach den Selbsterfahrungsstationen: Setzt euch zusammen und sprecht darüber, wie ihr die Stationen und Situationen erlebt habt!</u>

Reflexionsfragen:

- **Welche Erfahrungen habe ich gemacht?**
- **Habe ich die Aufgabe alleine oder mit Hilfe erledigen können?**
- **Welche Stärken und Schwächen habe ich an mir festgestellt?**
- **Was war für mich neu/überraschend?**
- **In welchen Situationen habe ich mich wohlgefühlt/Welche Situation war mir unangenehm und warum?**

SELBSTERFAHRUNGSSTATIONEN IN AKTION

Nachfolgend einige Fotos, welche während der Grundqualifikation der sogenannten „Inklusionspatenausbildung“ entstanden sind:



Beispiel für Station Nr. 1

Beispiel für Station Nr. 2

Beispiel für Station Nr. 2

Beispiel für Station Nr. 3

SELBSTERFAHRUNGSSTATIONEN IN AKTION

Nachfolgend einige Beispielfotos, welche unter anderem während der Grundqualifikation der „Inklusionspatenausbildung“ entstanden sind:

Beispiel für Station Nr. 3 – etwas „abgewandelt“

Beispiel für Station Nr. 4

Beispiel für Station Nr. 5

Beispiel für Station Nr. 5