

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 73 (1986)  
**Heft:** 12

**Artikel:** Friedensspiele in der Schule  
**Autor:** Zahner, Urs  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-533851>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 28.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Wo spüre ich faulen Frieden?

Was ist friedensfeindlich, und warum bestehen nicht erkannte, totgeschwiegene Konflikte, Ungerechtigkeit, Gewalt, Hunger, Arbeitslosigkeit, Angst, Intoleranz, Feindbilder, Rüstungswahn usw.?

Heute können Jugendliche (auch Schüler und sogar ganze Schulklassen) sowie Erwachsene ins Friedensdorf kommen, um entweder eines der thematischen Angebote des Friedensdorf-teams zu nutzen (siehe Kasten!) oder als Gruppe an den eigenen Ausgangsfragen, wie z.B. «Wie können wir als Klasse unsere Konflikte besser austragen?», zu arbeiten.

Das Zusammenleben mit den Ordensschwestern und anderen Friedensinteressierten soll zugleich ein Ort des Übens sein. So sind denn auch alle zur Mitarbeit bei den Hausarbeiten eingeladen sowie zum Besuch der täglichen Zeiten der Stille und Meditation. Die örtliche Nähe zum Wirkungsort des Friedensstifters Niklaus von Flüe provoziert immer wieder neu eine Auseinandersetzung mit der Frage nach «innerem» und «äusserem» Frieden.

Das Friedensdorf möchte ein Ort sein, wo Menschen den Versuch starten können, diesen ganzheitlichen Frieden einzuüben und zu lernen.

Im Jahre 1987 finden im Friedensdorf St. Dorothea alle 2 Monate Begegnungen unter dem Titel «*Bausteine der Hoffnung*» statt. Jeweils an einem Sonntag ermöglichen wir Gespräche mit Menschen, die die Spiritualität des Bruder Klaus verwirklichen wollen. Eingeladen sind der Politiker Erhard Eppler, Bischof Anton Hänggi, die Schriftstellerin Klara Obermüller, der Eremit Paul de la Croix u.a. Daneben gibt es spezielle Kurs-Angebote in den Bereichen: Friedenserziehung, Meditation, Fasten, Konflikttraining usw. Nähere Informationen bei:  
Friedensdorf St. Dorothea  
6073 Flüeli-Ranft OW  
Tel. 041 - 6 50 45

## Friedensspiele in der Schule

**Urs Zahner**

*Jeder Mensch ist von seiner Schöpfung her einmalig und mit individuellen Anlagen ausgestattet. Aufgabe aller Erziehung und Bildung muss es sein, den jungen Menschen so zu fördern, dass diese Anlagen sich frei und harmonisch entfalten können. Das Spiel bietet hierfür besonders gute Voraussetzungen, da es das Denken, Fühlen und Handeln, also Geist, Seele und Körper gleichermassen anspricht.* Hans Georg Lang<sup>1</sup>

### Was sind überhaupt Friedensspiele?

Wenn wir Friedensarbeit als einen Prozess beschreiben, der Menschen zu mehr Entfaltung, Freiheit und Gerechtigkeit führt, dann können wir all jene Spiele, Übungen als Friedensspiele bezeichnen, die diesen Prozess fördern. Im Konkreten sind dies Spiele, die helfen

- einander besser zu verstehen, zu erfahren
- Zusammenhänge zu erkennen
- Solidarität einzuüben
- das Sieger/Verlierer-Prinzip zu durchbrechen
- einen neuen Lebensstil zu finden
- Gespräche über Frieden und Unfrieden anzuregen.



Im nachfolgenden werden einige Spiele und Übungen beschrieben, wie sie entweder zwischendurch oder eingebettet in einen Lektionsablauf verwendet werden können. Spiele ohne Stufenangabe können grundsätzlich auf jeder Stufe verwendet werden, je nach Einschätzung des Lehrers.

### **Übungen und Spiele zu zweit**

*Die folgenden Übungen fördern das Einfühlungsvermögen und die Aufmerksamkeit für den Mitmenschen. Diese Grundfähigkeiten sind Voraussetzung für ein Friedensengagement.*

*Die Übungen dosiert (d.h. 2–3) einsetzen und danach jeweils eine kurze Auswertung. Die Übungen können auch wiederholt werden. Bei allen Übungen darf auch eine gewisse Lebensfreude spürbar werden.*

#### **● Blind beschreiben**

Beide Partner stehen einander gegenüber und schauen den Partner an. Dann schliesst ein Partner die Augen und beschreibt den andern. So wie er ihn noch «vor Augen hat». Überprüfen, Rollenwechsel.

#### **● Schatten gehen**

Zu einer recht beschwingten Musik geht der eine Partner voraus, der «Schatten» folgt ihm dicht und macht jede Bewegung nach. Bricht die Musik kurz ab, wechseln die beiden die Rollen: Der Schatten wird zum «Vorgänger» und umgekehrt. Musik kann öfters und unregelmässig abgebrochen werden.

#### **● Mimik nachmachen**

Beide stehen einander gegenüber; ein Partner beginnt den Ausdruck seines Gesichts zu verändern – das macht ihm sein Partner möglichst genau nach.

Nach einiger Zeit Rollenwechsel.

## ● Spiegeln

Beide stehen einander gegenüber:  
Ein Partner beginnt sich langsam zu bewegen – der andere Partner macht ihm diese Bewegungen spiegelbildlich nach (evtl. ruhige Musik dazu). Rollenwechsel.

## ● Spiegeln und verzerrten

Erste Phase so wie oben. Dann: Was der eine Partner vormacht, vergrössert der andere (auch mit Lauten!!!) und umgekehrt.

## ● Figuren bauen

Ein Partner ist der Figurenformer, der andere das lockere Material. Die Figur hängt zunächst vornüber und wird nach und nach vom Former aufgebaut, in Gestalt gebracht. Hat der Former seine Gestalt vollendet, halten beide inne und nehmen das Ergebnis wahr, dann klatscht der Former, und die Figur fällt wieder locker zusammen.  
Rollentausch.

*Diese Übung erst einsetzen, wenn sich die Schüler mit einfacheren Übungen vertraut gemacht haben.*

## ● Sich fallen lassen

Ihr steht wieder zu zweit beisammen, und eine(r) von Euch kann sich jetzt fallen lassen – der andere Partner hat die Aufgabe, Dich aufzufangen. Das ist zunächst am leichtesten, wenn Du Dich ziemlich steif machst und die Arme ausbreitest: so kann Dir Dein Partner gut unter die Arme greifen und Dich sicher fangen. Versucht das mit unterschiedlichen Entfernungen und auch unterschiedlichen Partnern.

*Diese Übung ist auch sehr tief, wenn man sie in einer kleinen Gruppe (ca. 5) macht. Die Übung muss sorgfältig eingeführt werden, und die Schüler müssen ganz bei der Sache sein.*

*Sie eignet sich besonders, um Vertrauen einzuüben und über die Voraussetzungen des Vertrauens ins Gespräch zu kommen.*

## ● Marionette auf Zuruf

Je zwei sind Partner: Eine(r) ist die Marionette, der/die andere ist Marionettenspieler(in). Die Marionettenspieler stellen sich jeweils hinter einen freien Sessel, die Marionetten verteilen sich im Raum vor der Sesselreihe und schliessen die Augen.

Jetzt ruft jede(r) seiner Marionette Bewegungen zu: «Heb deine linke Hand», «Geh zwei Schritte vor» usw.

Mit den Zurufen können die Marionetten untereinander in Kontakt gebracht und schliesslich zum freien Sessel geführt werden. Dann ist dieser Durchgang vorbei, die beiden unterhalten sich über ihre Erlebnisse und tauschen dann die Rollen.

## ● Marionetten – Wünsche

Je zwei bilden ein Paar und spielen miteinander: Eine(r) ist die Marionette, der/die andere der «Wunschbewegter» – die Marionette wünscht sich nämlich ein Bewegungsziel im Raum, und der Bewegter bewegt mit seinen Händen die Marionette zu ihrem Wunschziel. Beispiel: «Ich möchte dort oben am Tisch sitzen», «Ich möchte dort an der Tür lehnen».

Haben die beiden ihr Ziel erreicht, tauschen sie die Rollen.

Bei diesem Spiel entsteht eine sehr bewegte Atmosphäre im Raum.

## ● Marionette – an Fäden

Die beiden Partner, Marionette und Marionettenspieler, stehen einander gegenüber. Der Marionettenspieler bewegt an gedachten Fäden die Puppe: Zunächst ganz einfach, dann bewegter und komplizierter. Die Puppe geht den Zugbewegungen der Hände mit ihren Bewegungen nach.

Nach einiger Zeit Rollenwechsel.

## ● Lotsen-Spiele

Variation 1: Beide Partner einigen sich auf einen Laut, Ton usw. Der eine schliesst die Augen und geht den Lauten seines führenden Partners nach.

Spielregel: Sobald der Laut aufhört, bleibt der blinde Partner stehen!

Variation 2: Zwei Partner einigen sich wieder auf ein Geräusch. Die blinden Partner bleiben



verstreut stehen – die führenden Partner verteilen sich im Raum und machen ihr Geräusch solange, bis die blinden zu ihnen gefunden haben.

*Die Marionetten- und Lotsen-Spiele sind geeignet, das bewusste Hören zu üben. Es wird eine hohe Konzentration erreicht.*

### ● **Blind führen**

Variation 1: Ein Partner legt seinem führenden Partner leicht die Hand in die Handfläche. Der führende Partner führt so seinen blinden Partner durch den Raum.

Variation 2: Der führende Partner führt seinen blinden Partner nur mit den Fingerspitzen.

Variation 3: Der sehende Partner führt den blinden Partner mit oder ohne begleitende Worte zu verschiedenen Stellen, Gegenständen, Pflanzen und Personen im Raum oder in

der nahen Umgebung. Der blinde Partner hat die Möglichkeit, all das Gezeigte anzugreifen, zu riechen und sonstwie zu erfahren.

Nach einiger Zeit (vereinbarte 5–20 Minuten) wechseln die beiden ihre Rollen.

*Die Blindenspiele können zu einem tiefen Erlebnis der verschiedenen Sinne werden. Die Schüler können einander dieses Erlebnis nur vermitteln, wenn sie den Partner spüren lassen, dass er vertrauen kann.*

### ● **Blind nachformen**

Zwei Partner spielen miteinander: Einer schliesst die Augen. Währenddessen bildet der sehende Partner eine Figur. Nun versucht der blinde Partner, die Figur zu ertasten und sich ebenso hinzustellen wie sein Partner. Dann vergleichen beide ihre Stellung und erzählen sich nach einem Rollenwechsel, was ihnen aufgefallen ist.

## Entwicklungs politische Spiele

Das Schweiz. Zentrum für Umwelterziehung, der Lehrerservice des WWF-Schweiz und Brot für Brüder haben eine kommentierte Liste ökologischer und entwicklungs politischer Spiele zusammengestellt. Sie enthält 37 Spiele und erlaubt dem Benutzer, sich in kurzer Zeit über Thema und Form eines Spieles zu orientieren. Bezug: Brot für Brüder, Missionsstrasse 21, 4003 Basel, Preis Fr. 5.–.

### Beispiele:

● **Durch Tür und Fenster**, ab 12 Jahren, 2–3 Personen und Publikum, ½ Stunde Spiel dauer, 1 Stunde Auswertung, Vorlage Fr. 5.–. Dieses Spiel ist ein Beispiel des Folien- oder Aktentaschen-Theaters. Zu verschiedenen vorbereiteten Folien, die nacheinander auf den Hellraumprojektor gelegt werden, findet ein Gespräch zwischen einem Armen und einem Reichen über Handelsbeziehungen statt.

● **Das Perlenspiel**, ab 14 Jahren, 15–45 Teilnehmer, 1½ Stunden Spieldauer, 1 Stunde Auswertung, Anleitung gratis. Die Spieler erhalten nach dem Zufallsprinzip verschiedenwertige Perlen. Durch Tausch versuchen sie reicher zu werden. Das Spiel ist sehr zu empfehlen als Einstieg für Fragen wie Benachteiligung, Unterdrückung, Befreiung, Macht. Es vermag tiefe Erlebnisintensität und Betroffenheit auszulösen.

● **Limit 20**, ab 12 Jahren, 12–30 Teilnehmer, 45 Minuten Spieldauer, 45 Minuten Auswertung, Anleitung Fr. 7.50.

In acht Spielrunden versuchen drei Gruppen mittels Bewegungsspielen 20 Punkte zu erreichen. Das Spiel will zu Lernprozessen zu den Themen Ungerechtigkeit, Vorurteil und Aussenseiter anregen.

### Spiele ohne Sieger

*Spiele ohne Sieger durchbrechen das Sieger/Verlierer-Prinzip, indem sie das gemeinsame Erlebnis und die Freude am gemeinsamen Erfolg in den Vordergrund rücken.*

*Eine Fülle von Spielen ohne Sieger und Verlierer sind in den Büchern von Andrew Füegelmann<sup>2</sup> aufgeführt. Sie eignen sich für die Turnstunde genauso wie für ein Klassenfest oder einfach zwischendurch. Nachfolgend ein paar Beispiele:*

#### ● Schoss-Sitzen

Stellt Euch in einem möglichst runden Kreis ganz eng hintereinander und setzt Euch dann vorsichtig und langsam auf die Knie Eures Hintermanns. Wenn Ihr ausgeruht habt, könnt Ihr versuchen, Euch gemeinsam fortzubewegen...

#### ● Jurtenkreis

Eine gerade Zahl von Mitspielern bildet einen Kreis. Schaut alle in die Mitte, stellt Euch fast Schulter an Schulter und fasst Euch an den Händen. Dann sagt einer nach dem anderen: «innen», «aussen», «innen», «aussen»..., so dass am Schluss jeweils ein «innen» zwei «aussen» neben sich hat und umgekehrt. Nun lehnt Euch abwechselnd nach innen oder nach aussen. Die Füsse bleiben fest am Boden, und Ihr haltet das Gleichgewicht nur mit den Armen. Mit ein bisschen Übung könnt Ihr Euch erstaunlich weit nach vorne oder nach hinten beugen, ohne umzufallen.

#### ● Drachenschwanzjagen

Ein paar Leute stellen sich hintereinander auf und legen die Arme um den Bauch des vorderen Spielers. Der hinterste steckt sich ein Taschentuch hinten in den Gürtel. Der Drache lässt ein furchterregendes Gebrülle los. Jetzt versucht der Kopf, den Schwanz (das Taschentuch) zu erwischen. Wenn's gelingt, steckt der Kopf das Taschentuch in seinen Gurt und wird zum Schwanz.

### Noch ein Spiel für Gruppen!

*Ein Spiel, das besonders hilft, Vorurteile bewusst zu machen und sich gut für die Oberstufe eignet, möchte ich zum Schluss noch beschreiben.*

## ● Personen-Erfindung

Der Leiter wählt aus Zeitungen/Zeitschriften Fotos von Personen verschiedenen Alters und Geschlechts aus und klebt sie auf A4-Blätter. Die Fotos sollten nur *eine* Person zeigen und keine bekannten Personen (wie Filmstars, Politiker usw.) darstellen.

Es werden Kleingruppen gebildet, mit der Aufgabe für 2–3 solcher Personen gemeinsam, die folgenden oder auch andere Fragen zu beantworten:

- Wer ist diese Person nach Vorname, Name, Alter, Beruf, Familienstand?
- Welches Verhältnis hat(te) die Person zu ihrer Eltern?
- Wie verhält sich die Person, wenn sie auf der Strasse an zwei sich prügelnden Knaben vorbeikommt?
- Welche Position vertritt die Person in der Diskussion um die Initiative...?
- Wie verhält sich die Person, wenn sie – unbeobachtet – eine Hundertfrankennote findet?
- Wie verhält sich die Person gegenüber einem Asylsuchenden?
- Wie und wo verbringt die Person ihren nächsten Urlaub?

Bei dieser Phase ist es gut, wenn 1–2 Beobachter pro Gruppe die Diskussion verfolgen. Im folgenden Auswertungsgespräch sind die Personen allen bekannt zu machen und zu besprechen, warum man auf diese ganz speziellen Aussagen kam. Nach was beurteilen wir Menschen?

*Spiele und Übungen, die innere Prozesse auslösen oder beeinflussen, benötigen nachher die Möglichkeit, dass darüber gesprochen werden kann. Auch bei scheinbar kleinen Spielen kann die Nachfrage: «Wie hat es Dir gefallen? Was ist Dir aufgefallen?» helfen, Lernprozesse zu festigen.*

## Anmerkungen

<sup>1</sup> Hans Georg Lang, *Spiele in der religiösen Erziehung*, Nördlingen, Katzmann-Verlag, 1985, S. 21.

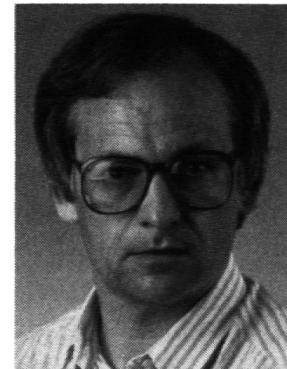
<sup>2</sup> z.B. Andrew Flügelmann/Shoshana, Tembeck, *New Games*, Die neuen Spiele, ahorn-Verlag, 1976.

## Weiterlesen

### Hinweise auf Lektüre zum Thema «Frieden»

#### Leza M. Uffer

Leza M. Uffer, 1944, Dr. phil., studierte Geschichte und Kunstgeschichte. Seit 1972 Lehrer an der Weiterbildungsschule Zug (DMS). Seit Herbst 1985 auch Redaktor der «schweizer schule».



#### «Die Zeit drängt»

Es ist dies ein Buch, das mich tief beeindruckt und das mich noch lange begleiten wird. Es ist ein Buch, von dem ich mir wünsche, dass es alle, die diese Zeilen lesen, selbst zur Hand nehmen: **Carl Friedrich von Weizsäcker**, **«Die Zeit drängt»**. Ein leidenschaftliches Plädoyer für «Eine Weltversammlung der Christen für Gerechtigkeit, Frieden und die Bewahrung der Schöpfung», eine klarsichtige Analyse der heutigen Weltprobleme und ihrer Ursachen, eine visionäre Perspektive für das Handeln der Christen und christlichen Kirchen! Einige Sätze daraus:

*«Die Menschheit befindet sich heute in einer Krise, deren katastrophaler Höhepunkt wahrscheinlich noch vor uns liegt. ( . . . )*

*Das Problem der Armut, der sozialen Unrechrigkeit ist nicht gelöst; nach den gegenwärtigen Indizien wird es sich verschärfen. Kriege werden geführt wie eh und je; der jetzt*