

97 Übungen für die Arbeit mit Gruppen

1 Zauberstab

Material:	ein leichter Stab (z. B. Gardinenstange, Zollstock)
Gruppengröße:	4 bis 14 Personen
Durchführungszeit:	5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Mindestens vier Teilnehmer stellen sich gegenüber und strecken ihren Zeigefinger. Ein leichter Stab wird auf diesen abgelegt und die Teilnehmer versuchen den Stab auf zwei Gegenständen (z. B. Gläser) abzulegen. Dabei darf der Kontakt aller Teilnehmer zum Stab nicht verloren gehen. Der Finger muss gestreckt bleiben und der Stab darf nicht festgehalten werden.

Bemerkung:

Um so mehr Teilnehmer, desto schwerer ist die Durchführung. Diese Übung kann zu Frustrationen und damit zu Aggressionen in der Gruppe führen.

2 Schollenfluss

Material:	ein Blatt Papier weniger als Teilnehmer
Gruppengröße:	ab 3 Personen
Durchführungszeit:	15 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Bis auf ein Teilnehmer bekommen alle je ein Blatt Papier. Dann versuchen sie von einer Seite des Raumes zur anderen Seite zu kommen ohne den Boden zu berühren. Die Teilnehmer dürfen den

Kontakt zur Gruppe und zu jedem einzelnen Blatt nicht verlieren. Ist ein Blatt ohne Kontakt zu einer Person, wird es von der Strömung (Leiter) weggerissen. Habt die Gruppe den Kontakt zu einer Person verloren oder berührt ein Teilnehmer den Boden, beginnt die Übung von vorne.

Bemerkungen:

Hier müssen die Teilnehmer teilweise engen Körperkontakt halten. Bitte achten Sie darauf, dass es allen recht ist, den anderen zu berühren. Diese Übung also erst durchführen, wenn bereits so eine Vertrautheit in der Gruppe ist, dass sie sich ohne Probleme anfassen.

3 Verkehrschaos

Material: 1 Feld mehr als Teilnehmer (dargestellt z. B. durch Papier, Stühle, Bodenkacheln usw.)

Gruppengröße: gerade Anzahl ab 6 Teilnehmer

Durchführungszeit: 15 bis 45 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer stellen oder setzen sich in eine Reihe auf Felder, wobei links und rechts von dem leeren Mittelfeld die gleiche Anzahl von TN stehen muss. Die linke und die rechte Gruppe sollen jetzt ihre Position wechseln.

Dabei gibt es einige Regel zu beachten: Eine Person darf nur eine Position weitergehen oder einen der anderen Gruppe überspringen. Sie dürfen dabei keinen Schritt zurückgehen und Leute der eigenen Gruppe nicht überholen.

Bemerkungen:

Diese Übung setzt ein gewisses logisches Denkvermögen voraus. Um so größer die Gruppe ist, desto schwieriger ist die Lösung. Als Tipp kann der Leiter erklären, dass nur am Beginn und zum Ende zwei aus der gleichen Gruppe nebeneinander sein dürfen.

4 Gordischer Knoten

Material: kein

Gruppengröße: ab 5 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Bei diesem Spiel geht es darum, einen Gordischen Knoten aus Menschen zu knüpfen, um ihn danach wieder zu lösen. Die Teilnehmer stellen sich dazu im Kreis auf, schließen die Augen und strecken die Arme aus. Danach gehen sie in die Mitte des Kreises. Nun greift jeder nach zwei Händen. Wenn der Knoten richtig sitzt, dürfen die Mitspieler ihre Augen öffnen. Jetzt beginnt der schwierige Teil der Aufgabe. Die Teilnehmer sollen versuchen, den so entstandenen Knoten zu lösen, ohne dass sie die Hände ihrer Nachbarn loslassen. Am Ende sollten alle Teilnehmer möglichst in einem großen Kreis stehen.

5 Polarreise

Material: irgendwelche Materialien z.B. Stühle, Tische, Mülltonnen

Gruppengröße: ab 2 Personen

Durchführungszeit: 15 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Ein vom Spielleiter vorbereitetes Spielfeld stellt den Nordpol dar. Die Teilnehmer sind auf einer Insel gestrandet und sollen das Polarmeer durchqueren, ohne dass dabei jemand ins Wasser fällt. Je nach räumlichen Gegebenheiten werden den Teilnehmern dazu unterschiedliche Hilfsmittel zur Verfügung gestellt. Sollte ein Teilnehmer den Boden berühren, kann er nur gerettet werden, indem die gesamte Gruppe zum Ausgangspunkt zurückkehrt und sich erneut auf den Weg durch das Polarmeer macht. Die Aufgabe gilt erst dann als gelöst, wenn die gesamte Gruppe am Zielort angekommen ist.

6 Kleinstes Haus

Material: Seil oder Klebeband oder andere Hilfsmittel, um Grenzen zu markieren
Gruppengröße: ab 6 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 50 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer werden in Gruppen von ca. sechs Personen aufgeteilt. Für jede Gruppe wird mit Klebeband ein Viereck auf den Boden geklebt, in dem die Teilnehmer bequem Platz finden. Die Gruppen haben jetzt die Aufgabe, ihr Viereck innerhalb einer vorgegebenen Zeit möglichst so klein zu gestalten, dass gerade noch alle Teilnehmer darin Platz finden. Wenn sich die Teilnehmer einer Gruppe mindestens 5 Sekunden in ihrem kleinen Haus aufhalten können, ohne dass der Boden außerhalb der Markierungen berührt wird, wertet der Spielleiter die Aufgabe als gelöst. Gewonnen hat die Gruppe mit dem kleinsten Haus.

7 Elektrische Draht

Material: Flatterband oder Seil
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Der "Elektrische Draht" wird in dieser Übung durch ein in ca. 90 cm Höhe gespanntes Stück Flatterband dargestellt. Die Teilnehmer sollen sich in einer Reihe nebeneinander stellen und sich an den Händen fassen. Die Gruppe hat nun die Aufgabe, über den Elektrischen Draht zu kommen. Die Hände dürfen dabei nicht losgelassen werden und es darf auf keinen Fall gesprungen werden. Berührt ein Teilnehmer den Draht, oder lässt die Hand seines Nachbarn los, müssen alle Teilnehmer wieder auf die Startseite. Bei jedem neuen Versuch darf die Position der Mitspieler in der Reihe gewechselt werden. Der Spielleiter darf nach seinem Ermessen Zeitpunkte bestimmen, zu denen der Strom im Draht abgestellt ist, so dass kleinere Berührungen des Drahtes nicht unbedingt gewertet werden müssen.

8 Vierzehn minus Zehn

Material: kein
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer werden in Kleingruppen unterteilt und nehmen an einer Startlinie Aufstellung. Ihre Aufgabe ist es, den Raum bis zur Ziellinie zu durchqueren. Das Problem besteht darin, dass nicht alle Füße benutzt werden dürfen, um die Strecke von ca. 10 Metern zu überwinden. Außerdem darf der Körperkontakt der Personen in einer Gruppe jenseits der Startlinie nicht unterbrochen werden. Zum Aufwärmen kann man dazu mit jeweils zwei Personen und zwei Füßen anfangen. Nach dem ersten Durchgang bilden jeweils zwei Gruppen eine größere Gruppe und die Anzahl der erlaubten Füße pro Teilnehmer wird reduziert. Im letzten Durchgang gibt es nur noch eine große Gruppe, die das Spielfeld mit sehr wenig Füßen überqueren soll.

9 Reaktorbergung

Material: Seil (oder Flutterband), Reaktor (Tonne, Korb, Turnkasten), Eimer
Wasser, 15 m Schnur, 3 Karabiner, Spiegel, Taschenlampe, Klebeband, Schere
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 25 bis 45 Minuten

Beschreibung:

Unsere Gruppe hat die Aufgabe, einen Störfall in einem Kernkraftwerk zu beheben. Da die Kühlung ausgefallen ist, muss der Reaktorkern innerhalb von 45 Minuten geborgen werden. Nur so kann ein größerer Unfall verhindert werden. Der Reaktorraum, der nicht betreten werden darf, wird durch eine Fläche von 4 x 4 Metern dargestellt, die mit einem Seil oder Flutterband abgesperrt ist. In der Mitte des Reaktorraumes befindet sich der Reaktor (große Mülltonne, offener Turnkasten, großes offenes Fass o.ä.). Im Reaktor befindet sich der höchst empfindliche Reaktorkern, der durch einen Eimer mit Henkel dargestellt wird, in dem sich ein Becher mit Wasser befindet. Sollte der Brennstab (der mit Wasser gefüllte Becher) umfallen, gilt die Aufgabe als nicht gelöst. Da die Teilnehmer wegen der Verstrahlungsgefahr nicht in den Reaktorraum dürfen, werden ihnen Hilfsmittel zur Verfügung gestellt (s. Material). Die Aufgabe gilt als gelöst, wenn der Reaktorkern außerhalb des Reaktorraumes steht, ohne dass der Brennstab umgefallen ist.

10 Störrischer Widder

Material: Turnbank, Seil oder Baumstamm
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer werden in zwei Gruppen geteilt. Eine Gruppe stellt sich auf die eine Hälfte einer Turnbank oder eines Baumstammes, die andere Gruppe auf die andere Hälfte. Die beiden Gruppen stellen nun zwei Widderherden dar, die sich auf einem engen Gebirgspfad begegnen. Da Widder besonders störrisch sind, würden sie niemals zurück gehen und der anderen Herde den Vortritt lassen. Deshalb müssen sie versuchen, aneinander vorbeizukommen, ohne dass ein Widder abstürzt. Die Aufgabe gilt erst dann als gelöst, wenn alle Teilnehmer am jeweils anderen Ende angekommen sind. Fällt jemand von der Bank, so muss die gesamte Gruppe wieder die Ausgangsposition einnehmen und einen neuen Versuch starten.

11 Sardinendose

Material: Seil oder Fahrradschlauch
Gruppengröße: ab 3 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Wer wissen möchte wie sich Sardinen in einer Dose fühlen sollte dieses Spiel ausprobieren. Alle Mitspieler stellen sich möglichst dicht gedrängt zusammen. Dann wird die Gruppe mit einem Seil umwickelt. Die wie die Sardinen zusammengedrückte Gruppe soll sich nun zu einem vorgegebenen Ort bewegen. Dabei darf das Seil auf keinen Fall herunterfallen. Hindernisse wie Türen oder Treppen müssen dabei entweder umgangen oder überwunden werden.

12 Nebel von Avalon

Material: Kletterseil, Klettergurt, drei Schraubkarabiner, drei lange Bandschlingen, Schatz (z.B. Süßigkeiten)

Gruppengröße: ab 3 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Auf einer möglichst freien Fläche vor einem Baum befindet sich das Sumpfgebiet von Avalon, in dessen Mitte eine kleine Insel liegt. Auf der Insel liegt ein Schatz, der von der Gruppe geborgen werden soll. Die Bergung des Schatzes ist aber sehr schwierig, weil die Gruppen nur ein Kletterseil, einen Klettergurt, drei Schraubkarabiner und drei lange Bandschlingen zur Verfügung hat. Außerdem steigen aus dem Sumpf giftige Nebelschwaden auf, die alle Menschen blind machen, die sich über dem Sumpf befinden. Material und Mitspieler, die dabei den Sumpfboden berühren, können nur gerettet werden, wenn sich die ganze Gruppe am Baum versammelt.

13 Wolkenkratzer

Material: Klebeband

Gruppengröße: ab 3 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe sollte ein Stück Klebeband möglichst hoch an einer glatten Wand oder Mauer anbringen. Dabei dürfen die Teilnehmer sich an der Mauer abstützen, dürfen diese aber nicht beklettern. Sie sollten unbedingt darauf achten, dass die aktiven Mitspieler ausreichend von der Gruppe gesichert werden. Außerdem sollten höchstens drei Mitspieler übereinander stehen dürfen.

14 Tweetys Rettung

Material: rohe Eier, Strohhalm, Klebestreifen, Papier

Gruppengröße: ab 3 Personen

Durchführungszeit: 35 bis 90 Minuten

Beschreibung:

"Tweetys Rettung" ist eine Übung, die in Kleingruppen durchgeführt wird. Die Gruppen haben dabei die Aufgabe, ein Ei - also den noch sehr jungen Tweety -, mit dem wenigen zur Verfügung gestellten Material so zu verpacken, das er einen Sturz aus ungefähr zwei Metern Höhe überlebt. Die Kleingruppen sollten dabei aus drei bis vier Personen bestehen, die mit einem rohen Ei und den ausgestattet werden. Nachdem die Gruppen 30 min. lang unbeobachtet von anderen Teilnehmern

gebastelt haben, versammeln sich alle an Tweetys Nest. Dort stellen die Gruppen ihre Konstruktionen vor, die nacheinander vom Spielleiter aus dem Nest geschubst werden. Sollten die ersten Eier zerbrechen, kann bei Interesse der Teilnehmer ein zweiter Konstruktionsversuch unternommen werden. Bleiben alle Eier heil, kann nach Absprache mit den Gruppen die Fallhöhe erhöht werden.

15 Bermudadreieck

Material: 3 Bänke
Gruppengröße: ab 9 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Drei Turnbänke werden zu einem Dreieck zusammengestellt. Die Teilnehmer stellen sich gleichmäßig verteilt auf die Bänke und befinden sich damit im "Bermudadreieck". Nun sollen die drei Personen, die auf der Mitte der drei Bänke stehen, versuchen, auf die Mitte der nächsten Bank zu kommen. Dabei darf niemand von den Turnbänken in das gefährliche Bermudadreieck fallen. Im zweiten Durchgang werden die Turnbänke auf die Sitzflächen gedreht, so dass die Teilnehmer auf den Balken der Bänke stehen. Die Aufgabenstellung bleibt die gleiche. Nachdem verschiedene Teilnehmer erfolgreich die Plätze gewechselt haben, kann der dritte Durchgang erfolgen. Drei Teilnehmer, die besonders viel Vertrauen zur Gruppe haben, stellen sich in die Mitte der Bänke, schließen die Augen und versuchen mit geschlossenen Augen zur Mitte der nächsten Bank zu kommen.

16 Knoten lösen

Material: Seil
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

In ein Seil werden viele einfache Knoten geknüpft. Die Anzahl der Knoten entspricht der Anzahl der Teilnehmer. Jeder Teilnehmer fasst nun mit einer Hand, neben einem Knoten ans Seil. Das Seil darf während der ganzen Übung nicht mehr losgelassen werden. Die Gruppe hat nun die Aufgabe, sämtliche Knoten aus dem Seil zu lösen, ohne die Hände vom Seil zu nehmen.

17 Die tiefe Schlucht

Material: Seil
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe soll versuchen, mit Hilfe eines Seiles, über eine Schlucht zu schwingen. In einer Turnhalle wird dazu eines der fest installierten Kletterseile genutzt. Im Freien muss ein Seil an einem stabilen Ast eines Baumes befestigt werden. Um den Punkt, den das hängende Seil auf dem Boden berühren würde, wird ein Kreis mit etwa 5 Metern Durchmesser gezogen. Dieser Kreis kennzeichnet die tiefe Schlucht. Die gesamte Gruppe steht in einem Feld von ca. 1 x 1 m und versucht in ein gleich großes Feld auf der anderen Seite der Schlucht zu gelangen, ohne den Boden

zu berühren. Berührt ein Mitspieler den Boden, muss die gesamte Gruppe zum Ausgangsfeld zurückkehren und einen neuen Versuch unternehmen

18 Jurtenkreis

Material: kein
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Eine Gruppe mit gerader Teilnehmerzahl stellt sich im Kreis auf. Jetzt werden die Teilnehmer abgezählt "1", "2", "1", "2" usw.. Nun halten sich alle an den Händen fest, die Füße stehen zusammen fest auf dem Boden. Gleichzeitig lassen sich alle "Einser" vorsichtig nach vorne und alle "zweier" nach hinten fallen. Dadurch entsteht, von den jeweiligen Nachbarn gehalten, eine "Zick-Zack-Linie". Auf ein Kommando des Sielleiters wechseln die Positionen ("1" nach hinten und "2" nach vorne).

19 Amöbe

Material: kein
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Eine Amöbe ist ein Einzeller, der aus einer Zellwand, dem Protoplasma und dem Zellkern besteht. Das Protoplasma unserer Amöbe besteht aus Menschen, die nichts gegen engen Körperkontakt haben. Die Zellwand wird von Mitspielern gebildet, die sich mit dem Gesicht nach außen ineinander einhaken. Gesteuert wird die Amöbe vom Zellkern, einem Mitspieler, der vorher von der Gruppe bestimmt wird. Nach der Bildung der Amöbe schließen alle Mitspieler die Augen. Nur der Zellkern sieht jetzt noch und hat die Aufgabe, die Amöbe heil an einen vorher bestimmten Ort zu bringen.

20 Gruppenfoto

Material: Fotoapparat
Gruppengröße: ab 2 Personen
Durchführungszeit: 20 bis 90 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe wird mit einem Fotoapparat ausgestattet und bekommt die Aufgabe, auf einem belebten Platz, ein Foto von einer bestimmten Gruppe zu machen. Ein Gruppenfoto könnte z.B. so beschrieben werden:

Zwei Männer und zwei Frauen über 60 Jahren

Ein Mann mit Vollbart

Fünf Kinder unter 8 Jahren

Ein Taxifahrer

Ein Polizist

Ein Mann im Anzug

Ein Hund

Zehn weitere Personen

Zwei Touristen aus dem Ausland

Wie die Gruppe die Menschen zur Teilnahme am Gruppenfoto überzeugt, bleibt den einzelnen Teilnehmer überlassen. Nur Bestechung ist verboten.

21 Pest in Venedig

Material: kein
Gruppengröße: ab 7 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

In Venedig, der Stadt der Brücken, wütet im Jahre 1683 die Pest. Zwei Mitspieler sind in diesem Fall die Pestbeulen, die versuchen, ihre Mitspieler durch bloßes Berühren anzustecken. Gelingt es einer Pestbeule, einen Mitspieler anzustecken, ist sie erst einmal geheilt. Dafür übernimmt der angesteckte Mitspieler nun die Rolle der Pestbeule. Die Einwohner von Venedig können sich nur vor der Pest schützen, indem sie sich in eine Brücke verwandeln (Brücke bäuchlings bilden). Die Brücke muss allerdings so lange stehen bleiben, bis sie ein freundlicher Mitspieler als Gondolieri durchquert. Die Länge des Spiels wird von der Lust und der Kondition der Mitspieler bestimmt

22 Reifenrennen

Material: Gymnastikreifen
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer bilden einen Kreis und fassen sich an den Händen. Zwei Hände werden gelöst, ein Teilnehmer fasst durch einen Gymnastikreifen und gibt seinem Nachbarn wieder die Hand. Der Gymnastikreifen ist so Teil dieser Runde. Die Teilnehmer geben den Reifen nun weiter ohne die Hände zu lösen. Dazu müssen sie mit dem ganzen Körper durch den Reifen schlüpfen. Klappt das, wird ein zweiter und eventuell ein dritter Reifen ins Spiel gebracht. Die Reifen dürfen sich jetzt nicht mehr berühren.

23 Perlentauchen

Material: Zwei Weichbodenmatten, kleine Bälle als Perlen
Gruppengröße: ab 8 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Zwei Weichbodenmatten werden mit der glatten Seite nach innen aufeinandergelegt. Sie stellen den Ozean dar, in dem sich zwei wertvolle Perlen befinden. Die Gruppe verteilt sich nun an den langen Seiten der Matten und hält die obere Matte am Rand gut fest. An jeder der beiden kurzen Seiten befindet sich ein Perlentaucher. Die beiden Perlentaucher tauchen nun zwischen die Matten und versuchen, gemeinsam die beiden Perlen zu finden. Wenn ein Taucher Angst bekommt - weil ihm die Luft ausgeht oder Haie angreifen - braucht er nur um Hilfe zu rufen. Die Gruppe hebt dann sofort die obere Matte hoch. Da Perlentauchen kein Wettspiel ist, gilt die Aufgabe erst dann als gelöst, wenn jeder der beiden Taucher mit einer Perle auftaucht.

24 Blinde Kuh mit festem Platz

Material: Kreide, Augenbinden
Gruppengröße: ab 8 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer verteilen sich gleichmäßig im Raum. Jeder Spieler malt nun mit Kreide einen Kreis um seinen rechten Fuß. Ein Teilnehmer bekommt die Augen verbunden und versucht nun innerhalb einer Minute möglichst viele Mitspieler anzutippen. Die Mitspieler dürfen ausweichen; der rechte Fuß muss dabei allerdings im Kreis stehen bleiben. Für jeden angetippten Teilnehmer und jeden Fuß, der aus dem Kreis entfernt wird, erhält die blinde Kuh einen Punkt. Der Spielleiter zählt die Punkte und passt auf, dass die blinde Kuh nicht irgendwo anstößt.

25 Hase und Jäger

Material: kein
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer befinden sich auf einem abgegrenzten Spielfeld. Ein Mitspieler hat zu Anfang die Rolle des Jägers, die anderen Mitspieler sind die Hasen.

Der Jäger hat die Aufgaben, einen Hasen durch Abschlagen zu fangen. Der gefangene Hase wird dadurch zum Jäger und der Jäger zum Hasen. Der Rollenwechsel geschieht ohne Spielunterbrechung. Die Hasen können sich vor dem Gefangen werden schützen, indem sie sich für maximal drei Sekunden zu zweit zusammenstellen. Stehen drei Hasen zusammen, dürfen die äußeren beiden Mitspieler vom Jäger abgeschlagen werden.

26 Schlange im Gras

Material: kein
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer sind Wanderer, die über eine Grasfläche laufen. Auf dem Spielfeld befindet sich eine Schlange (ein Teilnehmer, der auf dem Bauch liegt). Alle Mitspieler müssen die Schlange mit einem Finger berühren. Wenn der Spielleiter das Kommando "Schlange" ruft, dürfen die Wanderer innerhalb des kleinen Spielfeldes weglaufen. Für die Schlange bedeutet das Signal, dass sie jetzt zupacken darf. Sie versucht, auf dem Bauch krabbelnd, die Wanderer zu erwischen. Wer erwischt worden ist, wird auch zur Schlange und versucht, Wanderer zu berühren. Wer das Spielfeld verlässt, wird natürlich automatisch zur Schlange. Das Spiel ist zu Ende, wenn es keine Wanderer mehr gibt.

27 Tintenfisch

Material: kein
Gruppengröße: ab 6 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Der Ozean unseres Tintenfisches besteht aus einem Spielfeld mit einer Ziellinie an beiden Enden. Zu Beginn steht ein Mitspieler an einem Ende des Spielfeldes. Er ist der böse Tintenfisch. Die anderen Mitspieler sind die Fische, die am anderen Ende des Spielfeldes stehen. Wenn der Tintenfisch "Fische schwimmt!" ruft, versuchen die Fische die Ziellinie auf der anderen Seite des Spielfeldes zu erreichen, ohne vom Tintenfisch abgeschlagen zu werden. Wer abgeschlagen wird, erstarrt auf der Stelle und wird damit zu einem Fangarm des Tintenfisches. Bei den nächsten Durchgängen müssen die Fische nun auch noch auf die immer zahlreicher werdenden Fangarme achten. Das Spiel ist zu Ende, wenn es keine Fische mehr gibt.

28 Augen wiedererkennen

Material: Papier, Stifte
Gruppengröße: ab 6 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Je zwei Teilnehmer schreiben gegenseitig die Augenbeschreibung und den Namen des anderen auf einen Zettel. Der Name wird zugeklebt und die Zettel werden verteilt. Jetzt versucht man anhand des Zettels die Augen wiederzufinden.

29 Menschliche Kamera

Material: kein
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

In einem möglichst abwechslungsreichen Gelände oder Raum teilt sich die Gruppe in Paare auf. Die Paare einigen sich, wer zuerst Kamera und wer der Fotograf ist. Die Kamera wird nun von ihrem Fotografen mit geschlossenen Augen zum ersten interessanten Motiv geführt. Nach dem Ausrichten der Kamera drückt der Fotograf den Auslöser (z.B. leicht auf den Kopf tippen). Die Kamera öffnet die Augen für maximal eine Sekunde und nimmt damit das eingestellte Bild auf. Je weniger beim Fotografieren geredet wird, desto intensiver sind die Eindrücke. Nachdem einige Bilder aufgenommen wurden, öffnet die Kamera ihre Augen und beschreibt ihre Eindrücke. Danach wechseln die Rollen.

30 Körpersprache

Material: kein
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Der Teilnehmer soll sich bewusst ängstlich oder selbstsicher vor die Gruppe stellen. Was sagt die Körperhaltung über jemanden aus? Experimentiert damit herum.

31 Blindenparcour

Material: Seile, Augenbinden

Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 20 bis 40 Minuten

Beschreibung:

Die "Dschungelreise" ist ein Blindenparcours, den man an unterschiedlichen Orten aufbauen kann. Hierzu wird ein langes Seil durch ein möglichst abwechslungsreiches Gelände gespannt. Bei gutem Wetter könnte sich dazu z.B. ein Wald anbieten. Bei schlechtem Wetter kann auch ein größerer Raum zu einem interessanten Dschungel umgebaut werden. Die Spieler gehen, nachdem eine zum jeweiligen Thema passende Geschichte erzählt wurde, nacheinander mit verbundenen Augen am Seil entlang. Die Zeitabstände sollten dabei möglichst so groß sein, dass die Teilnehmer sich nicht begegnen. Je nach Zielsetzung kann der Spielleiter die Teilnehmer einzeln oder zu zweit durch den so aufgebauten Dschungel gehen lassen. An schwierigeren Stellen sollten Betreuer stehen, die aber nur notfalls helfend eingreifen. Ebenso sollte ein Betreuer am Ende des Parcours stehen, um die Dschungelreisenden dort zu empfangen.

32 Geschmacksparcour

Material: Klebeband, Töpfchen und verschiedene Lebensmittel
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 20 bis 60 Minuten

Beschreibung:

In einem Raum sind lange Streifen Kreppklebeband in einem rechteckigen Raster auf den Boden geklebt. Dadurch ergeben sich viele Kreuzungen. Auf den Kreuzungen stehen Töpfchen mit unterschiedlichen Lebensmitteln. Die Teilnehmer haben die Aufgabe, von einem bestimmten Punkt aus, einzeln und mit verbundenen Augen, den Weg aus dem so entstandenen Irrgarten zu finden. Dazu tasten sie sich vorsichtig am Klebeband entlang, bis sie an eine Kreuzung kommen. Hier gibt es dann verschiedene Möglichkeiten:

Der Teilnehmer findet ein Töpfchen mit Lebensmitteln. Er versucht durch Riechen und Schmecken herauszufinden, um welches Nahrungsmittel es sich handelt. Handelt es sich dabei um ein Lebensmittel in dessen Name der Buchstabe **L** vorkommt (z.B. SCHOKOLADE), muss er nach links abbiegen.

Kommt im Namen der Gefundenen Speise der Buchstabe **R** vor (z.B. ROSINE), muss der Teilnehmer nach rechts abbiegen.

Wenn beide Buchstaben vorkommen wird die Richtung durch den ersten der beiden Buchstaben festgelegt. So wird z.B. bei PERTERSILIE nach rechts abgelenkt, weil das **R** vor dem **L** steht.

Kommen weder **R** noch **L** im Namen des Lebensmittels vor (z.B. BANANE) oder steht kein Töpfchen an der Kreuzung, kriecht der Teilnehmer geradeaus weiter.

Am Ziel ist eine besondere Delikatesse deponiert, von der die Teilnehmer bereits wissen.

33 Blinde Raupe

Material: kein
Gruppengröße: ab 3 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Alle Teilnehmer fassen sich an den Schultern und schließen, bis auf die erste Person, die Augen. Der Kopf der Schlange beginnt langsam, die anderen durch die Gegend zu führen. Dabei kann der

Spielleiter entweder eine Strecke vorgeben oder dem führenden Teilnehmer die Wahl des Weges überlassen.

34 Goofy

Material: Augenbinden
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Alle Teilnehmer verteilen sich auf dem Spielfeld und bekommen die Augen verbunden. Danach wird einem Mitspieler vom Spielleiter die Rolle von Goofy zugewiesen. Nachdem das Startzeichen gegeben wurde, gehen alle Teilnehmer los und versuchen Goofy zu finden. Treffen sie auf einen anderen Mitspieler, dürfen sie nur die Frage stellen: "Bist du Goofy". Mitspieler, die nicht Goofy sind, antworten mit der selben Frage. Nur Goofy antwortet nicht. Wer Goofy gefunden hat, darf sich bei ihm einhaken und wird damit zu einem Teil von Goofy. Das Spiel ist beendet, wenn alle mit Goofy verbunden sind.

35 Wer fehlt?

Material: kein
Gruppengröße: ab 10 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Zwei Teilnehmer bekommen die Augen verbunden. Ein Teilnehmer der restlichen Gruppe verlässt den Raum bzw. das Spielfeld. Die Teilnehmer mit den verbundenen Augen sollen nun durch Tasten herausfinden, wer fehlt. Sie dürfen dabei miteinander reden, sich absprechen und so gegebenenfalls arbeitsteilig vorgehen.

36 Auto waschen

Material: kein
Gruppengröße: ab 7 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer knien sich paarweise in Gassenform hin, so dass sich immer zwei Personen, mit dem Gesicht zueinander gewandt, im Abstand von ca. einem Meter gegenüber sitzen. Auf diese Weise bilden sie eine "Autowaschanlage". Ein Teilnehmer kniet am Anfang der Waschstraße und beschreibt den Autotyp, den er darstellt und die Art und Weise, wie er gewaschen werden möchte. Dazu gibt es verschiedenen Möglichkeiten: Schonwaschgang, normale Hauptwäsche oder besonders harte Wäsche. Der Teilnehmer krabbelt nun durch die Waschanlage und bekommt nach seinen Wünschen, durch Streicheln, berühren oder stärkeres Rubbeln von den anderen Teilnehmern den Rücken "gewaschen". Am Ende der Waschstraße schließt sich der Teilnehmer an das Ende an und das nächste Auto fährt durch die Anlage.

37 Naturmemory

Material: kein
Gruppengröße: ab 4 bis 10 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Zwei Kleingruppen von je maximal fünf Personen markieren auf einer Wiese, in einem Wald oder notfalls in einem Raum eine beliebig große Fläche. Zum Abgrenzen dürfen sie in der Umgebung liegendes Material benutzen. Diese Fläche wird dann von der Gruppe mit sieben markanten Punkten versehen. Haben beide Gruppen ihr Feld vorbereitet und sich alle Details eingepägt, können die Felder getauscht werden. Die andere Gruppe verändert nun vier der sieben markanten Punkte. Nun dürfen die Gruppen nacheinander raten, welche Änderungen in ihrem Feld vorgenommen wurden.

38 Rollstuhl fahren

Material: Rollstühle
Gruppengröße: ab 2 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Jeweils zwei Teilnehmer finden sich zusammen und bekommen einen Rollstuhl. Innerhalb eines Gebäudes versuchen die Teilnehmer nun, zusammen mit einem Partner, verschiedene Hindernisse wie Türen und Treppen zu überwinden. Nachdem beide Partner diese Übung durchgeführt haben, soll der Rollstuhlfahrer in Begleitung seines Partners nun eine Aufgabe erfüllen. Diese Aufgabe könnte sein:

Versuche nach einer Einkaufsliste im Stadtteil einzukaufen.

Fahre mit öffentlichen Verkehrsmitteln an einen bestimmten Ort.

Leih dir ein Buch in der Bücherei aus.

Suche eine Telefonzelle im Stadtteil und rufe im Haus an.

Wichtige Regel ist hierbei, dass die Teilnehmer auf keinen Fall aus dem Rollstuhl aufstehen. Wenn die Partner ihre Rollen wechseln, sollten sie das unbedingt an einem unbeobachteten Ort tun.

39 Cowboy

Material: kein
Gruppengröße: ab 2 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 15 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer stehen sich in zwei Reihen, im Abstand von einem Meter gegenüber. Jeder hat so einen Partner. Partner A macht in der ersten Runde die Vorgabe. Partner B muss reagieren:

1. Variante
Partner A: zieht zwei fiktive Revolver - Partner B: nimmt die Hände hoch
2. Variante
Partner A: nimmt die Hände hoch - Partner B: zieht die Revolver
3. Variante
Partner A: gibt eine Kusshand - Partner B: gibt eine Kusshand zurück.

Die beiden Partner wechseln dabei ständig die Rollen. Wichtig ist, dass dieses Spiel möglichst schnell gespielt wird.

40 Richtungswechsel / Ballwechsel

Material:	Bälle
Gruppengröße:	ab 8 Personen
Durchführungszeit:	10 bis 15 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe steht im Kreis und setzt sich im Uhrzeigersinn in Bewegung. Die Teilnehmer gehen in eiligem Tempo. Je nach Größe der Gruppe und des Raumes halten die Teilnehmer kontinuierlich einen gleichen Abstand. Wenn die Gruppe ihren Rhythmus gefunden hat, gibt der Spl. die Anweisung >Richtungswechsel<. Die Teilnehmer laufen nun gegen den Uhrzeigersinn. Nach einigen Übungsversuchen, kommt ein Ball ins Spiel. Dieser Ball wird von Teilnehmer zu Teilnehmer geworfen oder weiter gereicht. Zunächst läuft der Ball mit der Gruppe. Auf das Zeichen „Ballwechsel“ wird der Ball gegen die Laufrichtung der Gruppe weitergereicht. Ständiger Wechsel der Anweisungen „Ballwechsel – Richtungswechsel“ und mehrere Bälle sorgen für reichlich Interferenzen und Konfusion in der Gruppe.

41 Die wilde Acht

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 15 Personen
Vorbereitungszeit:	keine
Durchführungszeit:	5 bis 15 Minuten

Beschreibung:

Zunächst läuft die Gruppe langsam und gleichmäßig im Kreis, dann schneller, bis zum höchsten Tempo.

Im zweiten Schritt laufen die Teilnehmer eine ununterbrochene Acht. Zunächst langsam, dann immer schneller. Im Kreuzungspunkt ist besondere Obacht nötig. Die Übung mit ruhigem Tempo ausklingen lassen.

42 Lizenz zur Neugierde

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 5 Personen
Durchführungszeit:	10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Stehe schweigend auf, wenn du...

Level 1: Allgemeine Fragen

- Eine Jeans an hast
- gerne Schokolade isst
- Geschwister hast
- Hobby hast
- Schon mal etwas gewonnen hast
- Verliebt ist

Level 2:

- Schon mal Schwarz gefahren bist
- Schon mal in der 30er Zone mehr als 30 km/h zu schnell gefahren ist

- Schon mal sich über Arbeitskollegen lustig gemacht hat
- Schon mal geklaut hat
- Schon mal angetrunken Auto gefahren bist
- Schon mal geschwänzt hat
- Wenn du schon mal etwas gebrochen hattest
- Wenn du schon mal illegale Drogen genommen hast
- Wenn du mit der Polizei etwas zu tun hatte

Level 3: intime Fragen

- Im Beruf schon mal geschlagen hast
- Wer schon mal einen Schüler ausgegrenzt hat
- Schon mal ein Mobbingopfer in der Klasse nicht geholfen hat
- Als Kind schon mal von einem Erwachsenen geschlagen wurde
- Wenn du eine Anzeige hattest
- Wenn jemand gestorben ist, der dir Nahe stand

43 „Spiel ohne Regeln“

Material: Bälle
Gruppengröße: ab 7 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Regel: „Es gibt keine Regel“

Jeder Teilnehmer bekommt einen Ball und die Anweisung, den Ball in die Mitte zu legen, sich wieder zu setzen und auf ein Zeichen des Trainers sich einen Ball zu schnappen. Wer keinen Ball hat scheidet aus.

Nach und nach werden Bälle aus dem Spiel genommen.

Highländerphilosophie: „Es kann nur einen geben“

Reflexion: Erinnerung wie das Spiel hieß, wie die Regel hieß....

An welche Regeln hat sich die Gruppe gehalten?

Erarbeiten von Notwendigkeit von Regeln.

Metaphern benutzen:

Fußballspiel ohne Regeln?

Trainer und Team

Akzeptanz von Regeln sind die Grundlage für ein friedfertiges Miteinander.

Der Sinn von Regeln muss jedem deutlich sein.

44 Hurrican

Material: kein
Gruppengröße: ab 10 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Stuhlkreis einer steht in der Mitte und stellt Fragen, nach welchen Kriterien TN die Plätze wechseln. Z.B. „Alle wechseln die Plätze die eine Jeans anhaben“ usw.

Falls einem keine Frage einfällt oder man möchte, dass alle TN die Plätze wechseln ruft man: „Hurrican“.

45 Heimlicher Chef

Material: kein
Gruppengröße: ab 7 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Teilnehmer sitzen im Kreis und schließen die Augen. Der Anleiter geht außen um den Kreis herum und bestimmt durch antippen einen „Gruppenchef“. Gruppe öffnet die Augen und versucht den Chef auszumachen.

46 Tor der Liebe

Material: kein
Gruppengröße: ab 7 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Teilnehmer stehen im Kreis mit dem Gesicht nach außen. Ein Teilnehmer ist draußen. Der Anleiter legt zwei nebeneinander stehende Personen fest die das Tor bilden. Die beiden bekommen den Auftrag die ganze Zeit den Satz zu denken „Ich liebe Dich“. Die anderen Teilnehmer bekommen den Auftrag zu denken „Ich hasse Dich“. Die Teilnehmer wird hereingeholt mit dem Auftrag den Durchgang zu finden. Dabei soll sie sich auf ihr Gefühl verlassen. Durchgelassen wird sie nur bei den beiden zuvor bestimmten Teilnehmern.

47 Gassenlauf

Material: kein
Gruppengröße: ab 2 Personen
Vorbereitungszeit: keine
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Zur Vorbereitung auf den Ernstfall dient die Übung „Gang durch die Gasse“. Der Seminarteilnehmer soll an zwei „gefährlichen“ Personen vorbeigehen, ohne die Situation eskalieren zu lassen. Aufgabe für den Durchlaufenden ist es, so lange wie möglich auf Gewalt zu verzichten.

Für diese Übung benötigt man einen Flur oder Gang, in dem zwei Trainer stehen, die auch „böse“ werden können. Diese beiden Personen sollten keine Angst vor körperlichen Kontakt haben, Spaß an Rollenspielen haben und sich bei dieser Übung von ihren Erfahrungen und Gefühlen leiten lassen. Zeigt der Durchlaufende Angst oder ist er hochnäsig, gibt es „Ärger“.

Die Übung erfolgt in verschiedenen Stufen:

Gefahrenstufe Weiß

Es besteht keine Gefahr. Der Teilnehmer kann locker an den beiden Personen vorbei gehen.

Gefahrenstufe Gelb

Die Situation ist unsicher und nicht ganz klar. Dem Teilnehmer kommen in der Gasse zwei Personen entgegen, die er nicht einschätzen kann. Sein Gefühl sagt ihm: „Mit denen ist nicht gut Kirschen essen!“ Vielleicht berühren diese Personen den Teilnehmer leicht mit der Schulter oder sprechen irgend etwas in seine Richtung. Meist hilft hier Ignorieren. Wenn diese beiden Personen Streit suchen, so wollen Sie erst einmal Kontakt zu Ihnen aufnehmen, d.h. Blick-, Sprech- oder

Körperkontakt. Kommt kein Kontakt zustande, so haben diese oft kein Interesse mehr und suchen sich jemanden anderes. Wichtig ist, dass die beiden nicht das Gefühl bekommen, dass der Teilnehmer Angst vor ihnen hat oder sich für etwas Besseres hält. Ein Abstoppen, eine verspannte Körperhaltung oder übertriebens Ausweichen weist auf Angst hin. Zu langes Angucken, sich Aufplustern oder Anrempeln weist auf Respektlosigkeit hin.

Gefahrenstufe Orange

Die Situation ist bedenklich und wird brenzlich. Die beiden Männer versperren den Weg, haben Kontakt zu dem Teilnehmer aufgenommen und versuchen ihn zu provozieren. Im Ernstfall würde der Teilnehmer häufig die Bierfahne riechen und wird immer weiter bedrängt oder sogar festgehalten. Zur Deeskalation hilft oft die neutrale Körperhaltung. Der Teilnehmer steht seitlich zum Gegenüber, bleibt ruhig und locker. Die Füße sind parallel, die Knie locker, der Stand ist hüftbreit und die Hüfte im Lot. Der Oberkörper ist gerade, die Arme hängen locker am Körper, die Hände sind offen und die Handflächen zeigen zum Körper. Der Hals und der Kopf sind gerade und der Teilnehmer hat ein entspanntes Gesicht, es zeigt weder Aggression noch Angst. Der Körpersprachtrainer Holger R. Schlafhost spricht von einer „entschiedenen Neutralität“, die der Teilnehmer sich verinnerlichen und wie ein Programm abrufen können sollte. Diese Neutralität in Geist und Körper führt meist dazu, dass Aggressoren vom Teilnehmer ablassen und weitergehen.

Gefahrenstufe Rot

Die Situation ist bedrohlich. Die beiden Männer werden immer aggressiver und steigern sich in die Eskalation hinein. Eine Schnapsflasche der beiden fällt zu Boden, alle Vorwarnzeichen einer Eskalation („Gewaltprädiktoren“) sind wahr-zunehmen und das Bauchgefühl schreit förmlich um Hilfe. Jetzt sollte der Teilnehmer schnellstmöglich das Muster der beiden unterbrechen. Einige Sekunden Gewinn können schon ausschlaggebend sein, dass er sich entfernen kann. Hierzu kann er plötzlich mit sich selbst reden, nach dem Bahnhof fragen, eine klare Grenze setzen, einen epileptischen Anfall nachstellen usw. Hier ist der Kreativität keine Grenze gesetzt.

Gefahrenstufe Schwarz

Die Situation ist gefährlich. Trotz aller Deeskalationsversuche lassen die beiden nicht vom Teilnehmer ab und wollen ihm an's „Leder“. Jetzt bleiben dem Teilnehmer nicht mehr viele Alternativen: schnell „Hilfe“ schreien, sich verprügeln lassen oder angreifen. Hier können Verteidigungstechniken überlebenswichtig sein.

Diese Übung zeigen im geschützten Rahmen die Möglichkeiten und die Grenzen der Deeskalation. Es bietet gute Möglichkeiten sich auszuprobieren und zu erkennen, welche Lösungsmöglichkeit zur eigenen Person passt. Einige können besser durch bewusste Gestik, andere durch Mimik oder durch Worte deeskalieren.

48 Riese – Zauberer – Elfe

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 6 Personen
Durchführungszeit:	10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Dieses Spiel ist eine für Gruppen aufbereitete Variante des bekannten Spieles Stein-Papier-Schere, für das man allerdings etwas Phantasie und Ausdruckskraft braucht. Die Mitspieler werden in zwei Gruppen geteilt, die sich in der Mitte des ungefähr basketballgroßen Spielfeldes treffen. Dort erklärt der Spielleiter möglichst phantasievoll die Spielregel.

Die Macht im Reich der Riesen, Zauberer und Elfen ist gleichmäßig verteilt: Riesen sind besonders stark und können die kleinen Elfen sehr leicht überwältigen. Elfen können aber dafür die Zauberer durch ihren Charme verwirren und besiegen. Die Zauberer verfügen über Zaubersprüche, mit denen

sie den ziemlich dummen Riesen überlegen sind.

Nun werden zusammen mit der Gruppe Gesten, Körperhaltungen und Geräusche ausgesucht und ausprobiert, die unseren Figuren entsprechen: Die Riesen könnten z.B. auf den Zehenspitzen stehend die Arme heben, dabei die Augen verdrehen und laut schreien. Zauberer könnten einen Buckel machen und einen fiktiven Zauberstab schwingen. Die Elfen könnten sich mit einer Hand an der Hüfte hinstellen und ihre Gegner durch Anlächeln verwirren.

Danach versammeln sich die Gruppen an den beiden Enden des Spielfeldes und einigen sich auf eine erste Rolle und eine Ersatzrolle. Sie kommen in der Mitte des Spielfeldes wieder zusammen und spielen auf ein Zeichen des Spielleiters gleichzeitig ihre erste Rolle. Haben beide Gruppen die gleiche Rolle gewählt, wird auf ein weiteres Zeichen des Spielleiters die Ersatzrolle gespielt.

Jetzt kommt Bewegung in das Spiel, denn die unterlegene Gruppe muss sich nun umdrehen und möglichst schnell ihr Ende des Spielfeldes erreichen. Die Gewinnergruppe läuft hinterher und versucht, möglichst viele Mitspieler vor Erreichen der Spielfeldgrenze zu fangen. Die gefangenen Teilnehmer müssen die Gruppe wechseln. Nach einer erneuten geheimen Beratung wird die zweite Runde des Spiels eröffnet. Das Spiel kann so lange weitergespielt werden, bis eine Gruppe komplett in der anderen aufgegangen ist.

49 Mörderspiel

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 10 Personen
Durchführungszeit:	10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Eine Person ist der "Mörder", wird von dem Spielleiter heimlich zum Mörder ernannt. Der Mörder blinzelt im Laufen seine 'Opfer' an. Die 'Opfer' fallen schreiend zu Boden. Sobald zwei Personen einer Mörderverdacht haben, melden sie diesen beim Spielleiter an. Auf ein Signal zeigen sie gleichzeitig auf den vermeintlichen 'Mörder'. Das Spiel ist zu Ende, wenn beide auf den wirklichen Mörder zeigen. In allen anderen Fällen, sinken die beiden Personen schreiend zu Boden.

50 Hospital

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 10 Personen
Durchführungszeit:	10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Ein Fänger „tickt“ Personen an. Personen lassen sich krank/verletzt zu Boden sinken und können mit Hilfe von 4 Sanitätern (erst wenn an beiden Armen und Beinen je 1 Person anfasst) ins Hospital (z.B. Matte) gebracht werden, wo der Kranke geheilt/erlöst wird. Auf dem Transportweg darf der Krankenwagen nicht angetickt werden.

51 Reise nach Jerusalem mal etwas anders

Material:	Stühle
Gruppengröße:	ab 6 Personen
Durchführungszeit:	10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Stühle werden wie bei der Reise nach Jerusalem in einer Reihe Rücken an Rücken aufgestellt. Die Jugendlichen gehen im Kreis um die Stuhlreihe. Bei Musikstopp springt jeder auf einen Stuhl. Dabei ist es egal, ob 1, 2 oder mehr Personen auf einem Stuhl stehen. Nach jeder Runde wird ein Stuhl weggenommen. Ziel des Spiels ist es, dass alle der Gruppe auf den übrigen Stühlen Platz finden und die Gruppe gemeinsam dieses Ziel erreicht. Das Spiel ist aus, sobald einer aus der Gruppe nicht mehr auf den übrigen Stühlen gehalten werden kann.

Sinn: nur gemeinsam ist das Ziel zu erreichen, durch Zusammenhalt, durch einander Festhalten

52 Gruppe und Außenseiter

Material: kein
Gruppengröße: ab 7 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Ziel: was erlebt und was fühlt ein Außenseiter

Es wird ein Kind aus der Gruppe ausgewählt, das über ein ausgeprägtes Selbstvertrauen verfügt. Dieses Kind übernimmt die Rolle des "Außenseiters".

Der Rest der Gruppe spielt: "Treffen, Begrüßen, Unterhalten". Alle Gruppenmitglieder laufen dabei durch den Raum, schütteln sich die Hände, begrüßen sich (auch Umarmen) und unterhalten sich. Das Außenseiterkind geht ebenfalls durch den Raum und versucht, mit den anderen in Kontakt zu kommen. Die Gruppenmitglieder wehren jeden Kontaktversuch ab und weichen dem Außenseiterkind aus.

Besondere Hinweise:

In der Gruppe sollte ein hohes Maß an Vertrautheit vorhanden sein. Die Außenseiterrolle kann einige Male gewechselt werden. Auf keinen Fall sollte dabei ein Kind gewählt werden, das in der Gruppe eine Randstellung oder andersartig schwierige Stellung einnimmt.

53 Vier Wände

Material: kein
Gruppengröße: 8 bis 40 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe bildet Vierergruppen. Jede Vierergruppe bekommt eine Nummer. Der Spielleiter ruft nun zwei Nummern auf. Diese beiden Gruppen haben nun die Aufgabe, möglichst schnell alle vier Wände zu berühren. Dabei ist es wichtig, dass die Gruppe einander festhält und alle die Wand berühren. Dieses Spiel macht besonders Spaß, wenn die Gruppe im Laufe des Spieles ihre Gruppenzusammenarbeit steigern kann.

54 Turmbau zu Babel

Material: Bleistift, 4 Bogen Papier, 10 Streifen Papier, verschiedene Kartons und Dosen, Wellpappe, Lineal, Tesafilm, Uhu, Filzstifte, Bindfaden, Farbstifte Packpapier, Klorollen
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Gewonnen hat der Turm, der am höchsten ist und stehen bleibt. Bei gleicher Höhe zählt die Schönheit.

Varianten:

(wenn nötig oder viele ältere Teilnehmer) Es darf nicht 1 Wort gesprochen werden. Pro Gruppe ist ein Schiedsrichter notwendig.

Zwei Gruppen bauen zusammen einen Turm. Kommunikation findet nur über je einen Kontaktmann statt. Die Gruppen sind voneinander getrennt.

55 Spinnennetz

Material: Netz aus Seilen oder Gummibändern

Gruppengröße: ab 6 Personen

Durchführungszeit: 20 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Das Spinnennetz ist mittlerweile ein Klassiker unter den Initiativspielen. Es bietet eine Vielzahl von Variationen und Auswertungsmöglichkeiten. Schließlich ist sein hoher Symbolgehalt sehr beliebt. Ein Spinnennetz ist leicht und billig herzustellen und praktisch überall mit hinzunehmen.

Die Gruppe muß versuchen durch verschiedene Öffnungen eines aus Seilen gespannten Netzes zu klettern, ohne diese zu berühren.

Regeln:

Die ganze Gruppe muß durch das Netz hindurch, ohne einen Faden zu berühren.

Jede Öffnung darf nurmal benutzt werden. (je nach Gruppengröße)

Berührt jemand den Faden, so müssen alle noch mal von vorne anfangen.

Jedes Loch im Netz entspricht einer neuen Fähigkeit (Produkt, etc.) im Team. Indem eine Person durch dieses Loch gereicht wird, ohne das Netz zu berühren, heißt, daß sie diese Fähigkeit bestens meistern kann. Jede Berührung mit dem Netz drückt ein Problem, einen Verlust oder gar Rückschritt (in alte ungewollte Gewohnheiten) aus.

Varianten:

Metaphern im Buch "Metaphors"

einen Eimer Wasser transportieren lassen

ohne sprechen

verschiedene Handikaps (Blind, Stumm, etc.)

die Gruppe muß in ständigem Kontakt miteinander stehen

Auswertung:

Oft wird bei dieser Initiative schnell vergessen, welchen Beitrag, welche Bedürfnisse der Einzelne hat. Alles wird ungefragt der Aufgabe untergeordnet.

Was ist wichtiger: Die Konzentration auf die Aufgabe, oder auf die Mitglieder / Partner?

Welche Gewohnheiten wollen wir hinter uns zurücklassen?

Welche neuen Fähigkeiten wollen wir erreichen?

Bemerkungen:

Es sollte stets auf beiden Seiten gesichert werden.

Über oder unter dem Netz passieren ist nicht erlaubt ebenso wenig wie Luftsprünge und Saltos durch das Netz.

56 Gruppenjonglage

Material: Diverse Wurfobjekte

Gruppengröße: ab 6 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe stellt oder setzt sich im Kreis. Mittlerweile hat sich eingebürgert, verschiedene Wurfobjekte anzubieten. Das Gummihuhn ist obligatorisch immer dabei!

Dies ist eine Weiterentwicklung von "TossaName", in der man sich einen Ball zuwirft und dabei den Namen des Fängers sagen muss.

Regeln:

Die Gruppe entwickelt ein Muster, (eine Reihenfolge) nach dem sie einen Ball oder ein Fun-Objekt wirft. Nacheinander können mehrere Objekte dazugegeben werden.

Varianten:

jede Person die wirft, nennt den Namen des nächsten Fängers und dieser bedankt sich namentlich

jede Person gibt beim Werfen ein Geräusch von sich

alle haben einen Ball gleichzeitig

zwei Bälle vorwärts, zwei rückwärts

einen "Gerüchteball" einwerfen: Der darf aus der Reihe kreuz und quer fliegen!

Wasserballons benutzen

offene Wasserflasche benutzen

ein rohes Ei benutzen

57 Farbklopfspiel

Material: 2 mal 4 Farbkarten (verschiedene Farben)

Gruppengröße: ab 8 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe wird in zwei Mannschaften geteilt. Die Mannschaften bekommen nun Zeit, sich für jede Farbe ein Klopfzeichen zu vereinbaren (z.B. in Nacken klopfen für Rot und linke Schulter für Gelb, usw.). Die Gruppen müssen sich nun in einer Reihe hintereinander hin sitzen. Vor den zwei Reihen, zwischen den Vordermännern liegen alle 4 Farben. Der Spielleiter zeigt nun dem hintersten Spieler eine Farbe. Diese wird durch Klopfzeichen an den Vordermann weitergegeben. Dieser nimmt die Karte auf und zeigt sie hoch. Die Mannschaft, die gewonnen hat darf eins Weiterrutschen (der Vordermann wird zum Hintermann usw.). Sieger des Spieles ist die Mannschaft, deren erster Vordermann zuerst wieder vorne sitzt.

58 Das Blatt wenden

Material: Baumarktfolie oder Decke

Gruppengröße: ab 6 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die ganze Gruppe stellt sich auf eine ausgebreitete Decke oder Folie.

Die Gruppe muß versuchen, die Decke/Folie zu wenden, ohne den Boden mit auch nur einem Haar zu berühren.

Fragen:

Was möchtet Ihr hinter Euch lassen?

Welche neuen Werte wollt Ihr eröffnen?

Auswertung:

Auf der einen Seite kann der IST-Zustand beschrieben werden, oder Befürchtungen. Auf der anderen Seite können die Wünsche (SOLL-Zustand) oder Stärken und Fähigkeiten stehen.

Metaphern:

»Ein neues Kapitel aufschlagen« »Die zwei Seiten einer Medaille« »Befürchtungen und Erwartungen« »Wir sitzen alle im gleichen Boot«

59 Corporate Identity

Material: kein
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Aufteilung der Gruppe in drei oder vier Teile

Jede Gruppe muss sich ein Geräusch mit einer Bewegung ausdenken (möglichst lustig). Die anderen dürfen davon nichts mitbekommen

die Gruppen kommen zusammen und stellen ihre Zeichen nacheinander vor. Dabei wiederholen die andern Gruppen jeweils das vorgestellte Zeichen.

die Gruppen gehen wieder auseinander und müssen sich eines der vorgestellten Zeichen aussuchen.

die Gruppen kommen wieder zusammen und stellen gleichzeitig AUF DREI ihre Wahl vor.

Ziel ist es, dass sich alle wortlos auf das gleiche Zeichen einigen!

Auswertung:

Wie sehr ist eine Konkurrenzsituation entstanden?

Ist eine Gewinner/Verlierer-Atmosphäre entstanden?

Wie wird "Gewinnen" definiert?

Wie schwer war es, das "eigene" Zeichen aufzugeben?

Wie wichtig ist es im Team, der Beste zu sein?

Welche Form von Anerkennung können/sollen sich Teammitglieder untereinander geben?

60 Blind Seilformen

Material: Seil und Augenbinden
Gruppengröße: ab 6 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe erhält nachdem alle Augen verbunden sind den Auftrag das Seil zu finden und in eine bestimmte Form (z.B. Quadrat/ Dreieck, Stern, ...) zu bringen.

Varianten:

Der Gruppe kann eine begrenzte Zeit für Planung zur Verfügung gestellt werden.

Alles kann auch schweigend gespielt werden

Die Gruppe muß selbst entscheiden, wann sie fertig ist und damit die Augenbinden abnehmen kann, um das Ergebnis zu überprüfen.

Auswertung:

Hat die Gruppe ihre Planungszeit effektiv genutzt?

Welche Schwierigkeiten sind während der Übung aufgetreten?

Wie effektiv wurde miteinander geredet?

Wie wurde die Entscheidung gefällt, dass die Gruppe jetzt fertig ist?

Wie wurde der Punkt Führung und Anleitung gehandhabt?

War der/die FührerIn anerkannt oder gar ernannt?

Bemerkungen:

Diese Übung kann frustrierend sein. Manche Menschen haben Schwierigkeiten mit ihrem räumlichen Verständnis. Die Formen sollten deshalb "einfach" bleiben.

61 Bilderpuzzle

Material: Umschläge mit vorbereiteten Puzzles

Gruppengröße: ab 4 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Jedes Team erhält in einem Umschlag ein zerschnittenes Foto oder Puzzle. Wer hat zuerst sein Bild wieder zusammengesetzt (oder aufgeklebt)?

62 Aufstand

Material: kein

Gruppengröße: ab 6 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Spieler teilen sich in zwei Gruppen und stellen sich in einer Reihe Rücken an Rücken gegeneinander auf. Jeder Spieler hackt sich nun mit seinem rechten und linken Mitspieler ein. Auf ein Kommando versucht nun die ganze Gruppe gemeinsam ohne Umfallen in die Hocke zu kommen. Das war noch der leicht Teil, denn nun wird der Aufstand geprobt. Auf Kommando stehen wieder alle hin.

Bemerkungen:

Das Spiel sollte auf einem gut griffigen Boden gespielt werden. Ebenso sollten die Paare, die gegeneinander aufstehen etwa gleich groß und stark sein.

63 Aufreihen

Material: kein

Gruppengröße: ab 5 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Beschreibung Die NASA sucht eine neue Crew für die nächste Mars Expedition. Mehrere Gruppen haben sich gemeldet und werden nun getestet. Aufgabe ist es, so schnell wie möglich im dunklen und luftleeren (= nonverbal) Raum sich nach Schuhgröße (etc.) zu ordnen, um schnell in den richtigen Raumanzug zu kommen.

Regeln:

Die Gruppe muss sich nach einer bestimmten Reihenfolge geordnet aufstellen:

alphabetisch nach Vornamen (ohne Worte)

nach Geburtsdatum (ohne Worte)

nach Körpergröße (mit verbundenen Augen)
nach Schuhgröße (stumm und mit verbundenen Augen)
nach einer Nummer, die jedem in die Handfläche getippt wurde

Auswertung:

Haben sich alle an die vereinbarten Regeln gehalten?

Wer hat welche Initiative gezeigt?

Wurden alle Vorschläge berücksichtigt?

Wie wurde nonverbal Entscheidungen getroffen?

Wurden alle einbezogen?

64 Alle machen was Heidi will

Material: Musik
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Ein Teilnehmer macht zu der Musik eine Bewegung, und alle aus der Gruppe machen diese Bewegung nach. Die Gruppe bewegt sich im Kreis. Nachdem der Teilnehmer seine Bewegung vorgemacht hat, zeigt er auf jemanden im Kreis, der die nächste Bewegung vormacht, die wiederum von allen nachgemacht wird usw. bis keiner mehr kann oder alle dran waren Variante: Alle stehen verteilt im Raum, der Spielleiter beginnt, bleibt dann stehen, wenn er nicht mehr weiter machen will und irgend jemand soll nun anfangen (ohne das eine große Pause entsteht). Dem der sich zuerst aus dem Stillstand der Gruppe herauslöst und eine neue Bewegung zur Musik beginnt, soll die Gruppe nun wieder die Bewegung nachmachen. Der Wechsel sollte möglichst fließend vor sich gehen. Das Spiel ist beendet, wenn die Musik zu Ende ist oder wenn der Spielleiter es absagt oder wenn die Gruppe nonverbal übereinstimmt, dass es jetzt genug ist. Variante: Alle stehen im Kreis. Die Gruppe soll versuchen, gleiche Bewegung zu machen, ohne dass eine Bestimmte Person sie vormacht. Diese Variante erfordert ein hohes Maß an Konzentration und Aufeinandergehen

65 Aufgaben erraten und ausführen

Material: kein
Gruppengröße: ab 6 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Alle Spieler sitzen auf Stühlen im Kreis, einer wird für kurze Zeit hinausgeschickt. Nun einigt man sich auf eine einfache Aufgabe, die der Einzelspieler erfüllen soll, z.B. Erika die Halskette abnehmen und sie Peter umhängen. Der hereingerufene Spieler wird darüber informiert, dass er eine Aufgabe erfüllen soll. Der Kreis der Spieler, der leise ein Lied summt, werde immer dann einmal laut summen, wenn er einen Teil der Aufgabe richtig erfüllt habe. Mit dieser Anweisung geht der Einzelspieler von einem zum anderen, um den Anfang seiner Aufgabe aufzuspüren. Wenn er bei Erika ist, wird das Summen plötzlich laut - er weiß nun: hier soll ich etwas tun. Das Summen ist wieder leise. Der Spieler probiert weiter: er berührt Erikas Schuhe, ihre Armbanduhr, ihre Brille, ihre Halskette - lautes Summen. Er nimmt ihr die Kette ab und probiert sie vielleicht bei sich selbst - das Summen bleibt leise, also weiter. Wenn der Spieler Peter gefunden und ihm die Kette umgehängt hat wird geklatscht. Die Aufgabe ist erfüllt. Nach einigen Durchgängen können die Aufgaben allmählich schwieriger werden, Den eigenen leeren Stuhl in die Kreismitte stellen und

sich selbst daraufsetzen, mit einem Kreisspieler den rechten Schuh tauschen, einen Schirm finden, aufspannen und mit ihm einen Kreisspieler zum Rundgang abholen

66 Aufstand zu zweit

Material: kein
Gruppengröße: ab 6 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Es werden Paare gebildet. Mit den Po's dann aneinander hinstellen, Arme und Kopf hängen locker vornüber. Langsam Wirbel für Wirbel hochkommen, wenn beide aneinanderstehen ohne die Arme zu verschränken hinsetzen. So wieder zu zweit aufstehen. Dann Arme miteinander verschränken und wieder setzen und aufstehen. Dann den Partner auf den Rücken nehmen, ein wenig lockern so dass jeder Wirbel spürbar ist. Dieses wiederholt man bis eine gute Lockerung erreicht ist.

67 Funken

Material: ein leichter Stab (z. B. Gardinenstange, Zollstock)
Gruppengröße: ab 8 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Die Teilnehmer sitzen im Kreis. Jeder Teilnehmer erhält eine Nummer vom Spielleiter zugeteilt. Ein Spieler (Hauptfunker) beginnt zu funken, indem er die beiden Daumen mit der Spitze an die Schläfe drückt und mit beiden Händen winkt. Sein rechter Nachbar winkt mit der linken Hand, sein linker Nachbar mit der rechten Hand. Der Hauptfunker funkt zu einem anderen Spieler und nennt dessen Nummer. Dieser und seine beiden Nebenfunker müssen sogleich reagieren und in derselben Weise weiterfunken. Zu Beginn ist ein wenig hin und her, mit der Zeit ist man aber eingespielt und kann ohne Probleme "funken".

68 Impuls weitergeben

Material: kein
Gruppengröße: ab 8 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 15 Minuten

Beschreibung:

Alle stehen im Kreis und fassen sich an den Händen. Spielleiter sendet per Händedruck einen Impuls los, der durch alle Hände fließt, bis er wieder am Anfang ankommt. Danach wird versucht ein schnellerer Impuls loszuschicken. Es kann auch versucht werden zwei Impulse nacheinander zu schicken, die sich gegenseitig jagen sollen.

69 Marionette

Material: kein
Gruppengröße: ab 2 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Ein Spieler ist eine Marionette. Er liegt flach auf dem Boden. Ein anderer ist der Marionettenspieler, er kann aus jedem Punkt des Marionettenkörpers einen Faden herausziehen und die Puppe damit bewegen. Nach einigen Minuten wechseln die Rollen. Es bietet sich an, dass der Puppenspieler auf einem Stuhl steht.

70 Mühle

Material: Stühle, Hocker oder andere Platzmarkierungen
Gruppengröße: 6 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 25 Minuten

Beschreibung:

Hocker oder Stühle werden in drei Reihen gestellt. Es werden 2 Mannschaften mit je 3 Teilnehmern gebildet, die abwechselnd die Stühle besetzen. Es darf nicht gesprochen werden, jede Verständigung muss unterbleiben. Die Parteien versuchen, eine Mühle zu bekommen (drei einer Mannschaft in einer Reihe, auch diagonal). Sie wird angezeigt durch Handheben oder Aufstehen.

71 Nachschub von Material

Material: Gymnastikreifen
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 15 Minuten

Beschreibung:

Die TeilnehmerInnen nehmen sich an der Hand. Nun versucht die Gruppe so schnell wie möglich einen Gymnastikreifen von vorne bis hinten durchlaufen zu lassen. Der erste steigt mit den Füßen hinein und schiebt den Reifen über Körper und Kopf, so dass der Reifen zum Nachbarn fällt.

72 Nashorn, Elefant und Ente

Material: kein
Gruppengröße: ab 7 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Vor dem eigentlichen Spielbeginn wird erklärt, wie jeweils drei nebeneinandersitzende Spieler Nashorn Elefant und Ente darstellen können: Für das Nashorn macht der mittlere Spieler mit beiden Händen vor der eigenen eine lange Nase. Seine beiden Nachbarn formen mit Daumen und Zeigefinger rechts und links an seinem Kopf die kleinen Nashornohren. Für den Elefanten formt der mittlere Spieler den Rüssel, indem er eine Hand an die Nase führt und den anderen Arm durch den so entstehenden Kreis hindurchsteckt. Sein rechter und linker Nachbar bilden mit beiden Armen seine großen Elefantenohren. Für die Ente klafft der mittlere Spieler vor seinem Mund beide Hände als Entenschnabel auf und zu. Seine beiden Nachbarn wackeln im Stehen wie die Enten mit dem Po. Nun kann das Spiel beginnen. Alle Spieler sitzen im Kreis. Einer wird Spielleiter und geht in die Kreismitte. Er zeigt auf einen der Sitzenden und sagt dazu z.B. "Elefant". Der angesprochene Spieler muss nun - gemeinsam mit seinen Nachbarn recht und links - wie besprochen einen Elefanten darstellen. Möglichst schnell nacheinander fordert der Spielleiter nun weitere Spieler auf, Elefant, Nashorn und Ente zu sein. Je schneller die Ansagen aufeinander folgen, desto mehr Aufmerksamkeit müssen die Mitspieler aufbringen, um ihren Einsatz nicht zu verpassen und nicht

etwa das falsche Tier darzustellen. Wer einen Fehler gemacht hat, bleibt mit verschränkten Armen im Kreis sitzen, darf aber nicht mehr mitmachen.

73 Rallye - Gruppenweise vorbereitete Rallye

Material: kein
Gruppengröße: ab 6 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Jede Gruppe entwickelt für ihre Partnergruppe eine Orientierungsrallye (Weg- Verschlüsselung und Aufgaben für bestimmte Stellen / zu einem bestimmten Thema und Sonderaufgaben für den ganzen Weg). Die Unterlagen (Wegbeschreibung und Aufgaben) werden ausgetauscht und die Rallye beginnt. Dabei ist es besonders einfach, wenn diejenige Person, die die Aufgaben notiert hat, am nächsten Tag mit der anderen Gruppe mitgeht. Dann können die Aufgaben noch spontan dem Verständnis der Gruppe angepasst werden. Ein gemeinsamer Zielort mit gemeinsamer Abschlußfete, wenn alle eingetroffen sind, ist besonders schön. Sag, was mimen wir Einer oder mehrere Spieler werden hinausgeschickt. Die übrigen einigen sich auf ein zusammengesetztes Hauptwort, von dem jeder Teil für sich mimisch dargestellt werden kann, wie zum Beispiel "Blindschleiche", "Hühnerleiter", u.ä. Die eine Hälfte der Gruppe mimt nun den ersten, die andere den zweiten Teil des Wortes, und die Spieler, die draußen waren, müssen das Ganze erraten. Selbstverständlich können auch Wörter mit mehr als zwei Bestandteilen genommen werden. Schattenlaufen 5 Minuten lang ist der Spieler B der Schatten von Spieler A: er läuft genau hinter ihm her und macht alle Bewegungen möglichst präzise nach. Nach 5 Minuten Rollenwechsel.

Alternativ zu diesem Spiel: Spiegelpantomime. Der Spieler (Paare) stehen sich im Abstand von ca. 1 m gegenüber. A macht Bewegungen, die B genau spiegelbildlich nachmachen soll. Alles ohne Worte. Nach 5 Minuten Rollenwechsel. Es kann mit ganz alltäglichen Bewegungen z.B. aufstehen, Zähne putzen usw. begonnen werden. Den Einfällen sind keine Grenzen gesetzt.

74 Sitzkreis

Material: kein
Gruppengröße: ab 8 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Alle stellen sich im Kreis auf - Schulter an Schulter und drehen sich auf Kommando in eine Richtung. Danach gehen sie noch ein Stück weiter in die Mitte bis alle sehr eng beieinander stehen. Auf das nächste Kommando setzen sich alle langsam auf den Schoß der hinteren Person, so dass alle im Kreis sitzen.

Variante: Wenn der Kreis stabil sitzt, kann versucht werden langsam zu gehen.

75 Sprachlose Geburtstagsreihe

Material: kein
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Der Spielleiter gibt folgende Anweisung: "Versucht bitte, euch nach dem Tag und dem Monat eures Geburtstages aufzustellen. Ihr dürft nicht miteinander sprechen, aber ihr dürft euch Zeichen geben, soviel ihr wollt, z.B. mit dem Kopf nicken, den Kopf schütteln, Zahlen mit den Fingern zeigen usw." Die fertige Reihe wird zum Schluß auf ihre Richtigkeit überprüft, indem jeder laut sein Geburtsdatum nennt. Das Spiel kann dadurch erschwert werden, dass auch noch das Geburtsjahr als Ordnungsgesichtspunkt hinzugenommen wird. Auch kann das Zeigen wegfallen, so dass nur nicken erlaubt ist

76 Sprungfeder

Material: kein
Gruppengröße: ab 2 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Personen stellen sich gegenüber auf, ca. 2 Armlängen entfernt - sie lehnen sich nach vorne und halten sich an den Händen und versuchen sich gemeinsam in den geraden Stand zu bringen. Danach entfernen sie sich noch ein Stück weiter voneinander.

77 Stäbchenspiel

Material: ein leichter Stab (z. B. Gardinenstange, Zollstock)
Gruppengröße: 4 bis 14 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Je zwei etwa gleich große Spieler bilden ein Paar. Jedes Paar bekommt ein Stäbchen zugeteilt, z.B. einen Bleistift. Diese Stäbchen müssen die Spieler zwischen den Fingerspitzen oder Handflächen durch leichten Gegendruck halten. Ein Spielleiter stellt dann Aufgaben, die die Partner gemeinsam, immer mit dem Stäbchen zwischen sich, lösen müssen, z.B. über einen Papierkorb steigen, sich im Kreis drehen und hinsetzen usw. Wer das Stäbchen verliert, muß sich hinsetzen. Das Paar das übrigbleibt hat dann das meiste Fingerspitzengefühl. Der Spielleiter sollte mit leichteren Aufgaben beginnen und dann leicht steigern

78 Streichholznest

Material: Streichholzschachteln mit Streichhölzern
Gruppengröße: ab 2 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Die Kooperationsaufgabe für jede Gruppe ist eigentlich ganz einfach: Abwechselnd soll jeder in der Gruppe ein Streichholz auf den Flaschenhals drauflegen, so dass ein richtiges "Storchennest" entsteht.

Man darf in der Gruppe nicht miteinander sprechen, soll sich aber untereinander helfen, z.B. durch Zeigen auf eine Stelle, wo noch ein Holz hingelegt werden kann. Fallen welche herunter, so müssen diese anschließend wieder draufgelegt werden. Schafft jede Gruppe alle Hölzer?

Variante:

Ohne Sprechen soll aus den Hölzern der fünf Streichholzschachteln ein Bild gelegt werden.

79 Teamwork-Story

Material: Papier und Stifte
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 20 bis 40 Minuten

Beschreibung:

Jeder Mitspieler schreibt auf sein Blatt in drei bis fünf Zeilen den Anfang einer Geschichte. Die Bögen werden so zusammengefaltet, dass nur die letzte Zeile zu lesen ist. Es wird an den Nachbarn weitergegeben. Nach diesem Schema wandern die Zettel durch die ganze Spielrunde. Ein Thema kann vorher festgelegt werden: z.B. "Wir erben ein Schloß" oder "Ist Fahrerflucht für Flugzeugentführer strafbar". Die Ergebnisse werden dann anschließend vorgelesen.

80 Wer ist der Dirigent?

Material: kein
Gruppengröße: ab 9 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 25 Minuten

Beschreibung:

Die Spieler sitzen auf Stühlen im Kreis. Einer wird gebeten, kurz vor die Tür zu gehen. Während er draußen ist, bestimmt die Gruppe einen Mitspieler zum "Dirigenten", der von seinem Platz aus pantomimisch bestimmte Instrumente spielt, z.B. Klavier, Cello, Gitarre, Geige, usw. Die restliche Gruppe macht diese Bewegungen nach. Der hinausgeschickte Spieler wird in die Orchesterprobe hereingerufen, wenn die erste Instrumentenbewegung im Gange ist. Der Spielleiter erklärt ihm, dass er den Dirigenten herausfinden muss. Dazu muss er alle Mitspieler genau beobachten, um festzustellen, von wem der jeweilige Wechsel der gespielten Instrumente ausgeht. Hat er den Dirigenten erkannt, geht dieser als nächster vor die Tür, und ein neuer Dirigent wird bestimmt. Statt Musikinstrumente zu spielen, können auch andere Bewegungen vor- und nachgemacht werden, z.B. in die Hände klatschen, mit den Füßen stampfen, die Arme drehen, sich den Bauch reiben, usw. Auch hierbei muss wieder erraten werden, welcher Spieler jeweils die Kommandos für die neue Bewegung gibt."

81 Kleiderkette

Material: Kleidung am Leib
Gruppengröße: ab 10 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Es geht ganz einfach darum, mit den Klamotten, die man gerade trägt, eine möglichst lange Kleiderkette zu fertigen. Wie lang selbige wird, hängt natürlich sehr von dem Engagement der einzelnen Teilnehmer und von der Geschichte ab, in die Ihr dieses Spiel einbettet. Denkbar wäre, daß Ihr eine bestimmte Strecke vorgebt, die überwunden werden muß. Vielleicht steht am Zielpunkt ja ein Mitarbeiter, der innerhalb einer gewissen Zeit dringend 'Strom' benötigt, oder es gilt, jemanden aus einem reißenden Fluß zu retten...

Erfahrungen:

Es sind nur Kleider erlaubt, die von den Gruppenmitgliedern am Körper getragen werden. Wenn Eure Geschichte gut oder die von Euch ausgestrahlte Motivation groß genug ist, kann das

Engagement der Teilnehmer teilweise sehr skurile Formen annehmen (also beim BH sollte spätestens Schluß sein, auch wenn Ihr als Gruppenleiter männlich seid).

82 Blinde Geometrie

Material: viel Platz, geht fast nur im Freien, einen weichen Untergrund, einen Zeltboden oder eine große Plane (ca. 4x4m), acht Holzplatten, Länge ca. 1-1,2m, gehobelt(!), eine Augenbinde

Gruppengröße: ab 4 Personen

Durchführungszeit: 5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Der Zeltboden wird auf einem weichen Untergrund ausgebreitet. Einer aus der Teilnehmergruppe bekommt die Augen verbunden. Schwerer wird es zudem, wenn der Akteur durch Drehen und Herumführen desorientiert ist. Jetzt werft ihr die Holzplatten wild verteilt auf den Zeltboden. Der Teilnehmer, dessen Augen verbunden sind, bekommt nun die Aufgabe, aus den acht Holzplatten ein Quadrat zu legen. Jede Seite des Quadrates soll dabei aus zwei Holzplatten bestehen, die nicht übereinandergelegt werden dürfen. Das Quadrat muss sich vollständig auf dem Zeltboden befinden. Die anderen Teilnehmer sollen dem armen Würstchen in der Mitte helfen. Das geht am besten, wenn sich die Gruppe rund um den Zeltboden herum verteilt. Keiner außer dem 'Blinden' darf jedoch den Zeltboden betreten!

Erfahrungen:

Die Schwierigkeit des Spiels steigt mit dem Anspruch, den man als Leiter an die Figur 'Quadrat' stellt. Am schwersten ist es meiner Erfahrung nach, alle Ecken geschlossen hinzubekommen. Bei nicht so überaus motorisch bewanderten Gruppen kann man auch auf andere Figuren ausweichen, z.B. auf ein regelmäßiges (gleichseitiges) Dreieck mit sechs Holzplatten oder ganz einfach: Ein Quadrat mit vier Holzplatten. Schön ist es, wenn es während des Spiels möglichst ruhig zugeht. Ach ja: Die Gruppe für sich selbst herausfinden, wie sie am besten zu einem annehmbaren Ergebnis kommt.

83 Eine Ente, zwei Beine...

Material: kein

Gruppengröße: ab 9 Personen

Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Ihr bildet einen Stuhlkreis (oder setzt Euch im Kreis auf den Rasen). Es geht nun darum, möglichst viele Enten sicher ins Wasser zu befördern. Wie soll das nun gehen? Es wird folgender Text gesprochen:

1. Spieler: 'Eine Ente'
2. Spieler: 'Zwei Beine'
3. Spieler: 'Springt ins Wasser'
4. Spieler: 'Platsch'
5. Spieler: 'Zwei Enten'
6. Spieler: 'Vier Beine'
7. Spieler: 'Springen ins Wasser'
8. Spieler: 'Platsch'
9. Spieler: 'Platsch'

usw.

Es ist jeweils die doppelte Anzahl Beine (jede Ente hat ja zwei) und es gibt bei mehreren Enten auch mehrere 'Platsche'. Das Spiel wird solange gespielt, bis jemand einen Fehler macht und muss dann von vorne begonnen werden.

84 Das Erbe des Pythagoras

Material: Seil, Augenbinden
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 45 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe hebt mit verbundenen Augen (oder mit geschlossenen) das Seil auf. Jeder hat dabei eine Hand am Seil. Ihr als Gruppenleiter gebt eine beliebige 2-dimensionale geometrische Figur vor (rechtwinkliges Dreieck, Kreis, Ellipse, Quadrat, Rechteck, Trapez...), die nun von der Gruppe mit dem Seil gebildet werden muß. Die Gruppenmitglieder dürfen sich untereinander absprechen und bestimmen selbst den Zeitpunkt, an dem sie meinen, das vorgegebene Ziel erreicht zu haben. Auch die Vorgabe eines Zeitlimits ist hierbei denkbar.

85 Die Grube und das Pendel

Material: kein
Gruppengröße: ab 5 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Ihr bildet einen engen Kreis, der einen Durchmesser von ca. 3-4m (das ist wenig!) nicht unterschreiten sollte. Ein Freiwilliger begibt sich in die Mitte. Er schließt die Augen, lässt sich mit völlig angespannten Körper fallen und die Gruppe aus dem Kreis fängt ihn auf. Unser Freiwilliger kann vorher bestimmen, bei welchem Neigungswinkel er aufgefangen werden möchte. Diese Verabredung ist für die Gruppe bindend, es sei denn, man trifft eine neue Absprache. Das Auffangen sollte immer durch mindestens zwei Personen erfolgen. Es ist darauf zu achten, dass die Kräfte im Kreis gut verteilt sind.

Man kann die Person aus der Mitte entweder aufrichten, damit sie sich dann neu fallenlassen kann oder man 'stößt' selbige mit der angemessenen Vorsicht in eine neue Richtung.

86 Das Fliesenlegerspiel

Material: dickes Papier
Gruppengröße: ab 8 Personen
Vorbereitungszeit: wenige Minuten
Durchführungszeit: 5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Es gilt als Gruppe eine vorher vereinbarte Distanz (15-20m) zu überwinden. Dabei sind Start und Ziel durch jeweils eine Linie markiert. Folgende Regeln gelten hierbei:

1. Kein Körperteil darf direkten Bodenkontakt haben
2. Jeder muss immer in Körperkontakt zu seinem Blatt bleiben
3. Das Blatt Papier darf nicht beschädigt werden
4. Macht einer aus der Gruppe einen Fehler, muss die gesamte Gruppe zurück an den Start und

von vorn beginnen

Es ist natürlich erlaubt, das Blatt Papier auf den Boden zu legen und den Fuß dann darauf zu stellen. Allerdings muss laut den Regeln die Hand solange am Blatt bleiben, bis der Fuß es berührt. Das Spiel ist gelöst, wenn alle aus der Gruppe das Ziel unter Einhaltung aller Regeln erreicht haben.

87 Farb-Klopf-Spiel

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 6 Personen
Durchführungszeit:	5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe wird in zwei Mannschaften geteilt. Die Mannschaften bekommen nun Zeit, sich für jede Farbe ein Klopfzeichen zu vereinbaren (z.B. in Nacken klopfen für Rot und linke Schulter für Gelb, usw.). Die Gruppen müssen sich nun in einer Reihe hintereinander hin sitzen. Vor den zwei Reihen, zwischen den Vordermännern liegen alle 4 Farben. Der Spielleiter zeigt nun dem hintersten Spieler eine Farbe. Diese wird durch Klopfzeichen an den Vordermann weitergegeben. Dieser nimmt die Karte auf und zeigt sie hoch. Die Mannschaft, die gewonnen hat darf eins Weiterrutschen (der Vordermann wird zum Hintermann usw.). Sieger des Spieles ist die Mannschaft, deren erster Vordermann zuerst wieder vorne sitzt.

Varianten:

Zahlen klopfen

Bilder, Namen, ... klopfen

88 Schätzen und verschätzen

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 6 Personen
Durchführungszeit:	20 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Zu diesem Spiel teilen sich die Mitspielerinnen zunächst in kleine Gruppen von 2 – 5 Personen auf. Das räumliche Arrangement sollte so sein, dass die Untergruppen sich ungestört unterhalten können, andererseits in optischem und akustischem Kontakt zueinander bleiben, da im weiteren Verlauf ein häufiger Wechsel von Klein- und Gesamtgruppenaustausch stattfindet. Die Spielleiterin gibt nun nacheinander verschiedene Fragestellungen ein, die sich alle auf wissenswerte und quantifizierbare Informationen über die Spielerinnen selbst beziehen. Die Untergruppen nehmen dazu jeweils eine Schätzung vor und halten diese schriftlich fest. Die Fragen beziehen sich auf die Teilnehmerinnen aller - also immer auch der eigenen - Untergruppen.

Anschließend werden alle Schätzungen bekannt gegeben und das "richtige" , Ergebnis wird ermittelt, indem die persönlichen „Werte“ nacheinander genannt und addiert werden.

Mögliche Fragen:

- Wie alt ist die Gruppe?

- Wie viele Geschwister / Haustiere / Kinder...?

- ...

Kommentar: Dies ist ein schönes Spiel, um der anfänglichen Neugier aufeinander Raum zu geben. Deshalb sollte die Spielleiterin am besten auch selbst mitspielen. Viel hängt natürlich davon ab, inwieweit es gelingt, passende Fragen für die jeweilige Gruppe zu finden.

89 Communio: Gemeinschaft

Material:	Augenbinden, evtl. Zahlkarten
Gruppengröße:	ab 10 Personen
Durchführungszeit:	10 bis 30 Minuten

Beschreibung:

Alle Spieler stellen sich im Raum an versch. beliebigen Stellen auf (dabei genügend Abstand halten). Allen Mitspielern werden die Augen verbunden. Spielleiter/in geht von Spieler zu Spieler und teilt ihm/ihr leise eine Zahl mit (zwischen 1 und der Anzahl der Spieler/erhöhter Schwierigkeitsgrad: eine Zahl wird doppelt genannt). Statt des Zuflüsterns kann man den Spielern die Zahl auch zuvor durch vorbereitete Kärtchen zeigen. Aufgabe der Gruppe ist es nun, sich in einer Reihenfolge aufzustellen, so dass die kleinste Zahl vorne und die größte Zahl hinten steht. Spieler dürfen jedoch nicht miteinander sprechen. Wenn die Gruppe glaubt, das Problem gelöst zu haben, öffnen alle die Augen. Relig. Impulse zum Spiel (Impuls kann mit Klangschale eingeleitet werden)

1.) Wenn alle alleine mit verbundenen Augen da stehen, wird folgender Impuls gesprochen:
Jetzt bist du noch ganz allein, kein Mensch ist zu spüren, keine Berührung. Um dich herum ist es ganz dunkel. Du hast keine Orientierung, weißt nicht wo du dich befindest, hilflos,

Gibt es vielleicht Momente in deinem Leben wo es dir ähnlich ging?

Spüre einfach jetzt einmal kurz diesem Gefühl nach?

- Pause (Musik einschalten)

Aufbruch, bewege dich, habe Mut und mach dich auf den Weg. Vertraue darauf, dass trotz dem „nicht wissen wo ich bin“ jemand da ist der dich führt und begleitet. Wage den ersten Schritt!

2.) Spieler machen sich auf den Weg, ihren Platz zu suchen.

Nach einer gewissen Zeit folgt der 2. Impuls (evtl. mit Klangschale): Wie geht es Dir jetzt?

Hast du einen Platz gefunden oder bist du immer noch auf der Suche? Vertraust du noch und bist mutig, deinen Platz zu finden?

3.) Wenn alle richtig stehen (Klangschale):

Du hast es geschafft! Wie ist es, die Gemeinschaft der anderen zu spüren, zu wissen ich bin nicht alleine – ich habe meinen Platz. Wie geht es dir jetzt, nachdem du dein Ziel erreicht hast?! Du hast deinen Platz in deinem Leben, in einer Gemeinschaft, mache dich auf den Weg und breche immer wieder neu auf - du bist nicht allein.

4.) Evtl. (je nach Gruppe) Gebet vorlesen/sprechen

90 Duell der Augen

Material:	kein
Gruppengröße:	ab 7 Personen
Durchführungszeit:	5 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Ziel ist es, möglichst lange nicht in ein direktes Duell zu geraten! Die Gruppe stellt sich zunächst in einem relativ engen Kreis auf. In festgelegter Reihenfolge z.B. von links nach rechts geben die SpielerInnen nun nacheinander immer zwei Kommandos:

„SCHAUBODEN“ bedeutet, dass alle Mitspieler vor sich auf den Boden schauen. Gleichzeitig tritt vollständige Ruhe ein und alle überlegen für sich, welchen Mitspieler sie als nächstes anschauen wollen. Kurz darauf erfolgt nämlich das Kommando „HOCHSCHAU“, was bedeutet, dass alle Köpfe gleichzeitig gehoben und die Augen unmittelbar auf die vorher ausgewählten Personen

gerichtet werden. Sehen sich nun zwei Personen direkt in die Augen, so haben beide Pech gehabt und scheiden für den Rest des Spieles aus. Der Kreis wird verkleinert und die anderen Spieler setzen das Spiel so lange fort, bis ein Sieger übrig bleibt bzw. die beiden letzten Spieler unweigerlich ein Duell austragen.

91 Partnerruf

Material: Augenbinden
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 25 Minuten

Beschreibung:

Jeder sucht sich einen Partner. Jedes Spielpaar vereinbart nun ein zweiteiliges Kennwort, z.B. Weihnachtsstern, Osternacht, usw.. Die Partner ordnen sich dann jeweils einem Wortteil zu z.B. A = Weihnacht und B = Stern. Jedes Paar gibt daraufhin sein Kennwort den anderen Spielpaaren bekannt. Kein Wortteil darf mehr als einmal vorkommen.

Die in einer Reihe stehenden Spieler gehen dann an gegenüberliegende Spielfeldränder, verändern ihre Reihenfolge und legen die Augenbinden an. Um anschl. Verletzungen zu vermeiden, strecken sie ihre Hände nach vorne. Durch zurufen der Kennwortteile (keine Lautstärkebegrenzung) versucht jede/r nun zu einem Partner zu finden. Paare, die sich getroffen haben, können die Augenbinden abnehmen und den anderen zuschauen oder ein Kennenlerngespräch mit dem Spielpartner führen.

Variante:

Das zweiteilige Kennwort soll einen persönlichen religiösen Bezug haben so dass anschl. Ein inhaltliches Gespräch stattfinden kann.

92 Der Transportring

Material: Ein Ring von 4-5 cm Umfang, verbunden mit 8-18 Schnüren, von 1,50 m bis 2,00 m Länge, Tennisbälle, 2 Eimer
Gruppengröße: ab 4 Personen
Durchführungszeit: 10 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Mittels einer vorbereiteten Apparatur aus einem Ring und daran befestigten Schnüren sollen Tennisbälle über eine 10-15 m lange Strecke hinweg von einem Eimer in einen anderen transportiert werden. Zu beachten ist dabei:

- die Tennisbälle und der Ring dürfen einzig in dem ersten Eimer berührt werden, um einen Ball auf den Ring aufzulegen.
- die Schnüre dürfen nur am Ende und immer nur mit einer Hand festgehalten werden. Jeder TN kann nur eine Schnur halten.
- Bälle, die unterwegs vom Ring fallen, sind verloren.
- die Gruppe hat 10 Min. zur Verfügung. Zusätzlich kann sie sich bei Bedarf 5 Auszeiten von jeweils 2 Min. nehmen.

Religiöse Ergänzung:

Zu Beginn oder während des Spiels wird folgender Impuls gesprochen: Wertvoll, was ist für mich wertvoll, was hat einen Wert? Wo gilt es mit anderen Werte aufzubauen und zu schützen? Wo ist es wichtig ein Netzwerk aufzubauen? Was ist mir heilig und wichtig und wo möchte ich mich mit anderen verbinden, weil ich es alleine nicht schaffe? oder alternativ bzw. als Fortsetzung:

Wir bauen ein Friedensnetz, tragen miteinander den Frieden. Impuls dazu das Lied „Jeder knüpft am eigenen Netz“. Im Anschluss kann eine inhaltliche Diskussion stattfinden.

93 Count down

Material: kein
Gruppengröße: ab 8 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 15 Minuten

Beschreibung:

Die Aufgabe bei diesem Spiel erscheint denkbar einfach: Beginnend mit der Zahl, die der Gruppengröße entspricht, soll schrittweise bis auf Null herunter gezählt werden. Bedingungen sind lediglich:

- Alle Mitspielerinnen müssen mit einer Zahl an diesem Count-down beteiligt sein.
- Es darf keinerlei Verständigung (mit oder ohne Worte) über die Reihenfolge stattfinden.
- Sobald zwei Spielerinnen gleichzeitig mit einer Zahl ansetzen, muss wieder von begonnen werden.

Variante: Nach einem erfolgreichen Count-down kann die Gruppe herausgefordert werden, die Startzahl zu erhöhen, so dass nun einige oder auch alle Mitspielerinnen mehrmals an der Reihe sind.
Kommentar:

Insbesondere wenn die Spielerinnen im Kreis stehen - was bei diesem Spiel einmal nicht erforderlich ist -, muss zusätzlich ausgeschlossen werden, dass die Zahlen in einer bestimmten der räumlichen Anordnung entsprechenden Sequenz ausgerufen werden. Bei dem Spiel entsteht eine konzentrierte Atmosphäre und die Aufgabe stellt sich meist um einiges schwieriger heraus, als zunächst angenommen.

94 Schafe und Schäfer

Material: Augenbinden
Gruppengröße: ab 10 Personen
Durchführungszeit: ca. 15 Minuten

Beschreibung:

Die Gruppe wird vor folgende Aufgabe gestellt: Nachher sind allen außer 1 Person blinde Schafe (die Augen sind verbunden. Der Schäfer ist der einzig sehende. Die Schafe wissen aber nicht, wer der Schäfer ist. Der Schäfer hat die Aufgabe, die Schafe – ohne dass er mit ihnen spricht / Laute sind erlaubt! – zu einem den Schafen unbekanntem Zielort (Stall) zu bringen.

Die Gruppe erhält 15 Minute Vorbereitungszeit, um sich eine Strategie zu überlegen.

Anschließend wird allen die Augen verbunden und im Raum verteilt (evt. mit Drehen), erst danach wird dem Schäfer die Augenbinde entfernt – und ihm der „Stall“ gezeigt.

95 Zentimeterarbeit

Material: ein Meterstab, versch. Kleinmaterialien (z.B. Spielsteine, kleine Steine, Schrauben)
Gruppengröße: ab 8 Personen
Durchführungszeit: 15 bis 20 Minuten

Beschreibung:

Ein Meterstab wird an einigen Stellen geknickt auf den Boden gelegt. Darauf werden kleine Gegenstände gelegt. Dann hat die Gruppe die Aufgabe, den Meterstab hochzuheben und mit den Gegenständen darauf über eine bestimmte Hindernisstrecke zu transportieren. Bis auf zwei Spielerinnen sollen dabei immer alle Kontakt zu dem Meterstab haben.

Die Hindernisstrecke kann z. B. mit Hilfe von Holzblöcken markiert werden, die als Tore durchquert werden müssen.

Während des Transportes dürfen die Gegenstände von den Spielerinnen nicht berührt werden. Fällt ein Gegenstand herunter, soll die Reise vom letzten überwundenen Hindernis aus wieder aufgenommen werden. Davor können die Spielerinnen alle Gegenstände, inklusive des heruntergefallenen, noch einmal sicher platzieren.

Kommentar:

Diese Aufgabe eignet sich besonders gut, wenn man in einem Haus mit vielen verwinkelten Durchgängen arbeitet. Aber auch ein künstlicher Parcours in einem einzigen Raum kann sich als sehr anspruchsvoll erweisen. Die Schwere des Problems hängt sehr stark von der Größe und Schwere der Gegenstände ab, die auf dem Zollstock platziert werden. Je größer und schwerer diese sind, desto herausfordernder wird die Aufgabe.

Variante:

Das Spiel kann auch mit einigen "blinden" Mitspielerinnen gespielt werden.

96 Alarmanlage

Material: kein
Gruppengröße: ab 10 Personen
Durchführungszeit: 5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

Ein Spieler wird vor die Tür geschickt. Die übrigen Spieler vereinbaren eine Körperstelle, die als "Aus-Schalter" wirken soll (z.B. Nase, linke Hand, rechtes Ohrläppchen). Zusätzlich wird ein Spieler als "Generalschalter" bestimmt.

Nun stimmen alle ein nervenzerreißendes Alarmanlagen-Geheule an, was für den draußen wartenden Spieler das Signal ist, herein zu kommen. Er versucht nun, die Alarmanlage abzuschalten, indem er durch Ausprobieren die vereinbarte Körperstelle findet. Hat er dies geschafft, so verstummt der betreffende Spieler augenblicklich.

Wird der "Generalschalter" ausgeschaltet, so verstummen alle Spieler.

97 Berchtesgadener Problem (auch Nagelprobe)

Material: 11 bis 19 lange Nägel (z.B. Firstnägel), Brett
Gruppengröße: ab 1 Person
Durchführungszeit: 5 bis 60 Minuten

Beschreibung:

In einem Brett ist ein normaler Nagel (vorzugsweise auch ein Zimmermannsnagel) einige Millimeter eingeschlagen. Nun besteht die Aufgabe darin, 10 weitere Nägel so auf diesem einen Nagel auszubalancieren, dass diese weder den Boden noch das Brett, sondern ausschließlich die anderen Nägel berühren. Dies muss ohne Zuhilfenahme von anderen Gegenständen, wie etwa eines Magneten, bewerkstelligt werden. Des Weiteren dürfen die Nägel während des Balanceakts nicht von irgendeinem Körperteil berührt oder beeinflusst werden.

Lösung

Ein Nagel wird auf den Tisch gelegt, dann werden 8 Nägel quer darauf gelegt, so dass sie abwechselnd die Köpfe auf beiden Seiten des Grundnagels haben. Anschließend wird ein um 180° zum Grundnagel gedrehter, weiterer Nagel auf die Konstruktion gelegt. Nun muss das gesamte Konstrukt an den beiden Grundnägeln gefasst und vorsichtig unter Beachtung des Schwerpunkts auf den Kopf des eingeschlagenen Nagels gelegt werden. Wird dieser Schritt vorsichtig genug durchgeführt, so bilden die beiden Grundnägeln die Aufhängung für die anderen 8 Nägel, und das Vexier ist gelöst.

Viele Übungen durfte ich selbst erleben in der Ausbildung „Erlebnisorientierte Soziale Arbeit“ bei Thomas Schut-Ansteeg und sind von der interaktiven CD-Rom (Hamm 1999), bei welcher ich mitwirkte, übernommen: Arbeitsgruppe „Soziale Arbeit“ Universität Essen: „Ich bin ich - Lebensweltorientierte Ideen und erlebnispädagogische Maßnahmen zur Stärkung der Selbstständigkeit und des Selbstwertgefühls von Kindern und Jugendlichen“

Viele andere Übungen finden Sie im Internet bei Ulli Materialbörse
www.materialboerse.ejo.de

oder in den günstigen Büchern der Zebra-Edition (Gewalt Akademie Villigst)

Tel.: 02304 - 755190

Fax: 02304 - 755295

Internet: www.gewaltakademie.de

Email: g.kirchhoff@aej-haus-villigst.de

Viel Spaß beim Ausprobieren der Übungen
Bei Fragen oder Anregungen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung

Tim Bärsch

kontakt@baer-sch.de