

F*up-Session** (ca. 30 min oder länger)

Die Idee der sog. F***up-Night stammt aus der Startup Kultur und dient dem Ziel, gemeinsam aus Fehlern zu lernen. Dabei sprechen Personen ganz offen über ihr unternehmerisches Scheitern, um anderen ein böses Erwachen zu ersparen. Gleichzeitig geht es darum, einen anderen Umgang mit Fehlern und dem Versagen zu erreichen. Gerade an der Hochschule kann diese Perspektive eine Hilfe gegen Leistungsdruck und Versagensangst sein. Und gleichzeitig kann die Methode eine offene und zugewandte Lern-Atmosphäre fördern.

1. **Einladung:** Bitte die Teilnehmenden, in Zweiergruppen abwechselnd über eine aktuelle Situation im Rahmen des Themas der Veranstaltung zu sprechen. Das soll eine Situation sein, in der sie Schwierigkeiten haben (oder jüngst hatten), oder wobei sie gescheitert sind oder ein Scheitern fürchten. Die zuhörende Person soll nur unterstützend kommentieren: „Erzähl weiter...“, „Wenn ich dich richtig verstehe, ...“ etc. Sie soll nicht bewerten oder einhaken, nach dem Motto: „Das kenne ich. Bei mir...“
2. **Erforderlicher Raum und benötigtes Material:** Ausreichend großer Raum mit der Möglichkeit, sich zu zweit direkt gegenüber zu sitzen (ohne Tisch dazwischen) und mit genügend Abstand zu den anderen Personen. **Synchrone Online-Treffen:** Video-Konferenz-Plattform (z.B. Zoom) mit der Möglichkeit für Kleingruppen (Breakout-Session)
3. **Form der Beteiligung:** Alle Personen werden beteiligt, sowohl sprechend als auch zuhörend.
4. **Gruppenform(en):** Zuerst Zweiergruppen, dann Vierergruppen.
5. **Ablauf:** Stelle die Anordnung und den Ablauf vor und lasse die Paare zusammenkommen (2 Minuten). Jede Person hat sieben Minuten Zeit, über das eigene Thema zu sprechen, dann gleich Wechsel (15 Minuten). Die Paare teilen ihre Wahrnehmung beim Sprechen und Zuhören (5 Minuten). Dann gehen immer zwei Paare zusammen und teilen ihre Gedanken miteinander: „Welche Muster und Verhaltensweisen sind erkennbar? Welche Schlüsse lassen sich ziehen?“ (5 Minuten) Anschließend reflektieren alle gemeinsam darüber, welche Themen, Aufgaben, Anregungen im Rahmen der Veranstaltung weiter vertieft werden sollten. (5 Minuten)

Impuls: Lipmanowicz, McCandless (2013): The Surprising Power of Liberating Structures, Heard, Seen, Respected (HSR) <https://www.liberatingstructures.com/19-heard-seen-respected-hsr/>