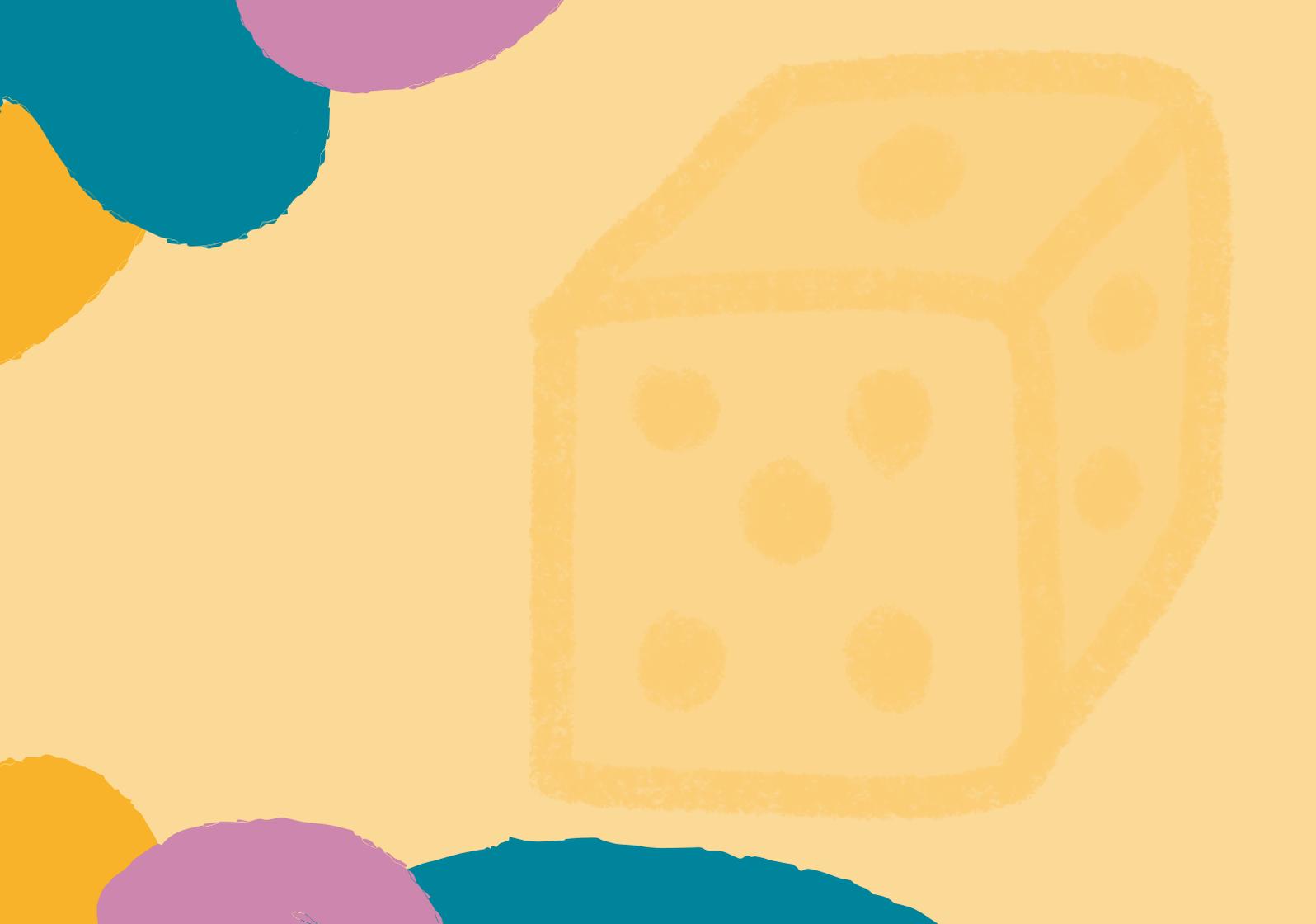




# Energizer-Kit

**DEINE SAMMLUNG FÜR DIGITALE, INKLUSIVE UND BARRIEREARME  
SPIELE UND ENERGIZER**







# Energizer-Kit

**DEINE SAMMLUNG FÜR DIGITALE, INKLUSIVE UND BARRIEREARME  
SPIELE UND ENERGIZER**

Das Energizer-Kit und weitere Materialien sind zum Download verfügbar unter:  
[www.servicestelle-jugendbeteiligung.de/materialien](http://www.servicestelle-jugendbeteiligung.de/materialien)

Das Energizer-Kit und die Texte sind im Rahmen von verschiedenen Schreibwerkstätten durch junge Menschen mit und ohne Behinderung entstanden.

Sie basieren auf persönlichen Erfahrungen und sind alle ein wenig unterschiedlich. Wir laden dich herzlich ein unsere Tipps und Tricks kritisch zu hinterfragen, zu ergänzen und deine ganz eigenen Erfahrungen zu sammeln.

Ein Projekt der



SERVICESTELLE  
*Jugendbeteiligung*

Gefördert durch



# Inhalt

• Hallo & Herzlich willkommen	4
• Grundlagen:	8
Digitale Workshops & Angebote inklusiv gestalten	
• Spiele und Energizer	16
◦ Kennenlernen	18
◦ Kooperation	25
◦ Ruhe & Konzentration	29
◦ Auflockern & Spaß	33
• Tipps & Tricks: Vor, bei und nach deinem Angebot:	46
Was du tun kannst, damit alles rund läuft	
◦ Digitale Planung	46
◦ Inklusive/barrierearme Planung	51
• Weiterlesen & mehr lernen	57
• Schlussworte & Danke	58

# Hallo & Herzlich willkommen

Schön, dass du den Weg zu uns und unserem Energizer-Kit gefunden hast. Vor dir liegt unser geballtes Wissen zu digitalen, inklusiven und barrierearmen Spielen und Energizern – handlich verpackt in dieser Broschüre.

## **Warum eigentlich digitale und barrierearme Spiele und Energizer?**

Wir haben wahrlich schon viel gespielt: In Workshops, auf Veranstaltungen, in Jugendgruppen, auf Freizeiten!

Spätestens seit der Corona-Pandemie aber passiert das alles online. Uns ist schnell aufgefallen, dass vor allem bei der Kombination aus digitalen und inklusiven Energizern und Spielen noch viel Nachholbedarf besteht. Und darum haben wir dieses Handbuch geschrieben.

Denn wir möchten mehr gute, spaßige und inklusive Bildungs- und Seminararbeit on- und offline!

Abwechslungsreiche, spannende Workshops und Veranstaltungen brauchen unserer Meinung nach auch im digitalen Raum interaktive, spaßige Impulse zum Kennenlernen, Auflockern und Einsteigen in Themenfelder. Daher widmen wir diese Spielesammlung den Energizern, den sogenannten Aktivierungsspielen.

Mit diesem Kit möchten wir dir eine Grundlage für deine Bildungs- und Seminararbeit geben, dir zeigen, dass digitale Angebote und Inklusion kein Widerspruch sind, und dafür sorgen, dass künftig alle mit Spaß und Energie dabei sein können.

## Wie funktioniert das Energizer Kit?

Wir möchten dir mit diesem Handbuch Anregungen und Tipps geben, wie du deine digitale Bildungs- und Seminararbeit oder dein Engagement mit Blick auf Spiele und Energizer inklusiver und barrierearmer gestalten kannst. Dafür starten wir mit einer kleinen, feinen Einführung in das große Thema Inklusion. Danach schauen wir gemeinsam darauf, wie digitale Bildungs- und Seminararbeit gelingen kann, und kommen schließlich zum Herzstück des Handbuchs: unserer Spielesammlung mit verschiedenen Variationen – je nach deinen Bedarfen oder denen deiner Gruppe.

Bitte beachte: Das Handbuch möchte für die inklusive und barrierearme Gestaltung von digitalen Angeboten sensibilisieren – jedes vorgeschlagene Spiel muss dabei auf die Gruppe, die Situation und auf dich als anleitende Person angepasst werden.

Sorry, not sorry: Es gibt nicht DAS barrierefreie Spiel. Verstehe das Handbuch daher als Anregung und punktuell als Nachschlagewerk bei Fragen oder Herausforderungen. Sei mutig, denn du darfst Fehler machen und daraus lernen. Wir laden dich zudem herzlich ein, das Handbuch zu erweitern und es um deine Ideen und Erfahrungen zu ergänzen.

## Was ist uns wichtig?

Hinter diesem Handbuch stehen ganz unterschiedliche Menschen, die in den vergangenen Jahren on- und offline super viele Erfahrungen in der Seminar- und Bildungsarbeit oder im Engagement machen durften: als Teamer\*innen, als Gruppenleitung oder als Teilnehmende. Manche Erfahrungen waren gut – andere leider weniger, und das häufig, weil Angebote nicht die Vielfalt der Teilnehmenden und die Bedarfe aller in den Blick genommen haben.

Wir finden, dass alle Menschen mitreden, mitgestalten und mitmachen können sollen. Aus Prinzip und aus Überzeugung. Online wie offline. Angebote, die für alle – also inklusiv – gedacht, geplant und durchgeführt werden, sind in den meisten Fällen auch für jede\*n eine sehr wertvolle Erfahrung. Sie sorgen Schritt für Schritt für eine gerechtere Welt und da wollen wir mit unserer Arbeit hin.

Dein Angebot kann dazu beitragen, indem du Diskriminierung – also die Benachteiligung oder den Ausschluss von Menschen – auf dem Schirm hast und aktiv dafür sorgst, dass bei deinem Angebot alle willkommen sind und alle gleichberechtigt mit Spaß mitmachen können.

Inklusive und barrierearme Energizer und Spiele sind dabei ein guter erster Schritt. Uns geht es aber nicht nur um die Teilhabe von Menschen mit Behinderung (auch wenn wir in diesem Handbuch einen Fokus darauf legen), sondern darum, ein Angebot für jede\* und jeden\* zu schaffen:

Egal, woher eine Person kommt, wie gut sie eine Sprache spricht, was sie weiß, wie viel Geld sie in technische Ausstattung stecken kann. Wir möchten für alle einen (in unserem Fall) digitalen Raum schaffen, in dem gemeinsam gelernt, diskutiert, gespielt und angepackt werden kann.

### **Wer steht hinter dem Handbuch?**

Hinter dem Handbuch stehen die Servicestelle Jugendbeteiligung und das Engagement vieler Personen, die in den letzten Jahren Bildungsangebote on- wie offline besucht und mitgestaltet haben. Für das Energizer-Kit haben junge Menschen mit und ohne Behinderung gängige Methoden und Spiele getestet, auf Stolpersteine in puncto digitaler und barrierearmer Umsetzung geprüft und anschließend die Erfahrungen gemeinsam hier in diesem Handbuch niedergeschrieben. Dieses Wissen möchten wir nun mit dir teilen.

**LET'S GO!**



# Grundlagen: Digitale Workshops & Angebote inklusiv gestalten

Spiele und Energizer spielt man meistens in größeren Kontexten. Super, wenn dein Spiel für alle funktioniert – doof, wenn der Rest nicht für alle zugänglich ist. Wir haben daher hier unsere gesammelten Erfahrungen zusammengeworfen und präsentieren dir kurz und knapp, worauf wir ganz grundlegend achten, um dafür zu sorgen, dass bei unseren digitalen Angeboten alle am Start sind und dabeibleiben.

## Was ist Inklusion?

Inklusion bedeutet, dass jeder Mensch ganz natürlich dazu gehört. Egal wie, die Person aussieht, welche Sprache sie spricht, ob sie eine Behinderung hat oder wen sie liebt. Bei Inklusion geht es darum, dass alle – so wie sie sind - mitmachen können und Barrieren und Diskriminierungen benannt und abgebaut werden. Inklusion ist keine Nettigkeit, sondern ein grundlegendes Menschenrecht.

## Vorbereitung ist die halbe Miete

- **Lerne deine Teilnehmende kennen:** Frage die Bedarfe und Interessen deiner Teilnehmenden ab. Gib Raum, die eigenen Bedarfe zu äußern, und vertraue darauf, dass dir Menschen im Zweifel sagen, was sie brauchen. So kannst du zum einen passende Methoden wählen, die für alle funktionieren, und zum anderen deine Inhalte (und Spiele) auf deine Gruppe anpassen.
- **Testen und eingrooven:** Triff dich vorher mit anderen und teste die Funktionen, die du nutzen möchtest. Damit schonst du deine Nerven. Suche dir Tools raus, die du kennst, magst und mit denen du dich wohlfühlst.

## Digitale Plattform, barrierefreie Tools & Technik

- **Barrierefreie Websites:** Prüfe, ob die Websites, die du nutzt, barrierefrei sind (dazu gibt es z.B. Test-Tools als Browser-Add-on).
- **Screenreader-kompatible Plattformen und Tools:** Achte darauf, dass deine Tools mit einem Screenreader, den Menschen mit Sehbehinderung häufig nutzen, vorlesbar sind und überall, wo man sie braucht, sinnvolle Alternativtexte gesetzt wurden.
- **Tastatur und Augen-Steuerung:** Teste, ob die Anwendung über die Tastatur gesteuert werden kann und so auch alle Stellen der Website ansteuerbar sind.

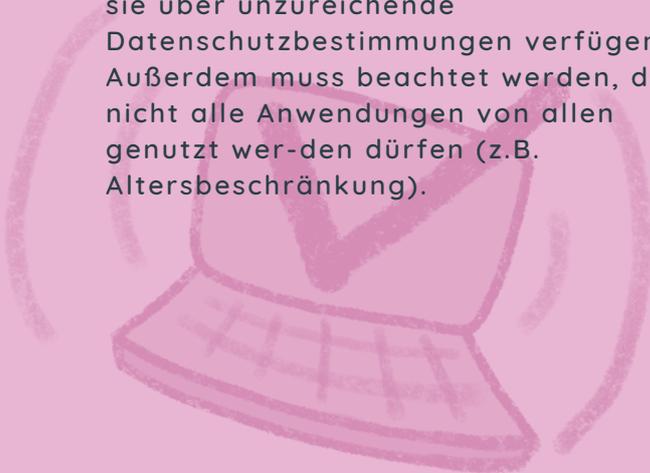
- **Sauber arbeiten:** Du baust selbst etwas? Richtig cool. Achte darauf, dass du sauber arbeitest (ordentliche Struktur, Überschriften korrekt als H1 bis H4 einstellen, Alternativtexte setzen, Plug-In-Chaos vermeiden, regelmäßig updaten).
- **Mehrsprachigkeit:** Für Teilnehmende, die sich in einer anderen Sprache wohler fühlen, ist es super, wenn es mehrere Sprachen zur Auswahl gibt.
- **Mobile und responsive Anwendungen:** Im besten Fall funktionieren die Anwendungen sowohl auf einem Smartphone als auch auf dem Computer.
- **Browseranwendung vs. App-Download:** Kläre, ob die Browseranwendung stabil läuft oder z.B. ein App-Download eine bessere Wahl ist. Kläre auch mit deinen Teilnehmenden, ob ein Download für sie in Ordnung ist.

### Was ist (digitale) Barrierearmut?

Inklusion funktioniert nicht ohne Barrierearmut. Denn wo Orte, Räume oder Kommunikationsmittel wie Websites nicht barrierefrei sind - also nicht eigenständig nutzbar oder physisch oder inhaltlich nicht zugänglich und verständlich sind - bleiben Menschen außen vor. Zu Barrierearmut gehört zum Beispiel die Bereitstellung von Rampen und Blindenleitsystemen, Angeboten in Leichter Sprache, Dolmetschung, auslesbare Websites und reizarme Umgebungen.

- **Windows, Linux, Mac, IOS, Android und mehr:** Achte darauf, dass die Anwendungen auf verschiedenen Betriebssystemen gut laufen.
- **Datensparsamkeit:** Nicht alle haben super Laptops und schnelles Netz. Achte darauf, dass deine Anwendungen auch mit schlechtem Internet und weniger Leistung funktionieren. Im besten Fall gibt es Optionen um den Datenverbrauch anzupassen.
- **Datenschutz und Altersbeschränkung:** Nicht alle Anwendungen sind zu empfehlen – gerade dann nicht, wenn sie über unzureichende Datenschutzbestimmungen verfügen. Außerdem muss beachtet werden, dass nicht alle Anwendungen von allen genutzt werden dürfen (z.B. Altersbeschränkung).

- **Weniger ist mehr:** Es gibt viele tolle Tools! Wir empfehlen, sie nicht alle gleichzeitig auszuprobieren. Fokussiere dich auf wenige gute Tools. So können die Teilnehmenden sich mit den Funktionen vertraut machen und dann geht das beim nächsten Mal gleich schneller.
- **Fragen hilft:** Lasse Tools gerne im Vorfeld schon einmal ausprobieren oder frage nach Erfahrungen. Häufig erhältst du so gute Tipps (z.B. zur Auslesbarkeit und Anwendungsfreundlichkeit). Viele Online-Tools verfügen mittlerweile über einen Support, bei dem du dich über Barrierefreiheit erkundigen kannst.



## Methoden, Arbeitsformen & Zeitplanung

- **Auf Dinge setzen, bei denen alle mitmachen können:** Nutze Methoden, die für alle geeignet sind. Das klingt häufig komplizierter, als es ist. Manchmal muss man dafür einfach nur gemeinsam um die Ecke denken und die Dinge auf den Kopf stellen. Wie das mit Blick auf Spiele und Energizer gut funktionieren kann, stellen wir dir im Kapitel „Spiele und Energizer“ vor.
- **Pausenlänge anpassen:** Eine kurze 5-Minuten-Pause reicht nicht für alle aus. Kurz etwas trinken oder auf Toilette gehen dauert für manche Teilnehmende einfach länger. Achtet gemeinsam darauf, wie lange und wie viele Pausen ihr braucht.

## Sprache, Wortwahl & Kommunikation

- **Diskriminierungssensible Sprache verwenden:** Sprache konstruiert Wirklichkeit und kann daher Ungerechtigkeit hervorbringen oder zu ihrer Verringerung beitragen. Durch einen sensiblen Sprachgebrauch können alle aktiv zur Gleichberechtigung und Wertschätzung beitragen. Dies betrifft sowohl das Thema Gendern als auch die Verwendung von diskriminierungssensibler Sprache und den Respekt vor gewählten Selbstbezeichnungen von verschiedenen Gruppen.
- **Einfache und Leichte Sprache verwenden:** Einfache und Leichte Sprache kann dazu beitragen, dass alle mitkommen. Dafür muss man nicht unbedingt alle Regelungen der Einfachen oder Leichten Sprache beherrschen. Häufig hilft es bereits, Sätze bewusst kürzer zu formulieren und Fachwörter zu vermeiden.



- **Langsam sprechen & Pausen für Übersetzung ermöglichen:** Sofern andere Teilnehmende, Verstehensassistent\*innen, Teilnehmendenbetreuer\*innen und (Gebärdensprach-)Dolmetscher\*innen Personen individuell begleiten, ist es wichtig, das Tempo der Gruppe z.B. in Diskussionen anzupassen, so dass sich alle – trotz der Verzögerung durch Übersetzung – einbringen können.

### **Nutzung von Bildern, Videos, Musik, visuellen & akustischen Signalen und Texten**

- **Untertitel/ Schriftsprache bei Videos und Musik einsetzen:** Dies ermöglicht es z.B. gehörlosen oder höreingeschränkten Teilnehmenden, Videos oder Songtexten zu folgen. Musik kann z.B. auch mit Musikdolmetscher\*innen oder über die Bereitstellung von Songtexten gedolmetscht werden.

- **Audiodeskription bei Videos und Bildern einsetzen:** Audiodeskription, auch akustische Bildbeschreibung genannt, ist ein Verfahren, das blinden und seheingeschränkten Menschen ermöglichen soll, visuelle Vorgänge besser wahrnehmen zu können. Dies kann z.B. bedeuten, dass du relevante Informationen bei Videos in Lautsprache ergänzt, sodass z.B. Settings, die in Videos gezeigt, aber nicht in Lautsprache erklärt werden, für alle nutzbar sind. Bildmaterial kann z.B. auch für die gesamte Gruppe detaillierter beschrieben werden und so für alle nutzbar gemacht werden.
- **Alternativtexte setzen:** Ob auf einer Website, auf Instagram oder in einem Word-Dokument: Bei Bildern und Grafiken braucht es Alternativtexte.

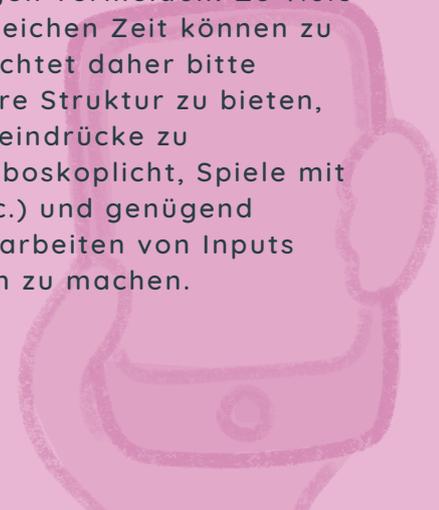


- **Materialien vorab zur Verfügung stellen:** Teilnehmende mit Sehschwäche können sie sich so selbst auf ihrem Endgerät vergrößert anschauen. Allen Teilnehmenden gibt dies zudem die Möglichkeit, sich Notizen zu machen und so z.B. dem Workshop besser folgen zu können.
- **Texte als barrierefreie PDFs zur Verfügung stellen:** PDFs sind nicht automatisch barrierefrei. PDFs müssen „barrierefrei gesetzt“ werden. Sofern mit barrierefreien Texten gearbeitet wird, können Menschen sich diese mit Vorlesetools vorlesen lassen und sich so eigenständig Texte erschließen. (Kein barrierefreies PDF? Dann nutze alternativ ein offenes Word-Dokument.)
- **Visuelle Marker in Rot und Grün vermeiden:** Gerade die Farben Rot und Grün sind für Menschen mit einer Rot-Grün-Schwäche schwer bis gar nicht auseinanderzuhalten. Versuche daher bitte, diese Farben zu vermeiden.

- **Akustische und visuelle Signale kombinieren:** Akustische und visuelle Signale lassen sich häufig super einfach kombinieren und sprechen so unterschiedliche Sinne an. Z.B. kann das anstehende Ende einer Arbeitsphase sowohl mit einer Klingel als auch mit einer Nachricht im Chat an-gekündigt werden.

## Trigger

- **Stressbelastungen vermeiden:** Zu viele Eindrücke zur gleichen Zeit können zu Stress führen. Achtet daher bitte darauf, eine klare Struktur zu bieten, unnötige Sinneseindrücke zu vermeiden (Stroboskoplicht, Spiele mit viel Geschrei etc.) und genügend Pausen zum Verarbeiten von Inputs und Erfahrungen zu machen.



- **Auf Trigger hinweisen:** Trigger können sehr vielfältig sein; einige sind bekannt, andere eher weniger. Weise auf Trigger, die du kennst, vor ab hin. Solltest du mitbekommen, dass Teilnehmende sich auf für sie untypische Art und Weise zurückziehen, biete ihnen ein offenes Ohr an oder suche Unterstützung.

### **Einbindung von Teilnehmenden**

- **Füreinander Verantwortung übernehmen:** Nutze die Vielfalt deiner Teilnehmenden. Menschen können sich prima ergänzen. Häufig genügt es z.B., wenn mindestens eine Person pro Kleingruppe tippen oder ein Tool bedienen kann. Die Teilnehmenden können so lernen, aufeinander zu achten und sich gegenseitig zu unterstützen. Bitte beachte dabei aber die Grenzen und Wünsche aller und lasse Menschen selbst entscheiden, wo, wann, von wem und welche Unterstützung sie möchten.

### **Fettnäpfchen und Mikroaggressionen**

- **Aus Fehlern lernen:** Zu Diversität gehört auch, dass es sicher Situationen geben wird, in denen Teilnehmende oder du selbst in echte oder gefühlte Fettnäpfchen treten. Wir finden es wichtig, dass wir alle aus diesen Situationen lernen und sie dafür nutzen, uns für Diversität zu sensibilisieren. Uns ist wichtig, dass wir in solchen Momenten Diskriminierung nicht weiter reproduzieren. Ob Verhalten als diskriminierend wahrgenommen wird, entscheiden dabei Betroffene.



- **Sensibilität für Mikroaggressionen:** Menschen, die von Diskriminierung betroffen sind, sind häufig nicht nur von Teilen des gesellschaftlichen Lebens ausgeschlossen, sondern müssen sich auch immer wieder mit sogenannten Mikroaggressionen auseinandersetzen. Viele Menschen erwarten von Menschen, die von Diskriminierung betroffen sind, dass sie ihnen ungefragt ihre Welt erklären und Verletzungen geduldig ertragen. Das ist nicht ihr Job. Wir werden es nicht umgehen können, dass wir alle mal in Fettnäpfchen tapsen. Wenn dir das selbst oder deinen Teilnehmenden passiert, sollte dies in einem angemessenen Rahmen thematisiert werden. Das heißt konkret: Versuche, Mikroaggressionen wahrzunehmen und im Zweifel den davon Betroffenen zur Seite zu springen und Unterstützung anzubieten.



# Spiele und Energizer

Jetzt geht es ans Eingemachte! Auf den folgenden Seiten findest du Spiele und Energizer, unterteilt in vier Kategorien:

- Kennenlernen
- Kooperation
- Ruhe & Konzentration
- Auflockern & Spaß

Jede Beschreibung ist dabei wie folgt aufgebaut:

- Name
- Teilnehmenden-Anzahl
- Zeit
- Material
- Ziel des Spiels
- Ablauf
- Achtungszeichen
- Tipps für die Moderation
- Mögliche Varianten



## Wie Spiele anleiten?

Damit alle wissen, wie ein Spiel oder ein Energizer funktioniert und sich gut darauf einlassen können, brauchen alle Teilnehmenden Informationen zum Ziel (Wo wollen wir hin?), zum Ablauf (Was passiert wann?), zur gewählten Sozialform (Alleine oder in Gruppen und, wenn in Gruppen, wer mit wem?) und zur Zeit (Wann ist Start? Wann ist Ende?). Und das am besten in dieser Reihenfolge!

So funktioniert's:

**Ziel:** Erkläre das Ziel des Spieles. Alle Teilnehmenden sollten ein Bild im Kopf haben und wissen, worum es geht.

**Ablauf:** Erkläre wie das Spiel funktioniert und welche Regeln es gibt. Mache deutlich, welche Schritte das Spiel hat. Achte auf klare Kommunikation.

**Sozialform:** Sage an, ob man alleine oder in Gruppen spielt. Und ob, du die Gruppe vorgibst oder nicht.

**Achtung:** Wenn in Gruppen gespielt wird, dann wird es spätestens jetzt unruhig und Teilnehmende sind nicht mehr super aufmerksam, weil sie wissen wollen, mit wem sie spielen.

**Zeit:** Deine Spiele und Methoden brauchen einen klaren Start und ein klares Ende. Wann ist es vorbei? Wann ist ein Spiel gewonnen? Sage die Zeiten deutlich an und reiche sie, sofern möglich, nochmal schriftlich nach.



## Name

Hier geben wir jedem Spiel einen Namen, der hoffentlich Wiedererkennungswert für dich und deine Teilnehmenden hat.



## Teilnehmenden Anzahl

Hier verraten wir, wie viele Personen du für das Spiel mindestens brauchst und bis zu welcher Gruppengröße das Spiel gut geeignet ist.



## Zeit

Hier steht, wie lange das Spiel ungefähr dauert bzw. wieviel Zeit du einplanen solltest.

## Material

Sofern du Materialien brauchst, sagen wir dir hier, welche.



## Ziel des Spiels

Wir beschreiben näher, wofür das Spiel eingesetzt werden kann.



## Ablauf

Hier erklären wir Schritt für Schritt, wie du das Spiel anleitest.



## Achtungszeichen

Unsere Spiele sind nicht automatisch für alle barrierefrei oder für alle Gruppen und Situationen geeignet. Daher geben wir dir hier Achtungszeichen mit auf den Weg.



## Tipps für die Moderation

Wir haben alle Spiele selbst schon einmal anmoderiert. Hier findest du Tipps, die uns dabei geholfen haben.

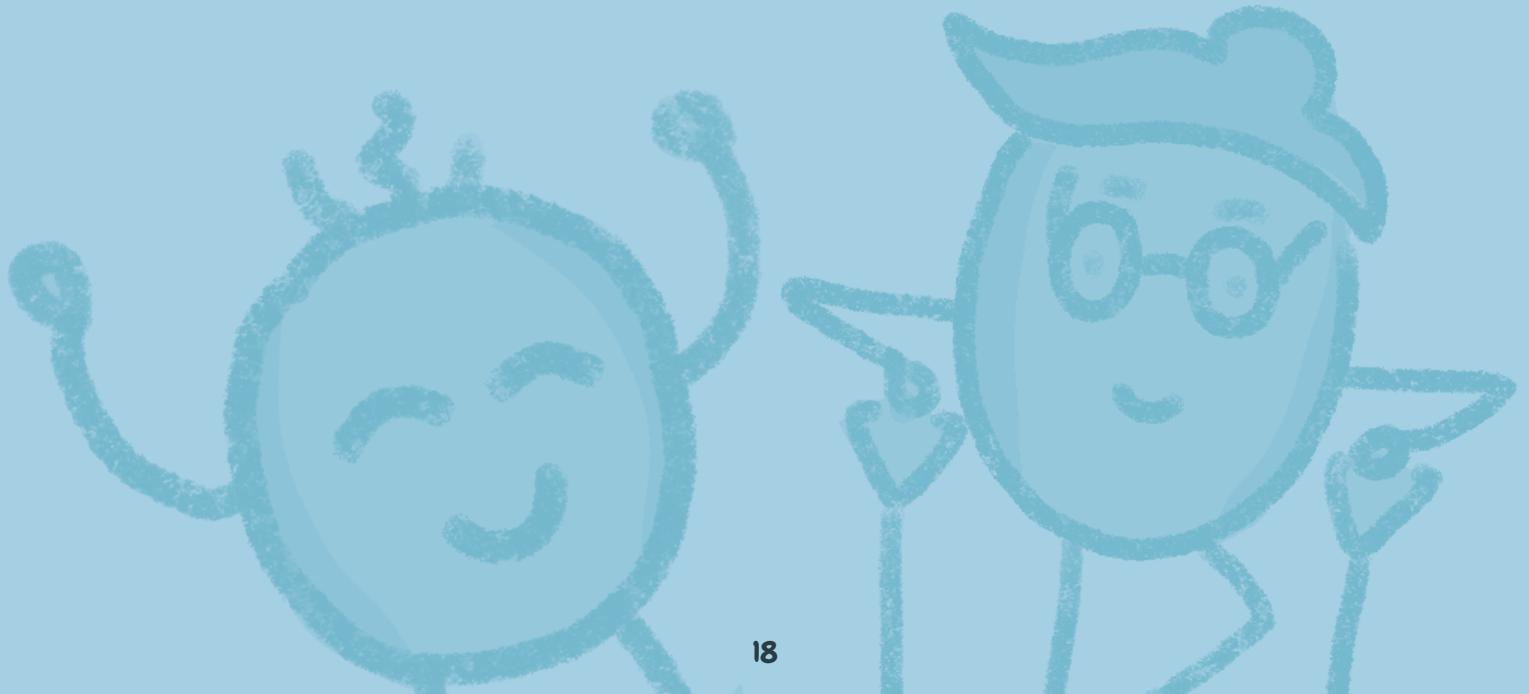
## Mögliche Varianten

Jede Gruppe ist anders. Hier schlagen wir Variationen vor, die das Spiel in bestimmten Situationen oder für bestimmte Personen barrierearmer machen.



# Kennenlernen

Wie der Name dieser Kategorie bereits verrät, eignen sich diese Energizer besonders für den Start einer Veranstaltung – vor allem, wenn sich die Gruppe gar nicht oder nur in Teilen kennt. Kennenlernspiele können jedoch auch dazu dienen, sich noch besser kennenzulernen oder zu einem bestimmten Thema Meinungen auszutauschen. Sie sollten daher in keiner Seminarplanung fehlen.



# Fiz Faz

4-15 Personen



Kennenlernen & Namen merken



15-20 Minuten



Spielregeln gut besprechen, eine Proberunde spielen.



Die anleitende Person nummeriert die Teilnehmenden durch (als Host kann man über die Funktion „Umbenennen“ Nummern hinter die Anzeigenamen setzen), bestimmt, welche Variante gespielt wird, und erklärt die Spielregeln.

Alle Personen nennen nacheinander ihren Namen und je nach Variante ein Tier, ein Adjektiv, einen Gegenstand etc. mit dem gleichen Anfangsbuchstaben wie ihre Namen.

Anschließend nennt die anleitende Person zwei Nummern. Die betreffenden Personen müssen gegenseitig den Namen und je nach Variante das dazu genannte Tier, Adjektiv etc. nennen. Die Person, die beides zuerst richtig benannt hat, nennt zwei neue Nummern. Es wird so lange weitergespielt, bis alle einmal dran waren.



Menschen mit Seheinschränkungen können ggf. nicht selbst ihre zugewiesene Nummer sehen, diese einmal mitteilen. Bei Bedarf Pausen für Gebärdendolmetschung einbauen.

Das „Ding“, das mit dem gleichen Buchstaben anfängt, ist variabel. Das Spiel in Kleingruppen spielen, dann müssen die Teilnehmenden sich nicht so viele Infos merken. Breakout-Sessions eignen sich gut. Anleitende Person nennt über das ganze Spiel hinweg die zugewiesenen Zahlen.





# Zwei Wahrheiten, eine Lüge

4-15 Personen



Kennenlernen



15-20 Minuten



Aussagen nochmal am Ende zusammenfassen.



Jede Person denkt sich zwei wahre Aussagen und eine falsche Aussage über sich selbst aus. Nacheinander stellt jede Person der Gruppe die Aussagen vor. Die Gruppe muss raten, welche Aussagen stimmen und welche Aussage die Lüge ist.



Teilnehmende müssen sich die Aussagen merken können. Den Chat kann mal als Gedankenstütze nutzen.

Zur Vereinfachung können Kategorien für die Aussagen festgelegt werden, beispielsweise Aktivitäten, Essen etc.





# Partner\*innen-Interview

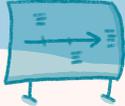
Mindestens 4 Personen



Kennenlernen



Mindestens 15 Minuten



Jeweils 2-3 Personen werden in eine Breakout-Session geschickt, wo sie sich gegenseitig interviewen sollen.

Am besten funktioniert es, wenn die Spielleitung ein paar Fragen vorgibt, z.B.

- Warum bin ich heute hier?
- Wie bin ich heute da?
- Wenn ich mir eine Superkraft aussuchen könnte, dann...

Im Anschluss stellen sich die Teilnehmenden gegenseitig im Plenum vor.



Manchmal kann es von Vorteil sein, wenn sich die Teilnehmenden ihre Gesprächspartner\*innen aussuchen dürfen. Genauso kann es von Vorteil sein, die Kleingruppen per Zufall einzuteilen (oder einteilen zu lassen).



Im Plenum wird nur eine Information über die andere Person geteilt, die besonders spannend/überraschend etc. war. Die Methode könnte auch dazu genutzt werden, um einen thematischen Einstieg zu gestalten oder Erwartungen abzufragen.

Ähnlich einer Gesprächsmühle können auch für jede Frage neue Kleingruppen gebildet werden



# Most likley to

Ab 5 Teilnehmende



Kennenlernen



Fotos von den  
Teilnehmenden



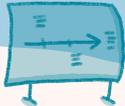
Circa 1 Minute pro Frage



Achte darauf, dass  
möglichst alle einmal  
ausgewählt werden  
können.



Die Teilnehmenden lernen  
umso mehr voneinander,  
wenn du ihnen nach jeder  
Runde einen Moment zum  
Austausch und Auflösen  
gibst.



Übersetzt heißt der Spielname so viel wie:  
Wer würde am ehesten...? Das sollen die  
Teilnehmenden gegenseitig einschätzen.  
Die Gruppe sollte sich dafür schon ein  
bisschen kennen. Von allen  
Teilnehmenden wird ein Foto (gerne auch  
ein lustiges) oder der Name in ein  
Whiteboard eingetragen. Auf Fragen wie  
“Wer würde am ehesten den  
Haustürschlüssel vergessen?” stimmen  
alle Teilnehmenden im Whiteboard ab,  
indem sie einen Punkt auf dem Foto oder  
dem Namen der Person hinterlassen, auf  
die das ihrer Meinung nach am ehesten  
zutrifft. Je ungewöhnlicher die Fragen,  
desto lustiger.



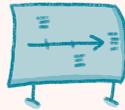
Das Ganze kann auch mit geteiltem  
Bildschirm und Chat gespielt werden. Die  
Fotos der TN werden allen angezeigt und  
geantwortet wird im Chat.



# GIF-Beschreibung

Die Teilnehmenden bekommen eine Frage gestellt, deren Antwort sie mit einem GIF darstellen sollen.  
bsw.

- Wie geht's mir grade?
- Wie war mein Tag?
- Was denke ich über xyz?



Die TN bekommen anschließend die Gelegenheit das für sie passende GIF zu posten.

Wenn dies alle erledigt haben, stellen alle einmal ihr GIF vor und erzählen, wieso sie dieses gewählt haben.

In vielen Tools findet man GIFs besser, indem man die Suchbegriffe in Englisch eingibt. Hier kann es hilfreich sein, Unterstützung anzubieten.



Videokonferenztool das GIF einbinden kann oder du nutzt eine digitale Pinnwand wie bsw. Padlet



Mindestens 10 Minuten



Kennenlernen



Teile zu Beginn einmal deinen Bildschirm und zeige Schritt für Schritt, wie ein GIF gesucht und eingefügt wird. Lass zu jedem GIF eine Bildbeschreibung einfügen - egal, ob das gerade wer braucht. So lernen alle, wie so etwas gemacht wird und Teilnehmende mit Sehbeeinträchtigungen können auch, ohne verbale Anleitung, sich eigenständig vom Screenreader die Beschreibungen vorlesen lassen.



Bilde Kleingruppen, die sich bereits über die Frage austauschen und sich dann zusammen unterstützen können, das GIF auszuwählen und einzufügen.

Lass die Gruppe raten, von wem welches GIF ist und schaue, wie gut sich deine Gruppe bereits kennt.

# Fotorätsel



Fotos passend zu Aufgabenstellung im Vorfeld.



Kennenlernen



Denke an genügend Vorlauf, damit alle die Chance haben, ihre Fotos zu schicken.



Mittels im Vorfeld zugeschickter Fotos zu einer bestimmten Aufgabenstellung, raten die anderen Teilnehmenden von wem dieses Foto stammt.



Bsp.

- Ein Foto vom Arbeitsplatz. In Zeiten von Homeschooling und Homeoffice ist es immer auch schön zu sehen, wo Menschen sind, wenn man sie in einer digitalen Kachel sieht.
- Zeige dein Frühstück/ Mittagessen, Lieblingsort etc.

Eine Bildschirmteilung ist hierfür empfehlenswert.

Mindestens  
10 Minuten



Für Teilnehmende mit Sehbehinderungen kann dieses Spiel nicht so spannend und spannend sein, wenn die Bilder nicht lebhaft und detailliert beschrieben werden.

# Kooperation

Kooperationsspiele dienen der Teamarbeit und sozialen Interaktion: gemeinsam ein Ziel erreichen, eine Aufgabe lösen oder manchmal auch scheitern, um daraus zu lernen. Kooperations-Energizer empfehlen sich für Gruppen, die immer wieder zusammenkommen, oder für mehrtägige Veranstaltungen, in denen eine respektvolle Vertrauensbasis wichtig ist – beispielsweise, wenn Teilnehmende im Rahmen eines Angebots vielleicht auch Persönliches und eigene Erfahrungen miteinander teilen.



# Das 1,2,3 Spiel

Mindestens 4 Personen



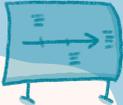
Kooperation



5-10 Minuten



Es kann hilfreich sein, einmal  
gemeinsam bis 20 zu zählen  
und/oder die Zahlenreihe  
sichtbar zu machen.



Bei diesem Spiel ist die gesamte  
Gruppe leise.

Die Gruppe muss versuchen, ohne  
vorherige Absprache, bis zur Zahl  
20 zu zählen.

Wenn mehrere Spieler\*innen eine  
Zahl gleichzeitig nennen, muss  
die ganze Gruppe von vorn  
anfangen.

Abstimmungen mit Zeichen oder  
der Reihe nach zählen ist  
verboten.



Die Teilnehmenden müssen bis 20 zählen  
können. Für Teilnehmende mit einer  
Hörbeeinträchtigung oder non-verbale  
Teilnehmende muss eine Alternative zum  
Rufen bedacht werden.



Statt Reinrufen werden die Zahlen in den Chat  
geschrieben. Es können auch andere Zahlenbereiche  
gewählt werden. Bsw. 50-60 etc.  
Gerade Zahlen dürfen nur von Menschen mit heller  
Kleidung genannt werden, ungerade Zahlen von allen  
mit dunkler Kleidung o.ä.



# Figuren formen

Teamkoordination & Perspektivenübernahme

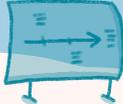


Je nach Gruppenbedarfen im Vorfeld Hilfsmittel überlegen und evtl. schon zuschicken. Menschen mit Einschränkungen im Bewegungsbereich könnten beispielsweise mit einem Pappstreifen ihre Bewegung erweitern.

10-30 Personen



5-10 Minuten



Die Gruppe soll gemeinsam am Bildschirm eine Form/Figur bilden.

Eine Person leitet die anderen Personen dabei an, diese Figur über alle „Videokacheln“ hinweg mit ihren Armen zu formen.

Beachte: Alle Personen haben standartmäßig eine andere Anordnung der Videos (kann teilweise aber auch umgestellt werden), deswegen muss eine Person aus ihrer Sicht anleiten. Sie kann dann das Ergebnis mit einem Screenshot oder einem Foto festhalten. Leichter wird es für ungeübte Gruppen, wenn der Bildschirm geteilt wird, sodass alle dieselbe Ansicht haben.



Alle Teilnehmenden müssen zusammenarbeiten, damit die Figur ein Erfolg wird. Gebärdensprachdolmetschung beachten, da deren „Videokacheln“ nicht aktiv mitspielen können.



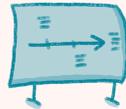
Alle Teilnehmenden formen jeweils eine eigene Figur vor ihrem Bildschirm.

Ideen für Symbole: Quadrat, Dreieck, Raute, Stern, Herz

# 5-Satz-Geschichte

Die Gruppe wird eine Geschichte erzählen, die wie folgt aussehen muss:

1. Es war einmal ...
2. Jeden Tag ...
3. Bis eines Tages ...
4. Und deswegen ...
5. Und seither ...



Demnach leitet eine Person die Geschichte ein und es können sich in der Gruppe spontan Leute einbringen und die Geschichte weitererzählen. 5 Sätze = 5 Personen. Man kann auch mehrere Runden spielen oder sich in mehrere Teams aufteilen und zu fünft spielen.

Für ein visuelles Erlebnis lohnt es sich, ein Padlet mit allen Satzanfängen vorzubereiten. Die Teilnehmenden können den Satz entweder schriftlich beenden oder ein GIF/Emoji nutzen.

Koordination



15 Minuten



Reine GIF-Geschichten, die mit Worten der Teilnehmenden ergänzt werden, lockern auf, wecken Kreativität und erfordern nicht zwingend das Schreiben in oder vor einer Gruppe.



5 Personen

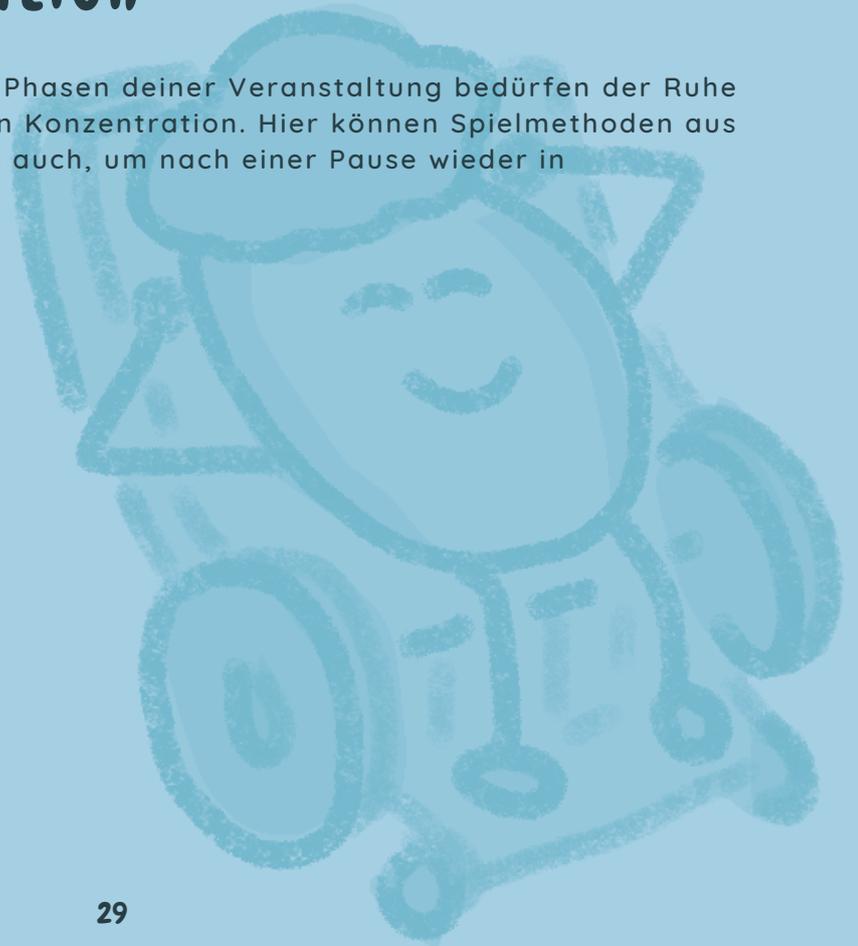
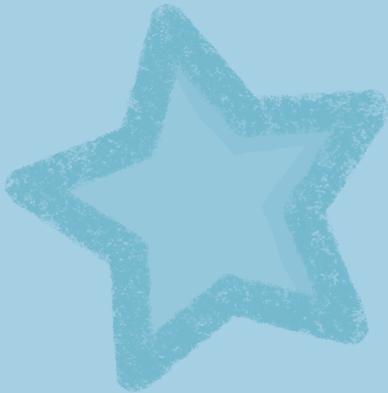


Je nach Videokonferenztool kann für das Spiel auch der Chat genutzt werden.



# Ruhe & Konzentration

Einige Situationen in Workshops oder Phasen deiner Veranstaltung bedürfen der Ruhe und verlangen von den Teilnehmenden Konzentration. Hier können Spielmethoden aus dieser Rubrik hilfreich sein. Sie helfen auch, um nach einer Pause wieder in Arbeitsstimmung zu kommen.



# Schätzminute

Die Teilnehmenden schließen die Augen und versuchen für sich abzuschätzen, wann eine Minute vorbei ist. Die Moderation schaut währenddessen auf die Uhr. Wer seine Augen aufmacht und dabei am nächsten an der Minute dran ist, hat gewonnen.



Bis zu 5 Minuten



Ruhe & Konzentration



2-15 Personen



Timer/Uhr



Andere Zeitspanne. Statt Augen schließen und öffnen, Hände heben und wieder senken oder Kamera aus- und anschalten.



# Ich packe meinen Koffer



Konzentration



Circa 10 Minuten



Mindestens 2 Personen



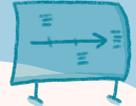
Die Teilnehmenden packen nacheinander einen Gegenstand in ihren virtuellen Koffer und wiederholen jeweils die bereits genannten Dinge.

Beispiel:

Person 1: „Ich packe meinen Koffer und nehme mit: eine Sonnenbrille.“

Person 2: „Ich packe meinen Koffer und nehme mit: eine Sonnenbrille und ein Handtuch.“ ...

Die Reihe wird so lange weitergeführt, bis die Hälfte der Personen nicht mehr alle Gegenstände in der richtigen Reihenfolge konstruieren kann.



Bei zu großen Gruppen kann man gut in Kleingruppen einteilen. Das gilt auch bei Teilnehmenden, die sich nicht so schnell viele Dinge merken können.



Seminartasche packen, Schulranzen packen, im Supermarkt einkaufen gehen... Die Begriffe thematisch eingrenzen. Bilder können als Gedächtnisstütze genutzt werden.



# Wer bin ich?

Für eine\*n Teilnehmer\*in wird ohne ihr Wissen ein Begriff aus einer bestimmten Kategorie festgelegt (Prominente, Berufe, Comic Figuren etc.). Die Person ist im weiteren Verlauf die ratende Person.

Hierfür kann entweder ein privater Chat genutzt werden oder die Gruppe bekommt einen Moment in einer Breakout-Session.

Im Anschluss hat der\*die Ratende 10 Punkte, um auf den gesuchten Begriff zu kommen. Er\*Sie darf nur Fragen stellen, die mit „Ja“ oder „Nein“ zu beantworten sind. Ist die Antwort der Gruppe „Nein“, wird ein Punkt abgezogen. Sind die Punkte verbraucht, bevor der Begriff erraten wurde, wird aufgelöst.



Konzentration



Mindestens 10 Minuten



Mindestens 2 Personen



Begriffe an Wissensstand der Gruppe anpassen



Evtl. Klebezettel und Stift



Den Punktestand visualisieren, entweder mittels der Finger oder per Boardfunktion, im Chat etc.  
Falls Teilnehmende mit Seheinschränkungen dabei sind, das Gezeigte zusätzlich verbalisieren

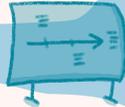


# Auflockern & Spaß

Zwischendurch auflockern, etwas Bewegung schaffen, gerade wenn so viel Bildschirmzeit vor- und hinter den Teilnehmenden liegt, bringen diese Energizer neuen Schwung in die Gruppen. Die Spiele aus diesem Abschnitt können auch nach intensiven Diskussionen und schweren Themen hilfreich sein, um den Kopf freizumachen und im Programm weitermachen zu können.



# Stadt Land Fluss



Als erstes muss eine Tabelle mit verschiedenen Kategorien erstellt werden (z.B. Stadt, Land, Fluss, Tier, Essen). Jede Person braucht einen Kopie. Person A sagt „A“ und zählt in Gedanken das Alphabet durch. Person B sagt „Stopp“. Der Buchstabe, bei dem Person A war, wird jetzt als Anfangsbuchstabe für Begriffe in den einzelnen Tabellenspalten genommen. Alle Teilnehmende versuchen einzeln alle Spalten auszufüllen. Die Runde endet, sobald eine Person die Tabellenzeile vollständig ausgefüllt hat. Die eingetragenen Begriffe werden verglichen und Punkte vergeben. 20 Punkte gibt es, wenn kein anderer Spieler ein Wort für die Kategorie gefunden hat. Haben mehrere Spieler unterschiedliche Begriffe für eine Kategorie gefunden, ist jeder Begriff 10 Punkte wert. Wurde dagegen der gleiche Begriff von mehreren Spielern gewählt, erhält der Spieler dafür nur fünf Punkte. Wer Zum Ende des Spiels die meisten Punkte erzielt, hat gewonnen.

Blatt Papier mit einer Tabelle oder direkt ein Online-Tool



Kreativität & Spaß



20 Minuten



Achte darauf, ob alle eigenständig tippen können. Passe die Kategorien an den Wissensstand deiner Zielgruppe an.



Es können auch immer zwei Teilnehmende gemeinsam die Spalten ausfüllen, z.B. falls es Schwierigkeiten mit dem Tippen o.ä. gibt.

Sei flexibel, um es halbwegs gerecht zugehen zu lassen. Vielleicht darf ein Team früher beginnen oder auch nach einem Stopp noch fertig schreiben. Oder alle bekommen pro Buchstabe eine Minute lang Zeit.



Den Kategorien sind keine Grenzen gesetzt (Obst, Tiere, Berufe, Farben, Hobbys, Fachbegriffe etc.).



Mindestens 3 Personen





# Pferderennen

Die Spielleitung erklärt einmal alle Kommandos:

Laufen: Mit den Händen auf die Schenkel klopfen

Sprung: Beide Arme in die Höhe nehmen

Rechts abbiegen: Den ganzen Oberkörper nach rechts lehnen

Links abbiegen: Den ganzen Oberkörper nach links lehnen

Am Publikum vorbei: Klatschen, lautes Johlen

An Papparazzi vorbei: So tun, als betätige man eine Kamera, und „klickklick“ machen

Galopp: Mit den Händen auf die Oberschenkel klopfen

Dann leitet die Spielleitung durch das Rennen und gestaltet eine bewegte Geschichte.

Z.B.: „Die Pferde stehen in der Start Box, der Startschuss ertönt und die Pferde galoppieren los. Schon kommt die erste Rechtskurve“ (alle lehnen sich nach rechts)...



Spaß & Bewegung



Mindestens 5 Minuten



Mindestens 5 Personen



Bewegte Geschichten gehen in jedem Kontext: Pferderennen, Bärenjagd im Wald, Kamelrennen in der Wüste. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.



Achte bei den Kommandos darauf, dass sie für alle machbar sind bzw. einfach abgewandelt werden können.

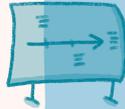


# Bingo@Home



Eine Person in der Gruppe beginnt. Die Person zählt Gegenstände auf, die sich im selben Zimmer befinden. Hat eine andere auch so einen Gegenstand in ihrer Umgebung? Dann ruft sie „Bingo“. Danach darf sie wiederum Gegenstände aufzählen.

Wer die meisten Dinge aufzählen kann, die bei niemandem sonst zu finden sind, hat gewonnen.



10 bis 15 Minuten



Spaß



30 bis 50 Personen



Man soll ja bekanntlich aufhören, wenn es am schönsten ist. Versuche herauszufinden, wie die Stimmung in deiner Gruppe ist: Haben die allermeisten noch Spaß? Falls nicht, beende das Spiel allmählich.

Höre genau hin, wer zuerst „Bingo!“ ruft. Gerade bei größeren Gruppen kann es schwierig sein, dies zu beurteilen. Notiere dir die Anzahl der Gegenstände, die von den einzelnen Teilnehmenden genannt werden, bevor „Bingo!“ gerufen wird, sodass du am Ende eine\*n Gewinner\*in benennen kannst.



Versuche, die Spielzeit an die Gruppengröße anzupassen. Wenn die Gruppe groß ist, warten Menschen lange, bis sie etwas sagen können. Das kann nerven. Frustrierend kann auch sein, wenn jemand gerade nicht so viele Gegenstände um sich herum hat.



# Gegenstand, Farbe auf...

Zuerst muss der Radius des Spiels festgelegt werden (Schreibtisch, Griffweite oder auch das ganze Zimmer).

Die Spielleitung nennt eine Farbe. Alle Mitspielenden müssen einen Gegenstand dieser Farbe in ihrem Umfeld suchen, schnellstmöglich holen und in die Kamera halten.

Die Spielleitung entscheidet, welche\*r Teilnehmende die Aufgabe zuerst gelöst hat. Die\*Der Gewinner\*in darf die nächste Farbe wählen.



Spaß & Bewegung



Mindestens 7 Minuten



Mindestens 5  
Personen



Menschen mit Mobilitäts-  
einschränkungen brauchen  
möglicherweise einen zeitlichen  
Ausgleich, z.B. einen Vorsprung.

Häufig eignet sich der  
Arbeitsplatz/ Schreibtisch am  
besten, da Stifte, Zettel etc. in  
unterschiedlichen Farben zur  
Verfügung stehen.

Das Spiel ist für viele Menschen  
mit Seheinschränkungen nur  
mit technischen Hilfsmitteln  
(z.B. Farberkennungsgerät)  
machbar.

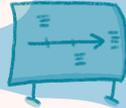
Zur Farbe wird noch ein  
Körperteil benannt, an  
das der Gegenstand  
gehalten werden soll, z.B.  
„Grün auf Kopf“. Dies  
sorgt für etwas mehr  
Bewegung und meist  
auch einige Lacher. Hier  
muss die Mobilität der  
Teilnehmenden wieder  
bedacht werden.



Achte auf ein  
halbwegs faires  
Spielsetting.



# Paulinchen – Vier-Phasen-Spiel



Die Moderation schickt jeder Person per Direktnachricht über die Chatfunktion ein ausgewähltes beliebiges Substantiv. In der ersten Runde muss jede Person das zugeteilte Wort erklären, ohne das Wort selbst oder Bestandteile von ihm zu nutzen. Die anderen Teilnehmenden versuchen, den Begriff möglichst schnell zu erraten. In der zweiten Phase teilt die Moderation die Begriffe jeweils neu zu, sodass jede Person jetzt einen anderen Begriff erhält. Die Begriffe an sich werden nicht geändert oder ausgetauscht. Diesmal muss der Begriff auch erklärt werden, jedoch nur mit einem Wort. Vorteil: Die Teilnehmenden kennen die Begriffe bereits aus der ersten Runde. Auch in der dritten Phase bekommt jede Person ein anderes Wort zugeteilt. Diesmal muss der Begriff jeweils pantomimisch dargestellt werden. Sobald der Begriff erraten wurde, ist die nächste Person an der Reihe. Auch für die vierte und letzte Phase werden die Begriffe neu verteilt. Nun müssen die Begriffe mit nur einem Geräusch vorgemacht werden.

Spaß



20 bis 25 Minuten



6 bis 10 Personen



Pantomime muss für Menschen mit Seheinschränkung zeitgleich verbalisiert werden.

Die vorgemachten Geräusche können nur eingeschränkt von einer\*m Gebärdensprachdolmetscher\*in übersetzt werden.



Notizen machen, wem welches Wort schon zugeordnet wurde, um Dopplungen in den verschiedenen Phasen zu vermeiden.



Bei Zeitdruck oder verschiedenen Bedarfen können einzelne Phasen weggelassen werden.



Eine Sammlung an verschiedenen Begriffen, am besten Substantive



# Emoji Songraten

Viele Songtitel können auch mit ein paar Emojis dargestellt werden. Ratet zusammen, welcher Song sich hinter den Emojis verbirgt. Die Emojis passend zu den Songs kannst du dir entweder selbst ausdenken oder ein fertiges Quiz im Internet suchen. Manchmal ganz schön knifflig.



Spaß



Ab 10 Minuten



Ab 3 - 4 Personen



Bildschirmteilung wird empfohlen, das macht es einfacher.

Das Spiel kann auch im Team gespielt werden. So können sich Teilnehmende auch gut ergänzen.



Für Menschen mit Sehbehinderung sollte daran gedacht werden, die Emojis zu beschreiben.



# Cats and Dogs

Die Teilnehmenden werden in zwei Gruppen eingeteilt (cats und dogs - also Katzen und Hunde). Die Gruppen können mit Kürzeln hinter dem Namen sichtbar gemacht werden (bsw. c und d/ 1 und 2 etc.).

Ziel des Spiels: Die Gruppen müssen sich gegenseitig zum Lachen bringen. Dazu bekommen die beiden Gruppen jeweils abwechselnd Gelegenheit. Genutzt werden können, Stimme, Mimik, Gestik.

Lacht ein\*e Teilnehmende\*r aus der gegnerischen Gruppe muss diese Person ihre Kamera ausmachen und ist ausgeschieden. Welche Gruppe zuerst keine Mitspieler\*innen mehr hat hat verloren.

Spaß



Circa 10 min



Ab 6 Personen



Hilfsmittel sind erlaubt (bsw. alles was du griffbereit hast, kannst du auch benutzen, zeigen etc.)

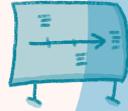


Sollte eine Gebärdendolmetschung genutzt werden, lasst etwas Zeit zwischen den Gruppen.

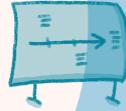


Der Einsatz von Mimik muss ggf. eingeschränkt oder ausgelassen werden, wenn Menschen mit einer Sehbehinderung mitspielen.

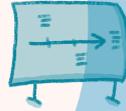












# Tipps & Tricks: Vor, bei und nach deinem Angebot: Was du tun kannst, damit alles rund läuft

Das war ganz schön viel, oder?

Daher findest du hier nochmal die wichtigsten Dinge im Überblick – strukturiert danach, was du am besten vor, bei und nach deinem Angebot tust.

Wir haben das ganze in zwei Abschnitte eingeteilt:

- Digitale Planung
- Inklusive/ barrierearme Planung

## Digitale Planung

### Vor dem Angebot:

- Verschaffe dir einen Überblick, mit welchen Endgeräten die Teilnehmenden an deiner Veranstaltung teilnehmen und prüfe, ob die Tools, die du verwendest, dazu passen. Hier macht es häufig einen Unterschied, ob ein Smartphone, Tablet oder PC verwendet wird. Gestalte deine Tipps und Unterstützungsangebote demnach.
- Plane dein Angebot digital und nutze die Vorteile von digitalen Räumen (Breakout-Session, gemeinsames und gleichzeitiges Arbeiten an Dokumenten etc.).

- Überlege dir, ob mehrere Menschen mit einem Endgerät teilnehmen dürfen und ob das Auswirkungen auf deine Methoden hat.
- Nicht alle Methoden eignen sich für den digitalen Raum, viele lassen sich jedoch mit wenig Aufwand oder etwas Kreativität umwandeln. Sei deinen Teilnehmenden gegenüber transparent und sage offen, wenn du etwas Neues probierst. Das nimmt dir den Druck und schafft die Möglichkeit, dir direktes Feedback zu holen, wie und was noch besser gemacht werden kann.
- Erstelle eine Übersicht (Links zu Sessions, Zeitplan, Kontaktdaten etc.) und stelle diese im Vorfeld allen Teilnehmenden zur Verfügung. Auch digitale Veranstaltungen brauchen einen Anlaufpunkt. Tipp: Hierfür eignet sich zum Beispiel auch ein Übersichts-Padlet, in dem du alle Dateien, Links etc. hochlädst.
- Kümmere dich vor dem Angebot um sicheres Internet und eine Notfalllösung (z.B. mobile Daten). Nichts ist ärgerlicher und sorgt für mehr Stress, als wenn die Moderation aus einer Session fliegen und niemand weiß, was zu tun ist.
- Gestalte nach Möglichkeit das Angebot zu zweit, falls es doch einmal zu Problemen kommt. So kann auch immer eine Person für alle Dinge im Hintergrund zuständig sein, ohne dass die ganze Veranstaltung ins Stocken gerät, und beispielsweise technische Probleme von Teilnehmenden lösen, Konflikte klären, Breakout-Sessions einrichten etc.
- Falls du mit mehreren Personen teamst, lege im Vorfeld fest, wer welche Aufgaben übernimmt (technischen Support, Protokoll, Chat, Gruppeneinteilung o.ä.)
- Plane Zeit ein, um Tools, die du benutzt, zu erklären.

## Während des Angebots:

- Erkläre die Grundlagen des Tools, mit dem du arbeitest, bzw. gehe noch einmal sicher, dass alle die Plattform kennen.
  - Erkläre mit einer Bildschirmteilung die wichtigsten Funktionen (Mikro an/aus, Kamera an/aus, Ansicht, evtl. Reaktionen wie Hand heben, Hilfebuttons, Chat etc.).
  - Schaffe einen Überblick über das, was passiert und erkläre deine Pausenzeiten bzw. wie ihr mit Pausen verfahren wollt.
- Lege Regeln für ein gemeinsames Miteinander fest (z.B. ausreden lassen, respektvoller Umgang etc., aber auch virtuelle Regelungen, bspw. Umgang mit Hintergründen, Benutzung des Chats)
  - Sichere Ergebnisse, die evtl. nicht gespeichert werden (White-Boardfunktion etc.). Am schnellsten geht dies in den meisten Fällen via Screenshot.

## Nach dem Angebot:

- Bereite deine Protokolle, Linklisten etc. vor und verschicke sie an Teilnehmende.
- Bespreche mit deiner Gruppe, ob es eine Nachbereitung gibt und wie und ob Teilnehmende im Nachhinein untereinander und mit der Moderation Kontakt aufnehmen können.



Du bist vorbereitet am Start? Super!  
Hier eine Übersicht dazu, was  
Teilnehmende tun können...

Alle können helfen, damit das Angebot  
möglichst rund und für alle eine tolle  
Erfahrung wird. Bitte daher deine  
Teilnehmenden im Vorfeld z.B. via E-Mail  
um Folgendes:

- (1) Ordentliche technische Ausstattung
- (2) Kamera an, Mikrofon stumm & Kopfhörer rein
- (3) Vorbereitet sein

#### **Für Profis:**

Du kannst deinen Teilnehmende bei technischen  
Problemen am besten weiterhelfen, wenn sie  
Geräte nutzen, über die sie möglichst viel  
wissen. Daher sollten sie - wenn möglich -  
Geräte nutzen:

- Für die sie den Pin-Code/ Sim-Code (Handys  
oder Tablets) kennen.
- Für die sie Administrator\*in sind oder das  
Admin-Passwort (bei Laptops) kennen.
- Die keine Kinderschutz Einstellungen haben,  
welche den Zugriff auf die Systemsteuerung  
blockieren.
- Für die sie den Namen, am besten auch die  
Modellnummer und das Betriebssystem  
kennen.

## **(1) Ordentliche technische Ausstattung**

Das heißt:

- Einen Computer, ein Tablet oder ein  
Smartphone mit Mikrofon, am besten  
auch mit Kamera-Funktion, wenn  
möglich Headset/Kopfhörer.
- Eine möglichst gute Internetverbindung  
(mit der z.B. YouTube-Filme  
störungsfrei abgerufen werden  
können).
- Einen aktuellen Browser und, sofern  
möglich, die aktuelle (Desktop-)App  
der Videokonferenz.
- Die Einwahldaten zur Veranstaltung  
(Diese stellst du deinen Teilnehmenden  
im Vorfeld zur Verfügung - die  
Teilnehmenden sollen diese am besten  
schnell zur Hand haben).



## **(2) Kamera an, Mikrofon aus und Kopfhörer rein**

- Die Erfahrung online wird schöner und persönlicher, wenn man das Gesicht zu einer Person sieht. Fordere dies – mit angemessener Sensibilität – ein.
- Bitte deine Teilnehmenden das Mikrofon auszuschalten, wenn sie nicht sprechen. Dann ist der Raum ruhiger und alle können sich gut verstehen. Alle sollten, soweit möglich, Kopfhörer nutzen. Das verbessert die Tonqualität.

## **(3) Vorbereitet sein**

- Deine Teilnehmenden sollen sich einen ruhigen und gemütlichen Platz suchen, an dem sie sich wohlfühlen (und eine gute Internetverbindung haben). Am besten sagt man anderen Bescheid, dass man an einer Veranstaltung teilnimmt und nicht gestört werden möchte.

- Wenn die Kamera benutzt wird, sieht man auch ein bisschen von dem Raum hinter einem. Alle Teilnehmenden sollen sich einen Hintergrund aussuchen, mit dem sie sich wohlfühlen und der andere Teilnehmende nicht ablenkt. Alle sollen darauf achten, was man dort sieht und ob das Dinge sind, die man mit anderen teilen will.
- Es werden ausreichend Pausen eingeplant. Trotzdem sollten die Pausen möglichst nicht für Einkäufe oder andere Termine genutzt werden. Daher am besten alles, was für den Tag gebraucht wird, zurechtlegen und - wenn möglich - weitere Aktivitäten verschieben.
- Snacks und Getränke am besten in der Nähe haben. Tipp: Wir empfehlen Getränke mit Schraubverschluss. Flüssigkeit und Elektronik sind nie eine gute Kombination.

## Inklusive/barrierearme Planung

### Allgemeine Tipps

- Frag nach, wenn du dir unsicher bist, ob du alle Bedarfe berücksichtigst. Offenheit ist hier in den meisten Fällen sehr viel mehr wert als „einfach gut gemeint“.
- Baue bildschirmfreie Zeiten ein. Als Faustregel hat sich bei uns bewährt: Pausen sollten mindestens 15 Minuten lang sein, um allen die Möglichkeit zu geben, ihren Bedürfnissen nachzugehen. Alle zwei Stunden sollte es eine längere Pause geben. Bei ganztägigen Seminaren lohnt sich die Abfrage, ob deine Teilnehmenden feste Zeiten haben, in denen beispielsweise Pflegedienste etc. kommen oder man anderen Dingen wie z.B. Care-Arbeit nachgehen muss.
- Lasse Tools gerne im Vorfeld schon einmal ausprobieren oder frage nach Erfahrungen. Das erspart allen Beteiligten Stress während der Veranstaltung.
- Menschen können sich prima ergänzen. Häufig genügt es z.B., wenn ein oder zwei Personen pro Kleingruppe tippen oder ein Tool bedienen können.
- Viele der nachfolgenden Tipps übernimmt man irgendwann in die normalen Routinen (z.B. Videodateien immer mit Untertiteln zu versehen, Bilder und GIFs automatisch mit Bildbeschreibungen zu versehen und PDF-Dateien barrierefrei anzulegen, damit diese ausgelesen werden können). Das erspart dir Arbeit im Nachgang und stellt dein Tun automatisch viel inklusiver auf.

## Vor dem Angebot:

- Frage die Bedarfe deiner Teilnehmenden ab. Brauchen Menschen Gebärdensprachdolmetschung? Gibt es Bedarf an Leichter Sprache? Gibt es Mobilitätseinschränkungen oder Einschränkungen in der Motorik, die du für die Planung kennen solltest?

### Anmeldung

Folgende Aspekte fragen wir - auf freiwilliger Basis - standardmäßig bei Anmeldungen zu digitalen Veranstaltungen ab. Zusätzlich gibt es ein freies Textfeld für Anmerkungen, Bedarfe und Wünsche:

- Ich nutze Leichte Sprache/ Ich habe Bedarf an Leichter Sprache.
- Ich nutze Gebärdensprache.
- Ich kommuniziere non-verbal.
- Ich benötige Unterstützung beim Lesen von längeren Texten/ Nachrichten.
- Ich benötige Unterstützung beim Schreiben am Laptop/ Handy.
- Ich habe Mobilitätseinschränkungen.
- Ich benötige eine Beschreibung von visuellen Eindrücken.
- Ich benötige barrierefrei auslesbare Dokumente/ Tools.
- Ich nutze Geräte über Augensteuerung.
- Ich nutze einen Sprachcomputer.

## Während des Angebots:

### Gehörlose oder in ihrem Hören eingeschränkte Teilnehmer\*innen

- Pinne die Dolmetscher\*in in der Videokonferenz an, so haben Teilnehmende sie immer groß im Bild.
- Stimme dich mit der Dolmetschung über das Tempo der Moderation ab.
- Vergesse nicht, die Dolmetschung und die gehörlose Person in dieselbe Breakout-Session zu schicken.
- Sollte einmal keine Dolmetschung vorhanden sein oder solltest du kurzzeitig Zeit überbrücken müssen, gibt es bei z.B. Zoom die Funktion „Untertitel einfügen“. Hier kann das Gesagte von einer Person mitgetippt werden, sodass allen ein Untertitel zur Verfügung steht. Super auch für Menschen mit eingeschränktem Hörvermögen, die keine Gebärdensprache sprechen.
- Kurzzeitig funktioniert auch Kommunikation über Chat - ist aber auf Dauer nicht ideal.

- Achte bei Videosequenzen auf Untertitel oder schicke diese, falls es keine Untertitel gibt, bereits im Vorfeld an die Dolmetschung.
- Überlege bei der Wahl deiner Methoden, ob diese auch funktionieren, wenn die Dolmetscher\*innen nur dabei sind, aber nicht aktiv mitmachen (z.B. Figuren formen wird schwierig, wenn einzelne Kacheln nicht mitspielen).

### **Teilnehmende mit Bedarf an Leichter/ Einfacher Sprache**

- Schaffe einen Ort, an dem alle Teilnehmenden sich trauen, Nachfragen zu stellen.
- Gib explizit Raum für Nachfragen. Vor allem, nachdem du Arbeitsaufträge formuliert hast. Stelle Verständnisfragen.
- Falls es die Zeit erlaubt, gehe durch die Breakout-Sessions und schaue, ob alle wissen, was zu tun ist.

- Versuche, Fachbegriffe und Fremdwörter immer auch zu erklären. Ggf. kann es hilfreich sein, im Vorfeld eine Sammlung zur Verfügung zu stellen (vor allem bei inhaltlichen Seminaren).

### **Blinde oder im Sehen eingeschränkte Teilnehmende**

- Achte darauf, dass all deine Dokumente mit einem Screenreader auslesbar sind und nutze barrierefreie PDF-Dokumente. Wie man diese erstellt, kannst du ergoogeln.
- Bei der Moderation muss alles benannt werden, was die anderen sehen können (PPPs vorlesen, Chat-Nachrichten vorlesen, Padlet-Karten vortragen lassen etc.).



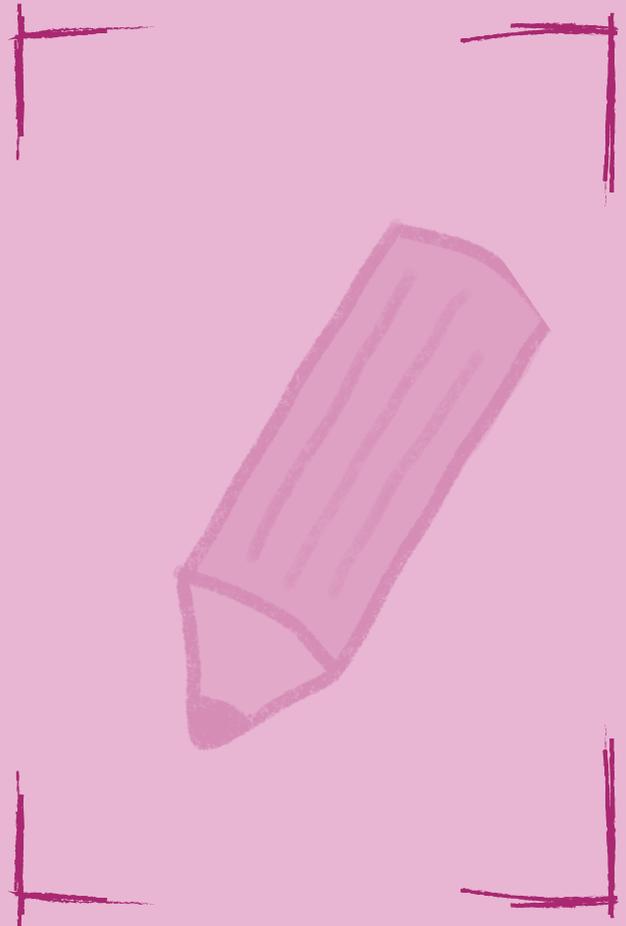
- Füge Fotos und GIFs Bildbeschreibungen hinzu, die vom Screenreader ausgelesen werden können.
- Schaue, ob die Methode auch funktioniert, ohne dass man etwas sieht, bzw. welche Dinge zusätzlich moderiert werden müssen. Teams bilden, die sich gegenseitig unterstützen können, funktioniert meistens auch gut.

### **Nach dem Angebot:**

- Lass dir Feedback geben, ob deine Methoden und deine Moderation so barrierearm wie geplant waren.
- Denke auch bei Dokumenten der Nachbereitung an Bildbeschreibungen und das barrierefreie Setzen von PDF-Dateien.

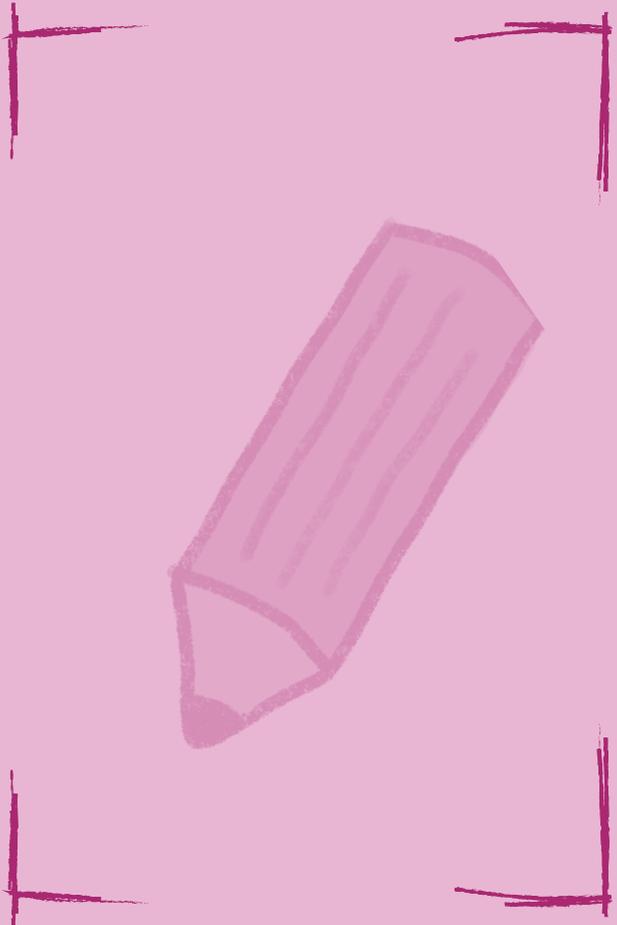


# Weitere Tipps...



# Weitere Tipps...

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....



# Weiterlesen & mehr lernen ...

Du möchtest dir noch mehr Inspiration holen? Neue Spiele kennenlernen und noch mehr über Inklusion und Barrierefreiheit erfahren? Dann schau doch gerne auf folgenden Seiten vorbei:

Mission Inklusion,  
das Engagiertennetzwerk  
rund um Inklusion und  
Vielfalt

[www.mission-inklusion.de](http://www.mission-inklusion.de)

Inklusionsportal  
von  
Aktion Mensch

[www.aktion-mensch.de/inklusion](http://www.aktion-mensch.de/inklusion)

Material- und  
Methodensammlung der  
Servicestelle

[www.servicestelle-  
jugendbeteiligung.de/materialien](http://www.servicestelle-jugendbeteiligung.de/materialien)

Jugendleiter Blog -  
Spiele und Ideen für  
die Jugendarbeit

[www.jugendleiter-blog.de](http://www.jugendleiter-blog.de)

# Schlussworte

Danke, dass du dir Zeit für unser Energizer-Kit genommen hast.

Wir hoffen, wir konnten dich mit unserem Handbuch inspirieren und dir praktische Tipps und Tricks mitgeben, die dafür sorgen, dass deine digitale Seminar- und Bildungsarbeit oder dein Engagement zukünftig nicht nur barrierearmer, sondern auch spaßiger wird.

Unsere Erfahrung zeigt: Sei mutig, probiere etwas Neues und überlege dir im Austausch mit deiner Gruppe neue Spielvarianten, die für euch passen.

Und wenn es mal nicht klappt: Lass dich nicht entmutigen – auch barrierefreie Spiele dürfen bei deinen Teilnehmenden unbeliebt sein.

Und keine Sorge: Deine Angebote digital und gleichzeitig barrierearm zu gestalten, wird mit der Zeit immer selbstverständlicher.

Ein Angebot wird niemals automatisch für alle gleich gut aufgebaut und nutzbar sein. Wenn wir uns dessen bewusst sind, sind wir auf einem guten Weg. Denn Inklusion bedeutet auch, alte Wege zu verlassen, neu zu denken und auszuprobieren, um Schritt für Schritt gerechte Angebote für alle zu schaffen.

Wir freuen uns, wenn du anderen von unserem Energizer-Kit erzählst. Und selbstverständlich freuen wir uns über Feedback und Ergänzungen dieses Handbuchs.

Du sammelst in deiner Seminar- und Bildungsarbeit oder in deinem Engagement sicher ständig Erfahrungen, die es wert sind, sie zu teilen.

Deshalb: Her damit!

Wir wünschen dir bei deiner kommenden Seminar- und Bildungsarbeit oder bei deinem Engagement ganz viel Spaß und immer einen guten Energizer zur Hand.

# Danke von der Servicestelle Jugendbeteiligung

Viele verschiedene Menschen haben viel Zeit, Engagement und Liebe in dieses Handbuch gesteckt. Ohne euch wäre das Energizer-Kit nicht möglich gewesen.

Danke an alle Menschen, die mit uns gespielt und Methoden getestet haben und ihr ehrliches und kritisches Feedback gegeben haben. Ein besonderer Dank gilt hier dem jungen Engagiertennetzwerk „Mission Inklusion“. Ohne euch hätten wir, die Servicestelle Jugendbeteiligung, die vergangenen Jahre nicht so viel dazu-gelernt in Sachen digitale und barrierefreie Spiele!

Besonderer Dank geht an die Menschen des tollen (Co-) Autor\*innen-Teams, die sich die Köpfe zerbrochen haben, wie sie die Inhalte und die gesammelten Erfahrungen so zu Papier bringen können, dass die Texte möglichst verständlich für alle sind.

Außerdem bedanken wir uns herzlich bei „STARK gemacht. Jugend-Demokratiefonds Berlin“ ohne deren Förderung du dieses Handbuch nicht hättest lesen können.

Nicht zuletzt gilt unser Dank dir. Danke, dass du Interesse daran hast, deine digitalen Angebote noch kreativer und barrierearmer zu gestalten. Wir hoffen, dass wir dir mit diesem Buch Impulse für dein Engagement und deine eigene Seminar- und Bildungsarbeit mitgeben konnten.

Wir wünschen fröhliches digitales Spielen!

# Impressum

## Herausgeberin:

Servicestelle Jugendbeteiligung e.V.  
Scharnhorststr. 28/29  
10115 Berlin  
post@jugendbeteiligung.info

## V.i.S.d.P.:

Sven Ehmes, Frederik Jagielski und Mara Oldenburg  
(Vorstand Servicestelle Jugendbeteiligung e.V.)

## Autor\*innen:

Chrissy Corth, Franziska Hörburger, Cristina  
Gonzalez Vergara, Lena Groh-Trautmann, Lucienne  
Mindermann, Janis Schulz und Marc Wiechers und  
viele weitere

## Lektorat:

Kathrin Empen  
Lisa Groh-Trautmann

## Illustration:

Robin Hotz



## Copyright:

Die Texte dieses Energizer-Kits sind lizenziert unter einer Creative Commons Lizenz: Namensnennung - Nicht-kommerziell - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International

1. Auflage, September 2021

Das Energizer-Kit ist zum Download verfügbar unter:  
[www.servicestelle-jugendbeteiligung.de/materialien](http://www.servicestelle-jugendbeteiligung.de/materialien)

Ein Projekt der



SERVICESTELLE  
**Jugendbeteiligung**

Gefördert durch



Das inklusive Energizer-Kit geht auf die Idee von jungen Engagierten zurück, die zusammen zahlreiche – gute, aber auch verbesserungswürdige – digitale Seminare und Bildungsangebote besucht haben. Das Handbuch soll junge Engagierte in ihrer barrierearmen digitalen Seminar- und Bildungsarbeit unterstützen und dazu beitragen, dass künftig alle mit Spaß und Energie dabei sein können.

Du hast Nachfragen, Feedback und Anregungen zum Energizer Kit oder möchtest das Kit nachbestellen?

Wir freuen uns über deine Nachricht an:  
post@jugendbeteiligung.info



