



30  
min



4 - 8



Zauberstab, ggf. Musik, Stifte, Flipchart-Papier, Pinnwand, Timer, Moderationskarten (z. B. in Wolkenform, Haftnotizen; *digital: Online-Konferenzsystem mit Whiteboard, ggf. Musik*)

- Wiederbeleben aufgegebener Wünsche und Entwicklung innovativer Lösungen durch eine Befreiung von den Grenzen des Alltags.

## Was kann die Methode?

Wunsch-Atmosphäre wirkt kreativitätsfördernd. Losgelöst von den Begrenzungen des Alltags Wünsche und Zukunftsvisionen entwickeln. Unterdrückte Wünsche und Bedürfnisse können zum Vorschein kommen. *Die Methode kann auch in digitalen Treffen genutzt werden.*

## Worauf ist zu achten?

TN können in der Realität verhaftet bleiben. Die moderierende Person sollte die Bedeutung der Imagination und die Wirkungsweise der Methode erklären. Eine zauberhafte Atmosphäre durch Dekoration, z. B. Feen-Puppe, Zauberstab, Feenstaub und Musik kann unterstützen. *Digital kann ein märchenhaftes Hintergrundbild, ein Kurzvideo, ein digitaler Zauberstab etc. dazu verwendet werden.*



**Vorbereitung:** Für die *PS-Drei Wünsche* soll eine märchenhafte Atmosphäre erzeugt werden. Materialien wie ein Zauberstab und eine märchenhafte Musik können dazu beitragen. An die TN wird kommuniziert, dass die Imagination hier wichtig ist, um aus dem Alltagsdenken herauszukommen.

**Ablauf:** Die moderierende Person erhebt den Zauberstab in die Luft und sagt zu einer teilnehmenden Person, die das möchte: „Du hast drei Wünsche frei! Egal, was es ist, Du darfst Dir alles wünschen.“ Die Person nennt ihre Wünsche. Die drei Wünsche werden schriftlich festgehalten, z. B. auf einer Haftnotiz oder einer Moderationskarte in Wolkenform.

Der Vorgang kann für alle TN wiederholt werden, dabei kann auch der Zauberstab weitergegeben werden an die Person, die dran ist. Niemand muss Wünsche äußern, die Fee erscheint aber nur einmal je TN.

**Fortsetzung Ablauf:** Anschließend wird in Kleingruppen (mit je maximal 4 TN) überlegt, wie die Wünsche in der Realität umgesetzt werden können. Jede Umsetzungsidee wird in Stichpunkten und / oder mit einer Skizze auf einer Haftnotiz dokumentiert und dem jeweiligen Wunsch zugeordnet. Für die Ideensammlung in den Kleingruppen wird der Timer je nach verfügbarer Zeit auf 10 – 15 Minuten gestellt.

Abschließend werden die Idee und Pflegeschätzte mit allen geteilt, indem die Kleingruppen nacheinander ihre Ergebnisse teilen. Jede Gruppe bekommt hierfür ca. 3 – 5 Minuten Zeit.

*Digitale Variante: In einem Online-Konferenzsystem können die Wünsche auf einem Whiteboard festgehalten werden. Das Whiteboard kann heruntergeladen werden. Anschließend werden Kleingruppen gebildet, die sich in einzelnen Breakout-Sessions zusammenfinden. Dort laden sie das Whiteboard hoch und können ihre individuelle Version mit ihren Ideen ergänzen. Die fertigen Whiteboards aus den Kleingruppen können als Bild oder pdf-Datei gesichert und mit allen geteilt werden.*

# Pflegeschätzte-Drei Wünsche

**Beispiel:** Eine Gruppe möchte die PS-Drei Wünsche Methode ausprobieren. Die moderierende Person beschreibt eine Imagination, wie sie rechts im Bild zu sehen ist: „Stellt euch vor, ihr sitzt auf einer schönen Lichtung, es duftet nach Wald, Vögel zwitschern. Sonnenstrahlen fallen durch die Baumkronen und es ist angenehm warm. Vielleicht macht ihr hier eine Rast und nickt kurz ein. Als ihr die Augen öffnet, fühlt ihr euch angenehm ausgeruht und blinzelt in die Sonne. Da seht ihr im hellen Licht ein Glitzern und erkennt, da fliegt eine kleine Fee! Sie kommt näher und spricht (Die erste Person wird gefragt): „Du hast drei Wünsche frei. Du darfst dir alles wünschen. Was also wünscht du dir?“



Bild erstellt mit KI-Tool Magic Media von Canva