

Workshop-Doku „Andere Wege gehen“

„Flußüberquerung“

Die Gruppe soll gemeinsam einen reißenden Fluß überqueren. Die einzigen Hilfsmittel, die sie haben sind eine begrenzte Anzahl an sogenannten Flußplättchen (Teppichfliesen, Isomattenstücke ca. 40x40cm). Start und Ziel werden mittels eines Seils oder Kreide am Boden markiert. Die Wegstrecke sind ungefähr 20 Meter (kommt auf die Gruppengröße an).

Die Flußplättchen müssen jederzeit mit irgendeinem Körperteil berührt werden, ist dies nicht der Fall, tauchen sie sofort ab und sind unwiederbringlich verloren. Das Wasser darf ebenso nicht berührt werden. Sollte dies eintreten, verliert der jeweilige Teilnehmer das Augenlicht oder aber es gibt für die ganze Gruppe einen Neustart.

Die Anzahl der Flußplättchen hängt von der Gruppengröße ab. Faustregel: TN-Anzahl durch zwei plus zwei bis vier.

„Sensi-Parcours“

In Wald und Gelände werden Seile oder widerstandsfähige Schnüre von Baum zu Baum geknotet. So entsteht eine durchgängige Seilstrecke ohne Unterbrechungen. Es gibt einen Start- und einen Zielbaum (sind nicht die gleichen). Die Höhe des Seils darf gern variiert werden, es können auch natürliche Hindernisse wie Wurzeln oder Äste auf dem Boden vorhanden sein. Bitte keine massiven Hindernisse in Kopfhöhe einbeziehen. Jeder Teilnehmer wird nun einzeln und blind zum Startbaum geführt und soll die Wegstrecke am Seil entlanglaufen bis zum Zielbaum.

„Gruppenjonglage“

Die TN stehen im Kreis. Beginnend mit einem Jonglierball (oder aber andere Bälle oder Gegenstände) wird eine Reihenfolge festgelegt, die immer gleich bleibt. Es darf nicht zum direkten linken oder rechten Nachbarn geworfen werden. Wenn der erste Ball wieder bei der Anfangsperson angekommen ist, steht die Reihenfolge fest. Nun werden nacheinander immer mehr Bälle in genau dieser Reihenfolge ins Spiel gebracht, die bestenfalls nicht herunterfallen.

Das Ganze ist auch als Kooperationsaufgabe möglich: Der erste Ball symbolisiert Level 1. Dieses Level ist geschafft, wenn der Ball einmal die Reihenfolge durchlaufen hat, ohne herunter zu fallen. Bei Regelverletzung gibt es einen Neustart. Level 2 sind dann bereits zwei Bälle mit den gleichen Regeln usw.

„Schäfer-Spiel“

Mittels eines Seils auf dem Boden wird ein Schafstall abgegrenzt. Alle Teilnehmer aus der Gruppe werden innerhalb der Übung zu blinden Schafen gemacht, die den Weg in den Schafstall finden sollen. Es gibt einen Schäfer, der in der Nähe des Stalls steht, sich aber nicht bewegen darf und den Schafen nur mittels Lauten und Geräuschen den Weg in den Schafstall zeigt. Zu Beginn der Übung und der Planungsphase ist nicht klar, wer der Schäfer wird. Das entscheidet der Übungsleiter mit Beginn der Aktion selbständig. Nach der Planungsphase der Gruppe werden die Schafe vom Übungsleiter im Gelände verteilt, der Schäfer wird bestimmt und die Übung beginnt.

„Labyrinth“

Auf dem Boden wird entweder mit Tesa-Krepp oder Kreide ein rechtwinkliges Liniennetz gezeichnet. Alle so entstandenen Linien sind mögliche Wege durch das Labyrinth. Es gibt aber nur einen möglichen Weg, den der Übungsleiter vorher schriftlich aufgezeichnet hat. Die Gruppe hat während der Übung keinen Sichtkontakt zum Labyrinth. Es kommt immer nur ein TN zum Labyrinth, dem oder der ersten wird der Einstieg gezeigt. Nun muss die Gruppe erst einmal durch das Trial und Error Prinzip den richtigen Weg durch das Labyrinth finden. Macht jemand einen Fehler, muss der oder diejenige das Labyrinth verlassen, begibt sich zum Rest der Gruppe zurück und teilt das Wissen. Wenn der Weg bis zum Ende herausgefunden wurde, müssen alle TN der Gruppe den exakt richtigen Weg einmal laufen. Sobald jemand einen Fehler macht, gibt es einen Neustart und auch alle, die den Weg bereits geschafft haben, müssen nochmal gehen.

Alle diese Aufgaben können mit so gut wie jeder Zielgruppe umgesetzt werden. Die Regeln und der Rahmen können beliebig verändert und so auf das Anforderungsniveau der Gruppe und das verbundene Ziel abgestimmt werden!

Möglichkeiten des Transfers in die Alltagswelt der Zielgruppen

Das Ziel erreicht man manchmal erst über Umwege.

Manchmal ist es ratsam innezuhalten und einen Schritt zurück zu gehen, bevor man weiterkommt.

Das Ziel ist manchmal weit in der Ferne.

Das Ziel ist manchmal gar nicht sichtbar.

Auf meinem Weg habe ich Panik bekommen.

Auf meinem Weg ist jemand da, der mir hilft, mich stützt und für mich da ist.

Ich bin nicht allein.

Auch bei völliger Orientierungslosigkeit habe ich eine Konstante, die mir den Weg zeigt.

Ich bin unsicher, wie es weitergeht.

Referent:

Stefan Goltze

stefangoltze@googlemail.com

Bei Fragen und Anfragen gern melden!