

# RAKFUNDUS/Methoden



## GENUSSÜBUNG 1/2

**Zeit:** ca. 10 Minuten

**Einsatzmöglichkeit:** Thematische Einführung, Heranführung, Einstieg persönliche Erfahrung

**Ziel:** Sensibilisierung, Reflexion des eigenen / fremden Konsums, Austausch von Erfahrungen

**Teilnehmende:** Max. 30

**Medien, Materialien:** 1 großer und ein kleiner Schaumkuss o. ä. pro Teilnehmer; Tafel o.ä.; Servietten, Kreide oder Moderationskoffer

DAUER	DURCHFÜHRUNG MO = MODERATOR, TN = TEILNEHMENDE	PÄDAGOGISCHE ANMERKUNGEN
2 min	Die Teilnehmer sitzen im Kreis. Die Gruppengröße kann hier beliebig sein. Der Moderator bittet die TN, die Augen zu schließen und sich kurz zu überlegen, wie sie einen Schaumkuss essen: „Manche knabbern erst außen den Schokoladenguss ab, andere lösen die Waffel ab und ähnliches. Überlegt Euch genau, wie Ihr ihn esst!“	Angenehme Atmosphäre schaffen Plastische Darstellung des GL ist wichtig, den TN muss sprichwörtlich das Wasser im Munde zusammenlaufen
2 min	MO teilt an jeden TN einen Schaumkuss und eine Serviette aus. Wenn jeder einen Schaumkuss besitzt folgt die Bitte, ihn in aller Ruhe genüsslich zu verspeisen MO: „Genießt und riecht an Eurem Schaumkuss, Ihr könnt euch viel Zeit lassen!“	TN sollen sich ganz gemütlich und entspannt hinsetzen Miteinander sprechen ist erlaubt Sollte jemand keine Schaumküsse essen, kann er die anderen dabei beobachten, wie sie sich verhalten
2 min	Kurze Nachfrage: „Hat es Euch geschmeckt? Habt Ihr das Ganze genossen?“	
2 min	MO verteilt einen kleinen Schaumkuss an die TN. Auch hier warten die TN wieder bis alle versorgt sind. MO: „Jetzt bekommt Ihr einen zweiten Schaumkuss, aber da verfahren wir anders: Wir machen ein Wettessen. Wer vollständig runtergeschluckt hat, steht von seinem Platz auf. Wer als Erster aufsteht, hat gewonnen!“	Zusätzlich: MO kann die Zeit stoppen!

# RAKFUNDUS/Methoden



## GENUSSÜBUNG 2/2

DAUER	DURCHFÜHRUNG MO = MODERATOR, TN = TEILNEHMENDE	PÄDAGOGISCHE ANMERKUNGEN
4 min	Mögliche Fragen für das Auswertungsgespräch: <ul style="list-style-type: none"><li>• Was ist euch aufgefallen?</li><li>• Was hast du positiv erlebt?</li><li>• Was war unangenehm?</li><li>• Was war der Unterschied zwischen der ersten und der zweiten Runde?</li><li>• In welcher Runde hat der Schaumkuss besser geschmeckt und warum?</li><li>• Was bedeutet Genuss?</li><li>• Was bedeutet Sucht?</li></ul>	

### Bemerkungen:

Quelle: Diese Methode gehört zu dem suchtpreventiven Programm: Schülermultiplikatorenseminar „Auf der Suche nach...“.  
Eine ausführliche Beschreibung findet sich in dem gleichnamigen Heft der LZG-Schriftenreihe Nr. 46, [www.lzg-rlp.de](http://www.lzg-rlp.de)  
Methodenbeschreibung entstand in Zusammenarbeit mit „AG Konzept“ der Präventionsfachkräfte des Landes Rheinland-Pfalz.