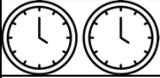
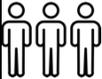


Titel	Fantasiereise	
Synonyme	—	
Kurzbeschreibung	Die Lehrperson liest einen Text zu einem bestimmten Lerninhalt vor. Mit geschlossenen Augen hören die Teilnehmer zu und versetzen sich in die entsprechende Situation.	
Ziele der Methode	<i>Selbstkompetenz:</i> Entspannung fördern Aufmerksamkeit steigern Bewusstmachen der eigenen Gefühle <i>Sozialkompetenz:</i> Empathie steigern	
	Lernzielbereich	
Unterrichtsphase	Einstiegs-, Ausstiegsphase	
Voraussetzungen	Material	Text, Musik, Abspielgerät, Isomatten, Decken
	Dauer	
	Teilnehmeranzahl	
	Sozialform	
Durchführung	<p>Voraussetzung für eine Fantasiereise ist eine angenehme und stille Raumatmosphäre. Unterstützend wird Musik eingesetzt. Die Teilnehmer nehmen eine angenehme Sitz- oder Liegeposition ein, schließen die Augen und atmen gleichmäßig tief ein und aus. Daraufhin kann die Fantasiereise beginnen.</p> <p>Die Lehrperson liest den Text ruhig, deutlich und langsam vor. Sie lässt zwischen den Sätzen kleine Pausen, wodurch die Teilnehmer die Reise in ihrem eigenen Tempo erleben können.</p> <p>Nach Beendigung des Textes erfolgt eine Pause, sodass die Bilder ausklingen und die Teilnehmer in die Realität zurückkehren.</p> <p>Im Anschluss halten sie ihre Gedanken in Worten oder Zeichnungen fest, welche je nach Teilnehmerinteresse diskutiert und reflektiert werden.</p>	
Tipp	<p>Der Rückkehrprozess aus der Fantasiereise kann durch körperliche Dehnungsübungen sowie tiefes Durchatmen unterstützt werden.</p> <p>Manchen Teilnehmern fällt es schwer, sich auf diese Methode einzulassen. Daher sollte die Teilnahme an der Fantasiereise auf Freiwilligkeit basieren,</p>	

	um eine unbedingte Ruhe zu gewährleisten.
Literatur	<p>Drude, C., Zielke-Nadkarni, A. (2008). <i>Unterrichtsmethoden in der Pflegeausbildung</i>. München: Urban & Fischer.</p> <p>Reich, K. (2008). <i>Methodenpool</i>. Zugriff am 01.04.2018 unter http://methodenpool.uni-koeln.de/download/fantasiereise.pdf</p> <p>Schmal, J. (2017). <i>Unterrichten und Präsentieren in Gesundheitsfachberufen</i>. Berlin: Springer.</p> <p>Stein, M. (2015). <i>Fantasiereisen für Schüler</i>. Göttingen: Vandenhoeck & Rupprecht.</p>
Praxisbeispiel	
<p>Aufgabenstellung: Nachdem sie eine für sich bequeme Position eingenommen haben, lauschen Sie dem Erfahrungsbericht mit geschlossenen Augen. Nach der Fantasiereise erfolgt eine Sammlung der Gedanken im Plenum.</p> 	