

Kultur im Spiel



Anregungen und Spiele

Karl-Heinz Bittl

www.eiccc.org



Karl-Heinz Bittl, Info@eiccc.org

Kultur im Spiel

Die kulturelle Bedeutung des Spiels

Eine typische Situation in einer Begegnung. Der Tag war gefüllt mit thematischen Einheiten. Der Abend ist den Teilnehmenden überlassen. Was machen wir zum Zeitvertreib? Wir spielen! Ob es nun Kartenspiele, Gruppenspiele oder psychologische Spiele sind - unter psychologische Spiele verstehe ich die vielen kleinen Neckereien, bei denen wir uns übereinander lustig machen - , es mindert die Anspannung und verstärkt den Kontakt zwischen den Teilnehmenden. Spiele helfen uns, um in eine Form von Intimität zu gelangen. Durch Spiele ritualisieren wir schwierige zwischenmenschliche Themen wie Fremdsein, Ausschluss, Sexualität, Ohnmacht, Gewalt und Tod. Spiele dienen bewusst dem Zeitvertreib. Im Spiel lernen wir, als Kinder oder Erwachsene, unbewusst eine Form des Umgangs mit diesen Themen. Jede Kultur hat uns dazu eine oder mehrere Antworten gegeben und eigene Spiele und Regeln entwickelt.

→ Literatur: Karl-Heinz Bittl, Dana Moree: Abenteuer Kultur, Nürnberg/Prag 2006

Grundelemente von Spielen

Betrachten wir die verschiedenen Spiele, die auf dieser Welt gespielt werden, so finden wir in den Spielen vier Bestandteile. Diese vier Grundelemente tauchen mal stärker, mal schwächer auf. Wir finden in Spielen den Zufall, Taumel, Wettbewerb und die Nachahmung. Irgendwie scheinen diese vier Bestandteile auch den Bedürfnissen im menschlichen „Zusammenspiel“ zu entsprechen.

Zufall: Sei es durch Würfel, Karten mischen oder durch eine zufällige Geste wie beim Knobeln, der Zufall entscheidet, wer gewinnt. Der Zufall bietet den Schwächeren die Chance, ebenfalls zu gewinnen. Er wirkt als ein Ausgleichsinstrument zwischen Armen und Reichen, Schnellen und Langsamen, Wissenden und Unwissenden.

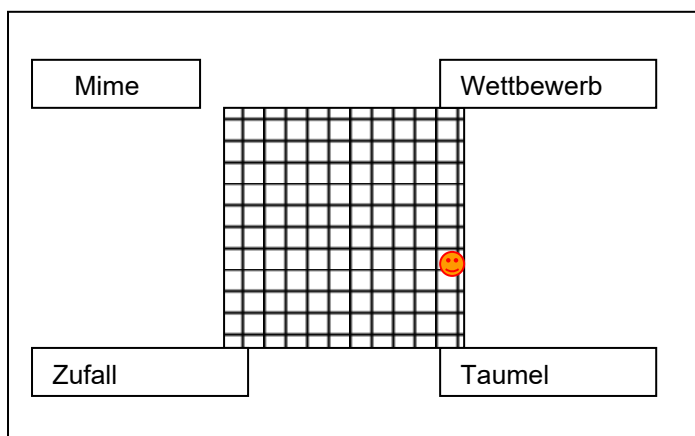
Taumel: Ein Grundspiel der Kinder ist das Karussell. Beide Kinder greifen sich an den Händen und drehen sich im Kreis. Dadurch entsteht ein Taumel. Auf den Volksfesten finden wir dazu ein reichhaltiges Angebot, das uns Erwachsene wie auch die Kinder emporhebt und scheinbar wieder fallen lässt. Dieser Taumel tritt auch durch Drogen ein. Taumel bringt uns aus der Reihe, wir können bestimmte Fehlritte begehen, ohne dass sie uns übel genommen werden. Wir können dabei kreischen, ausufernd lachen oder für Sekunden erstarren. Alles Dinge, die in der „Normalwelt“ nicht so einfach erlaubt sind.

Nachahmung: Viele der Spiele – nicht nur die Rollenspiele – ahmen Situationen unseres Lebens nach. In diesen Situationen haben wir vielleicht eine Gefahr erlebt oder sind ganz glücklich gewesen. Kinder spielen Rollenspiele, um die Welt zu begreifen. Sie lernen dabei Grenzen kennen und lernen darüber hinaus, wie an der Grenze kommuniziert werden

kann. In vielen „klassischen“ Spielen wird das Verhalten eines Tieres genommen, um durch entsprechende Rollen ein bestimmtes Thema zu behandeln. „Der schlaue Fuchs geht um“, „Pinguine und Flamingos“, Robben und Eisbären“. Viele alte Spiele beschrieben gesellschaftliche Rollen, wie z.B. „Der Kaiser schickt seine Soldaten aus“; „Wer hat Angst vorm schwarzen Mann?“ In den mimetischen Rollen können wir eine Situation dramatisieren ohne Gefahr zu laufen, uns damit zu identifizieren. Wir können Verhaltensweisen durchspielen und neue Verhaltensweisen erlernen.

Wettbewerb:

Ob wir es wollen oder nicht, erst der Wettbewerb macht ein Spiel reizvoll. Selbst die kooperativen Spiele kämpfen gegen einen Raben oder den Drachen, damit der Spannungsbogen aufrechterhalten wird. Im Wettbewerb haben wir die Chance durch unsere Fähigkeiten zu gewinnen. Wir sind bereit, bei diesen Kämpfen bis zum Äußersten zu gehen. Regeln geben diesen Wettkämpfen einen Rahmen. Wir haben in diesem Rahmen die Gelegenheit, die Chance, der Gruppe zu zeigen, was alles in uns steckt. Wettbewerb kann viel Lachen und Spaß beinhalten. Wenn z.B. eine in Zeitungspapier eingewickelte Schokolade mit Messer und Gabel um die Wette ausgepackt und gegessen werden muss. Wenn eine Gruppe trotz vieler Hindernisse



Entlastung im Seminar führen.

ihre Ziel erreicht, schafft dies Vertrauen in die Leistung dieser Gruppe. In vielen internationalen Seminaren habe ich es schon erlebt, wie die Teilnehmenden ein Ballspiel organisiert haben, um den latenten Konkurrenzdruck innerhalb des Seminars nach Außen zu verlagern. Offen ausgetragene Konkurrenz durch ein Spiel kann zu einer

Alle diese vier Elemente sind wichtig und ein gutes Spiel braucht sie in einem richtigen Verhältnis. Ich kenne kein Spiel, das genau in der Mitte all dieser Elemente liegt. Es gibt immer Präferenzen, die auch von der Herkunftskultur der TeamerInnen und Teilnehmenden geprägt sind.

In den mitteleuropäischen Breitengraden sind Zufallsspiele wie Lotto, Losen, Würfeln, Kartenspiele sowie Wettbewerbe wie Fußball oder Eishockey sehr wichtig. In der pädagogischen Kultur Mitteleuropas scheiden sich die Geister an den mimetischen Spielen wie Rollenspielen oder Theateranimationen. Ähnlich ist es mit den Vertrauensspielen, die sehr viel Taumel in sich tragen.

Welche Spiele spielst du gerne und wo?

Um Spiele leicht und locker zu spielen braucht es einen „Spielraum“. Einen Ort, eine Zeit und eine Einladung um sich loszulassen und einzutauchen in die Welt eines Spiels. Hier wären wir nun bei der pädagogischen Verwendung angelangt.

→ Literatur: Roger Caillois: Les jeux et les hommes, folio essays, Edition Gallimard 1967

Das pädagogische Spiel

In der interkulturellen Begegnungsarbeit setzen wir das Spiel unter einem pädagogischen Gesichtspunkt ein. Das Spiel an sich ist ziel- und zwecklos. Es dient als Zeitvertreib und schafft unbewusst Entlastungen. In der pädagogischen Arbeit erhält es einen Zweck und wird zielgerichtet eingesetzt. Wir finden Spiele am Anfang, als Ritual des Aufwärmens und des Kennen Lernens. Wir setzen Spiele ein, um uns alle für das kommende Thema zu öffnen. Wir können Spiele zum Wach werden nutzen und zum Auseinander gehen. Auch die Grundlage für Übungen sind in der Regel Spiele. Ich möchte nun im Einzelnen auf diese Verwendungen eingehen.

Unterschied Spiel - Übung

Spiele haben die Eigenschaft, dass sie "umsonst" sind. In einem Spiel werden archaische und generative Themen rezipiert und auch verarbeitet. Spiele werden aber nicht ausgewertet. Übungen können Spiele, Simulationen oder ähnliches sein. Sie können einen Spielcharakter haben. Der Unterschied ist, dass sie klar als Übung angekündigt werden. Dann ist es möglich eine Erfahrung auszuwerten. Ist dies unklar werden Teilnehmende sehr schnell vorsichtig sein müssen, da ihr freies Spiel bewertet werden kann. Die Leitung hätte eine sehr willkürliche und manipulative Rolle die Ohnmacht produziert.

Achten auf Differenzen

Ein Problem unserer Tage ist, dass viele Kinder nicht mehr zusammen spielen. Kinder, die einem starken Medieneinfluss (Gameboy, Playstation, Videospiele, Filme) ausgesetzt sind, erleben keinen Körperkontakt mehr, wenn sie spielen. Sie erleben dadurch nicht mehr, wo die Grenzen eines Gegenübers beginnen und aufhören. In Begegnungen begegnen wir ihnen dann als Jugendliche und bemerken, wie sie Grenzen überschreiten und andere oder sich selbst verletzen. Ein weiterer wichtiger Aspekt sind kulturelle Regeln und Normen, die zwischen den Teilnehmenden herrschen können. Für mich ist es deswegen immer wichtig, sehr früh heraus zu bekommen, mit welcher „Spiel-Kultur“ die TeilnehmerInnen zu der Begegnung kommen. Ich beginne in der Regel mit Spielen, aus denen ich erkennen kann, ob die TeilnehmerInnen Grenzen wahrnehmen und aushalten können. Dazu gehören Gleichgewichtsspiele oder einfache Fangspiele. Bemerke ich dabei gravierende Probleme in der Kontaktaufnahme, bedarf es der Klärung und einer Auswahl von Spielen, die für diese Gruppe passen.

Beispiele:

- A. Ich biete den Jugendlichen eines der einfachen Gleichgewichtsspiele an und beobachte, dass schon bei diesem einfachen Spiel jemand hinfällt oder zuviel Kraft

- aufwendet. Ich überlege mir aus dieser Wahrnehmung heraus einfache Wahrnehmungsspiele, bei denen es nicht zu einem körperlichen Kontakt kommt.
- B. Schon bei der Begrüßung merke ich, dass einige Jugendliche aus einem streng muslimischen Umfeld kommen. Mädchen und Jungen können sich nicht so begegnen, wie ich es für Spiele brauche. Ich spreche dies deswegen sofort an und frage die Jugendlichen, wie sie es handhaben wollen.
- C. In der Gruppe sind zwei Jugendliche mit Rollstuhl. Ich beginne mit einem Kennenlernspiel, in dem wenig schnelle Bewegung benötigt wird, z.B. einer Abwandlung von Zipp-Zapp. Wenn die Gruppe die Rollstuhlfahrer integrieren, kann ich davon ausgehen, dass dies auch bei „wilderer“ Spielen funktioniert. Wenn die Kultur der Gruppe aber eine Negation der körperlichen Einschränkung vorsieht und noch dazu ein Kommunikationstabu darüber verhängt, dann ist es wichtig, dieses Tabu anzusprechen und darüber zu verhandeln, wie die Einzelnen damit umgehen wollen.

Den richtigen Einstieg finden

Aus der Darstellung des Gestaltzyklus konntest du entnehmen, dass es am Anfang einen Reiz braucht, um sich auf eine Sache einzulassen. Der erste Reiz hat schon stattgefunden, sonst wären die Teilnehmenden gar nicht da. Doch nun geht es darum, dass sie sich auf dich als Teamer und auf die anderen Teilnehmenden einlassen. Wie gelingt das?

Welche Bedürfnisse haben wir am Anfang eines Kontaktes? Welche Befürchtungen dominieren in dieser Zeit?

Was wir brauchen ist, so banal es klingt, die Anerkennung, dass wir zu diesem Seminar passen. Wir brauchen eine Orientierung über das was kommt. Wir wollen nicht gezwungen werden, sondern frei entscheiden was wir tun. Dazu braucht es eine Einladung. Wir suchen Sympathie und Zuneigung, und wollen diese auch erhalten. Dazu braucht es Lachen und Ermunterung, den anderen freundlich und wohlwollend zu betrachten. Wir brauchen auch eine Sicherheit, dass nichts Schlimmes mit mir geschieht. In gewisser Weise hat der Anfang auch etwas Transzendentes in sich. Es ist die Magie des Anfangs.

„... Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft,
zu leben ...“
aus: „Stufen“ von Hermann Hesse

Wie du siehst, finden wir im Anfang unsere Grundbedürfnisse wieder. Ebenso findest du genau in diesen ersten Augenblicken all die Ängste wieder. Die Frage ist nur, ob deine Methoden dazu dienen, die Bedürfnisse zu befriedigen oder neue Ängste zu schüren.

Orientierung gibt's du, indem du eine Struktur für diese Einheit vorstellst und die Teilnehmenden einlädst, ihre Vorstellungen von dem Seminar mit diesen deinen vorbereiteten Einheiten zu vergleichen. Anerkennung und Zuneigung ist schon schwieriger zu gestalten. Und zwar vor allem deshalb, weil die Ängste vor Ablehnung und Bewertung zu Beginn dominieren werden. Ebenso stark sind die Ängste vor Verletzung und dem Unbekanntem ... man kennt ja noch nicht einmal die Namen richtig.

Ich wähle in solchen Situationen ein recht klassisches Kennenlernspiel. Ich stelle mich mit den Teilnehmenden im Kreis auf und sage meinen Namen. In demselben Augenblick vollziehe ich eine Geste, die ich bitte nachzumachen. Ich bin ... und meine Geste ist die ...; die Teilnehmenden antworten „Dies ist ... und seine Geste ist ...“ Dann geht es reihum. Jede zeigt ihre Geste und die anderen ahmen sie nach. Wenn die Runde um ist, gehe ich in die

Mitte und sage, dass ich einen Platz suche, und diesen bekomme, wenn ich den Namen und die Geste von der Person kenne. Ich kann noch hinzufügen, dass ich mir gerne helfen lassen kann. Ich gehe auf eine Person zu und sage den Namen und füge die Geste an. Ich darf nun auf seinen Platz und er oder sie geht in die Mitte. Wenn wir dies durchgespielt haben, gehe ich wieder in die Mitte und gehe auf eine Person zu, nenne ihren Namen und zeige die Geste eines anderen Teilnehmers. Die benannte Person geht nun auf den „Inhaber“ dieser Geste zu und sagt laut den Namen mit einer anderen Geste. So geht es nun weiter.

Mit dieser spielerischen Methode verbinde ich die Namen mit einer Geste, die jede in der Regel nachahmen kann. Die TeilnehmerInnen haben so schon eine erste Gelegenheit für Anerkennung. In der Suche nach einem Platz thematisieren wir unbewusst eines der Grundbedürfnisse in Gruppen: Integration und damit zusammen hängend die Angst vor Ausschluss. Die gegenseitige Hilfe beschreibt die Möglichkeit wie eine gegenseitige Integration gelingen kann. Die Aufgabe ist eine Herausforderung, der in der Regel Kinder und Jugendliche gewachsen sind. Dennoch entsteht auf einer unbewussten Ebene ein Wettbewerb über das „gesehen werden“. „Werde ich die Nächste sein oder werde ich übersehen?“ Dies sollte der Leitung bewusst sein, und deswegen bedarf es hier einer besonderen Achtsamkeit, dass auch jede dran kommt.

Es gibt eine Reihe von weiteren Spielen für den Anfang, die auf diese Bedürfnisse eingehen und die Teilnehmenden ermutigen, einige davon werden im Kapitel 10 aufgeführt.

Soziometrie

Die Soziometrie ist eine Methode, die insbesondere als Einführung für das gesamte Seminar oder einzelne Seminarteile geeignet ist. Die TeilnehmerInnen haben durch diese Methode die Möglichkeit, einen eigenen Bezug zum Thema zu finden und die Unterschiede zu erleben, die in Zusammenhang mit dem Thema in der Gruppe vorkommen.

Der Ablauf ist sehr einfach. Die Methode funktioniert nach dem Prinzip, dass die TeilnehmerInnen auf konkrete Fragen antworten, indem sie sich im Raum auf vorher festgelegten Skalen oder in Ecken anordnen, je nachdem, wie ihre Antwort ausfällt. Danach können sie kurz etwas zu ihrer Antwort sagen.

Eine erste Variante ist, dass sich die TeilnehmerInnen dafür auf einer gedachten Skala zwischen zwei Polen aufstellen, z.B. bei der Antwort auf die Frage „Wer empfindet sein Arbeitskollektiv als multikulturell?“ – die, die es so empfinden, stellen sich an den einen Pol, die, die das nicht so wahrnehmen, stellen sich an den anderen Pol und alle anderen können sich so zwischen den beiden Polen aufstellen, wie es ihren Lebenserfahrungen entspricht.

Die zweite Variante ist, dass z.B. die Raumecken für verschiedene Antwortmöglichkeiten genutzt werden können. In diesem Fall sollte immer eine Ecke für diejenigen frei gehalten werden, die sich zu keiner der angebotenen Antwortmöglichkeiten zuordnen können, z.B. die Frage, wer 1) klassische Musik, 2) Jazz und Folk, 3) Rock, 4) andere Musik mag. Die TeilnehmerInnen stellen sich dann in eine bestimmte Ecke oder zwischen die Ecken, die für einzelne Antworten stehen.

Wenn die TeilnehmerInnen sich auf der gedachten Skala oder in den Ecken aufgestellt haben, können sie erklären, warum sie gerade dort stehen. Solche Erklärungen müssen moderiert werden, damit die Übung klar eingegrenzt wird.

Der Zauber der Soziometrie besteht darin, dass sie in einfacher Art und Weise die Verschiedenartigkeit von Erlebnissen und Vorstellungen innerhalb der Gruppe vermittelt, wodurch bei den Teilnehmenden oft auch eine gewisse Neugier auf den weiteren Verlauf des Seminars hervorgerufen wird. Wichtig hierfür ist, Fragen zu wählen, die konkret das Thema des Seminars bzw. der Seminareinheit beinhalten, damit sie eine Kostprobe für das jeweilige Thema schaffen kann.

Soziometrie als räumliche Aufteilung

Klassische Einstiegsübungen:

Alle gehen zusammen, die ...

- die gleiche Augenfarbe haben,
- die gleichen Schuhfarben anhaben,
- die die gleiche Haarfarbe haben,
- die heute eine ähnliche Hose anhaben,
- ...

Etwas Unsichtbares erfragen,

Alle gehen zusammen, die ...

- die Erstgeborene sind
- die Jüngsten sind
- zwischen Geschwistern geboren wurden
- die Einzelkinder sind
- ...

Über Reisen:

Alle gehen zusammen, die schon:

- in Asien waren
- in Amerika waren
- die noch nie außerhalb Europas waren
- die auf dem afrikanischen Kontinent waren
- ...

Über Berufe:

Alle gehen zusammen, die

- einen handwerklichen Beruf
- technische akademische Ausbildung
- Lehrerausbildung
- Sozialpädagogen

Über Kultur:

Wenn ich das Wort Kultur höre, dann habe ich folgende Vorstellung:

- Hochkultur, wie Schriftsteller, Kunst, Theater
- Nationalkultur
- Regionale Kultur
- meine eigene Kultur

über Konflikte

„Für mich ist ein Konflikt

- a. eine unangenehme zu vermeidende Erscheinung
- b. etwas wichtiges, was mich weiterbringt.“

Wer in Richtung A tendiert, geht in diese Richtung, wer eher B bevorzugt in diese.

Anschließend werden die Teilnehmenden von der Seminarleitung zu ihrer Einschätzung befragt.

Kennenlernspiele:

Spiel: Berühr blau

Alle gehen durch den Raum. Plötzlich sagst du „berühr' blau“. Alle versuchen nun, ein Kleidungsstück eines anderen, das blaue ist zu berühren. Es können alle Farben durchgemacht werden. Eine Steigerung ist „Daumen zu Daumen“, „Kopf an Schulter“, „rechte Hand an Schulter“ usw.

Namenspiel „Zip-Zap“

Die TeilnehmerInnen sitzen im Kreis, eine Person steht in der Mitte und deutet auf eine Person. Dabei sagt sie entweder „Zip“ oder „Zap“ – bei „Zip“ muss die Person, auf die gezeigt wurde, den Namen ihrer rechten Nachbarin bzw. des rechten Nachbarn sagen, bei „Zap“ den der linken Nachbarin bzw. des linken Nachbarn. Außerdem kann die Person in der Mitte „Zip-zap“ sagen, worauf die im Kreis sitzenden die Plätze tauschen müssen. Wenn die Person im Kreis, auf die gezeigt wird, den entsprechenden Namen nicht sofort weiß, muss sie ihren Platz mit der Person in der Mitte tauschen.

Spiegelschrift-Namen

Alle schreiben auf ein Blatt Papier ihren Namen und zwar so, dass er auf der Rückseite des Blattes in Spiegelschrift erscheint. Dann heftet sich jede mit Tesakrepp diesen Zettel an den Oberkörper. Anschließend gehen alle TeilnehmerInnen langsam kreuz und quer durch den Raum. Dabei sollen sie versuchen, sich fünf Namen und die dazugehörenden Personen zu merken. Danach setzen sich alle wieder im Kreis zusammen und entfernen die Namenszettel. Jede soll nun reihum (beginnend mit der Spielleitung) fünf Personen vorstellen, indem sie auf die Personen zeigt, deren Namen sie sich gemerkt hat. Zum Schluss können sich dann alle ihr Namensschild mit der Vorderseite nach vorn wieder anheften.

Mein Name und seine Bedeutungen

Alle sitzen im Kreis. Eine Person beginnt und stellt sich mit ihrem Namen vor. Sie sagt dabei nicht nur den Namen selbst, sondern auch alles, was ihr zu ihrem Namen einfällt: zum Beispiel ob, ihr der Namen gefällt, was er bedeutet, woran der Name sie erinnert, ob er von anderen immer leicht verstanden wird, was für Erlebnisse sie schon mit diesem hatte oder auch einfach Eigenschaftswörter, die sie mit ihrem Namen verbindet.

Landkarte

An der Wand des Raumes hängt eine große Landkarte. Jede Person hat ein kleines Fähnchen (auf einer Nadel) mit ihrem Namen. Dann gehen die TeilnehmerInnen nacheinander an die Landkarte und stecken ihr Fähnchen an den entsprechenden Ort. Dabei erzählen sie ein paar Dinge oder Erfahrungen über ihren Ort und ihr Land.

Den Raum schmücken

Alle TeilnehmerInnen suchen sich - am besten außerhalb des Raumes - einen Gegenstand, der für sie das Gefühl ausdrückt, mit dem sie sich gerade in diesem Raum befinden. Dieser Gegenstand wird irgendwo hingelegt und mit kurzen Worten präsentiert.

Beschämen ist kein gelungener Einstieg

In vielen unserer Ausbildungen haben wir mit dem oben beschriebenen Ansatz immer wieder geübt. Wir haben die TeilnehmerInnen Einstiegsübungen entwickeln lassen und sind dabei immer wieder mit Spielen und Einstiegsformen in Kontakt gekommen, zu denen wir Bedenken hatten. Wie ich bereits in dem Kapitel zu Ritualen geschrieben habe, wird, wenn wir das Trennende zu Beginn in den Vordergrund stellen, das Trennende in der Folge das Seminar prägen. Ähnlich ist es mit Spielen, die vor der Gruppe ein Beschämen auslösen. Dies beginnt schon bei einem Spiel zum Namen kennen lernen, bei dem ein Ball herum geworfen wird. Nicht jeder kann einen Ball fangen. Nicht jeder kann auch einen Ball so werfen, dass er aufgefangen werden kann. Das Resultat ist Lachen über den Werfer oder „Nicht“-Fänger. Eine ähnliche Situation tritt bei dem Spiel „Koffer packen“ auf. Es gibt einfach Teilnehmende, die sich eine solche Anzahl an Gegenstände nicht merken können. Sie werden vor der Gruppe vorgeführt und alle lachen darüber. Weitere Spiele, die diese Beschämung auslösen, sind Spiele, bei denen einige eine bestimmte Sache wissen und die anderen diese erraten müssen. Du wirst merken, dass, wenn du einen Start so gestaltest, die beschämten TeilnehmerInnen auf „Rache“ warten. Dies wird kommen – meist zu einem Zeitpunkt, der dir nicht gefällt.

Was ist es, das uns dazu bringt die Teilnehmenden vorzuführen? Nach meiner Wahrnehmung wird mit diesem Verhalten die Angst vor Bewertung kompensiert. Wenn ich die Teilnehmenden schon mal klein habe, dann werden sie mich auch nicht mehr bewerten können. Leider ist dies ein Trugschluss. Die verdeckte Einladung eines solchen Verhaltens ist die Suche nach Schwächen. Da ich als Leitung immer Fehler machen werde, bin ich der nächste Kandidat, der gedemütigt werden wird. Für sich selbst sorgen kann so auch bedeuten, den Teilnehmenden ein wertschätzendes Ankommen zu bieten.

Warming-up's

Eine meiner lustigsten Erinnerungen an die ersten deutsch-tschechischen Seminare war ein Training mit Lehrkräften. Das Seminar fand 1992 in Pilsen statt. Wir wollten die Seminareinheiten nach unseren pädagogischen Vorstellungen beginnen. Ich stellte diese Spiele als „Warming-up's=Aufwärmspiele“ vor. Daraufhin ein tschechischer Schulleiter: „Wir haben nur zwei Arten, um uns aufzuwärmen: Sex und Alkohol!“ Die Lacher hatte er auf seiner Seite. Heute nach fünfzehn Jahren habe ich die Hoffnung, dass der Sinn von Warming-up's auch in der Schule angekommen ist. In der internationalen Begegnungsarbeit ist eine Vielzahl von Büchern dazu herausgebracht worden. Im Folgenden möchte ich nur noch

einmal aufzeigen, welchen Zweck ein „Aufwärmspiel“ für die darauf folgende Seminareinheit hat. Vielleicht erinnerst du dich an die Thematik vom Vorder- und Hintergrund einer Wahrnehmung. Wenn wir eine inhaltliche Einheit für die Teilnehmenden einführen wollen, so ist ein Warming-up die Pforte, durch die es auf das Thema zugeht. Stelle dir vor, wie soll diese Türe aussehen, durch die es in eine Seminareinheit gehen soll? Wie soll diese Türe sich aufschwingen? Welcher unbewusste „Reiz“ soll zu diesem Beginn gesetzt werden? Du merkst, es geht hier um mehr als um Gymnastik oder Körperbetätigung. Es geht um eine Einladung auf einer unbewussten Ebene.

Wie finden wir die „richtigen“ Warming-up's? Ein wichtiges Hilfsmittel ist die eigene Intuition. Mit dieser Intuition kann ich mich in das folgende Thema einspüren und ein Bild entwickeln. Ebenso wichtig ist die Achtsamkeit gegenüber den Teilnehmenden und der Umgebung.

Als Beispiel: Wir möchten eine Seminareinheit zum Thema interkulturelle Kommunikation durchführen. Dazu haben wir uns als Methode das „Aktive Zuhören“ überlegt und wollen dies in einer Paarübung mit Beschreibungen von Postkarten verbinden.

Die Teilnehmenden haben ein unterschiedliches Alter. Der Raum bietet die Möglichkeit zur Bewegung, es gibt darin keine Tische und die Stühle lassen sich zur Seite schieben. Es ist bereits der zweite Seminartag und die Teilnehmenden sind sich schon vertraut.

Welches Bild taucht auf? Was sagt mir meine Intuition über das, was ich öffnen möchte? Probiere es einmal und schreibe ganz spontan auf ein Blatt Papier all die Worte oder Bilder in einer Reihe auf, die dir dazu einfallen. Wenn du zehn aufgeschrieben hast, unterbreche dies und schreibe in die andere Reihe die Spiele, die dazu passen. Hier eine kleine Hilfe:

Bilder: Sich von Worten beeinflussen lassen Worte spüren	Spiele, die sie als Warming-up's eignen könnten: Blind führen: Mit geschlossenen Augen nur durch Worte oder Laute geführt werden. Fax: Die Gruppe steht in der Reihe und die letzte Person malt auf den Rücken der Person vor ihr ein Wort. Diese spürt dieses Wort und schreibt es wieder der Person auf den Rücken, die vor ihr ist.
Achtsam für Veränderungen sein	Verändern: Zwei stehen sich gegenüber, die eine Person schließt für einen kurzen Moment die Augen. Die andere Person ändert etwas (Haltung, Kleidung, Mimik) an sich. Nachdem sie die Augen wieder geöffnet hat, versucht sie heraus zu finden, was sich geändert hat. Dann Rollentausch.
Großes Ohr	Stille Post: ein Satz wird von Person zu Person weitergegeben. Was wird wohl dabei heraus kommen?

Eines dieser Spiele spricht dich an und macht dir Lust zu spielen: dann nehme dieses und begeistere die anderen damit!

Ich habe so oft erlebt, dass SeminarleiterInnen Spiele anleiteten, die sie nur aus Büchern kannten. Manches Mal wurden die Beschreibungen vorgelesen. Ich würde davon abraten, da dies wie ein Lustkiller wirkt. Die Spiele sollten dir vertraut sein und dir selbst eine Freude machen. Du solltest auch deren „Gefahren“ kennen, damit du auf mögliche Verletzungsgefahren hinweisen kannst.

Ich schreibe die folgenden Zeilen aus leidvoller Erfahrung. Ich möchte damit verhindern, dass SeminarleiterInnen wie Teilnehmende sich in eine unglückliche Position bringen.

- Warming-up's sind keine Tests, bei denen die SeminarleiterInnen den Teilnehmenden zeigen können, wozu sie in der Lage sind.
- Spiele sind „frei“, sie werden nicht ausgewertet.
- Achte auf die Gefahren, die von einem Raum oder von Kleidung ausgehen können: Säulen, an denen man sich die Köpfe blutig schlagen kann, Fußböden, die glatt und rutschig sind, Wiesen, die voller Maulwurfshügel sind, Laufspiele mit ungeeigneten Schuhen, Ketten, die in die Augen schlagen können ...
- Warming-up's sind für alle da. Das heißt auch für dich. Also bitte mitspielen und nicht daneben stehen und womöglich noch kommentieren.
- Vertrauensspiele sind keine Warming-up's, die gleich zu Beginn eingesetzt werden können.
- Wer nicht mitspielen möchte, spielt nicht mit. Kein Gruppen- und Erklärungszwang zu einem Warming-up. Im Unterschied zu einer Übung ist eine Auseinandersetzung über die Teilnahme hinderlich.

Hier eine Reihe von Spielen, die sich als Warming-up's eignen. Es handelt sich dabei nur eine kleine Auswahl, in der Literaturübersicht findest du weitere Hinweise auf hilfreiche Spielsammlungen.

Gleichgewichtsspiele

Ziel der folgenden Gleichgewichtsübungen ist zum einen, den Körper zu lockern, außerdem dienen sie auch dazu, Distanz abzubauen. Die folgenden Übungen werden jeweils zu zweit durchgeführt.

Gleichgewicht finden

„Stelle dich so hin, dass du einen festen Stand findest. Die Füße sollen dabei schulterbreit auseinander stehen. Dann schaukele vor und zurück und finde anschließend langsam wieder zur Mitte zurück. Danach versuche, so stark zu schaukeln, bis du das Gleichgewicht verlierst – wenn du möchtest, kannst du dir dafür Unterstützung suchen. Zum Abschluss stelle dich so hin, dass du fest auf dem Boden stehst und spürst, dass du auf den eigenen Füßen stehen kannst!“

Aus dem Gleichgewicht bringen

„Suche dir eine möglichst gleich große Partnerin. Stellt euch mit geschlossenen Beinen gegenüber. Achtet darauf, dass ihr den richtigen Abstand habt. Eure Hand soll mit den Fingerspitzen die Nase des Gegenübers erreichen. Nun hebt die Hände mit den Handflächen zum Gegenüber und versucht, euch mit den Händen aus dem Gleichgewicht zu stoßen. Dies ist dann erreicht, wenn eine die Füße bewegt. Du kannst nicht nur stoßen, du kannst dem Stoß auch ausweichen und auf diese Weise dein Gegenüber aus dem Gleichgewicht bringen.“

Handflächenstoßen

„Legt die Handflächen aneinander und versucht, euch aus dem Gleichgewicht zu bringen, aber ohne ruckartiges Loslassen. Die Handflächen müssen zusammen bleiben.“

Hebeln

„Stellt euch in Schrittstellung auf. Wenn ihr euch die rechte Hand gebt, sollen sich die rechten Füße gegenüber stehen. Nun gebt euch die Hand und versucht, euch aus dem Gleichgewicht zu bringen. Ihr könnt sowohl ziehen als auch nachgeben, ruckartige Bewegungen sind allerdings nicht erlaubt.“

Kniehebeln

„Stellt die Füße direkt hintereinander. Die Fußspitzen sollen sich berühren. Nun versucht, euch mit den Knien aus dem Gleichgewicht zu bringen.“

Anmerkung: Nicht geeignet für Menschen mit alten Knieverletzungen!

Bewegungsübungen zum Erfahren des Raums**Raumerfahrung**

Ziel der folgenden Übung ist, den Raum zu erfahren und kennen zu lernen. Sie eignet sich daher gut als Einstieg für Seminare und kann auch mit sehr großen Gruppen durchgeführt werden. Dabei geht es um die Wahrnehmung. Ist der Raum z.B. sehr schwierig, dann ist dies zumindest schon zu Beginn bewusst, so dass im Verlauf des Seminars damit umgegangen werden kann. Die TeilnehmerInnen werden aufgefordert, sich hinzustellen und sich genügend Platz zu verschaffen. Bei sehr großen Gruppen werden die Stühle zu größeren Gassen geschoben. Dann werden die TeilnehmerInnen eingeladen, die Augen zu schließen und die Stimmung im Raum wahrzunehmen. Sie sollen sich vor ihrem inneren Auge noch einmal den Raum vergegenwärtigen: „Spüre noch einmal nach, wie du in diesen Raum gekommen bist, durch welche Tür du diesen Raum betreten hast. Welches Aussehen hatte die Tür? Welches Licht hat dieser Veranstaltungsraum? Welchen Geruch hat er? Öffne langsam die Augen und untersuche diesen Raum, nehme seine Größe, seine Höhe wahr! Betrachte die Fenster, die Türe, die Stühle, den Boden und die Decke. Dann schließe noch einmal die Augen und spüre nach. Wie wirkt dieser Raum auf dich? Hast du schon Kopfschmerzen? Ist die Luft trocken? Ist der Raum weit oder eng? Teile diese Empfindungen kurz deiner Nachbarin mit.“

Raumfahrer

Der Einstieg ist derselbe wie bei der oben beschriebenen Übung „Raumerfahrung“. Anleitung für den zweiten Teil: „Öffne die Augen und stelle dir vor, du befindest dich plötzlich auf einem fremden Planeten. Merkwürdige Gegenstände existieren hier. Auch laufen hier ganz sonderbare Gestalten herum, die komische Sachen auf der Haut haben und sich mit Hilfe von zwei Röhren fortbewegen. Auch ihre Sprache ist merkwürdig. Versuche, dieses viele Neue zu entdecken. Staune, begeben dich auf Entdeckungsreise!“

Monsterbegegnung

Die TeilnehmerInnen werden aufgefordert, sich im Raum zu bewegen und dabei unkontrollierte Bewegungen zu machen - zuerst mit den Daumen, dann mit den Armen, anschließend kommt erst der Oberkörper, dann der ganze Körper hinzu und schließlich auch die Mimik und Laute; zuletzt nehmen die Monster Kontakt zueinander auf.

Raumerfahrung mit Musik

Alle tanzen im Raum, es werden verschiedene Impulse gegeben, wie sich die Einzelnen begrüßen sollen: mit Händen, Rücken, Stirn, Nase, Hüfte, Po, kleinem Finger, dem ganzen Körper usw.

Puppenspiel

Eine Person führt eine andere Person wie eine Aufziehpuppe durch den Raum. Sie kann diese Puppe lenken, indem sie ihr auf die rechte bzw. linke Schulter tippt, die Puppe bewegt sich dann in die entsprechende Richtung weiter. Die Puppe läßt sich anhalten, indem die andere Person ihr eine Hand auf den Kopf legt.

Atomspiel

Die TeilnehmerInnen bewegen sich im Raum, dann wird eine Zahl genannt und es bilden sich entsprechend große Gruppen. Diese bekommen eine Aufgabe zugeteilt, wie beispielsweise sich mit dem kleinen Finger oder mit einem Fuß berühren, sich Rücken an Rücken hinsetzen und wieder aufstehen usw. Dann bewegen sich alle wieder im Raum weiter, bis die nächste Zahl gesagt und eine dazugehörige Aufgabe gestellt wird.

Groß und klein, dick und dünn

In der folgenden Übung geht es darum, den Raum aus den unterschiedlichsten Perspektiven wahrzunehmen.

Phase 1: Durch den Raum gehen und den Raum entdecken. Andere einladen, um Dinge, die entdeckt wurden, in der eigenen Sprache zu benennen. Hören, wie der Begriff in der anderen Sprache klingt und anschließend versuchen, diesen zu wiederholen.

Phase 2: Den Raum als Zwerg oder Riese kennen lernen. Sich klein oder groß machen und dabei den anderen begegnen.

Phase 3: Die Perspektive wechseln. Den Oberkörper beugen und durch die Beine schauen. Sich in dieser Haltung durch den Raum bewegen und dabei die anderen durch die Beine hindurch begrüßen.

Energie finden

Die TeilnehmerInnen werden aufgefordert, durch den Raum zu gehen und die Schwere ihres Körpers wahrzunehmen. Dann werden verschiedene Impulse gegeben, die von den einzelnen Personen in Bewegungen umgesetzt werden sollen: "Du hast die Vorstellung, dass du ein Ball bist, der im Raum herum hüpft ... dann wirst du zu einer Feder ... der Wind pustet leicht, dann kommt ein Sturm auf ... schließlich landest du wieder und kommst an diesem Ort an."

Einwegglas

Die Gruppe verteilt sich im Raum. Jede Person stellt sich vor, dass sie sich in einem Einmachglas befindet und versucht, sich daraus zu befreien, indem sie die entsprechenden Bewegungen nach oben und unten, zur Seite, nach vorne und hinten macht. Diese Grenzen werden solange berührt, bis auf ein Klatschen das Glas plötzlich zerspringt.

Fang- und Kampfspiele**Virusspiel**

Eine Person ist der „Virus“, die anderen SpielerInnen sind die „Blutkörperchen“. Der Virus versucht, die Blutkörperchen zu fangen. Wer abgeschlagen wird, erstarrt und kann nur wieder befreit werden, wenn zwei andere mit beiden Armen einen Kreis um ihn bilden. Diese „Antikörper“ können - solange sie sich an beiden Händen halten - nicht gefangen werden.

Bruder/Schwester - hilf!

Eine Person hat den Auftrag, einer anderen Person den Fangauftrag weiterzugeben. Hat sie dies durch Berühren mit der Hand getan, so muss sie sich schnell in Sicherheit bringen. Es können nur Personen abgeschlagen werden, die alleine oder zu mehr als zu zweit stehen. Eine Zweiergruppe ist immer gerettet, und es kann keiner von beiden abgeschlagen werden. Wenn nun eine dritte Person zu der Gruppe hinzukommt, so muss entweder die hinzukommende Person schnell wieder weiter rennen oder aber eine Person aus dem Paar. Eine Person, die Rettung braucht, ruft laut „Bruder/Schwester, hilf!“ Falls die FängerIn auf ein Paar trifft und es auflösen will, hat sie die Möglichkeit, laut 1-2-3 zu rufen, woraufhin sich das Paar auflösen muss. Da das Spiel jedoch sozial angelegt ist, laufen alle hin, um die nun einzeln Dastehenden schnell zu retten und neue Paare zu bilden.

Fuchs und Hase

Dieses Spiel ist eine Variante von „Bruder/Schwester – hilf!“ Der Grundaufbau ist der Gleiche. Der Unterschied ist, dass die Paare in der Hocke sitzen (in der Hasenkuhle). Falls ein anderer Hase, der vom Fuchs verfolgt wird, in diese Kuhle will, muss ein Hase die Kuhle verlassen.

Katz und Maus

(gerade Anzahl von SpielerInnen erforderlich)

Die Grundidee ist wieder die gleiche, das Spiel unterscheidet sich jedoch im Spielaufbau. Die TeilnehmerInnen stehen als Mäuse im Kreis, und zwar jeweils zu zweit hintereinander, indem sie zur Kreismitte schauen. Eine Person ist die Katze, außerdem gibt es eine ungeschützte Maus. Die Katze jagt die Maus, die sich nur dadurch retten kann, dass sie sich bei einem Paar vor die innen stehende Person stellt. Die außen stehende Person ist nun ungeschützt und muss vor der Katze fliehen, sie sucht wieder Zuflucht bei einem weiteren Paar. Gefangene Mäuse müssen die Rolle der Katze übernehmen. Der Witz bei diesem Spiel: Das Mauselloch wird immer enger.

Hühnerstall

(gerade Anzahl von SpielerInnen erforderlich)

Die TeilnehmerInnen stehen paarweise im Kreis. Jedes Paar nimmt sich an der Hand. Zwei freistehende Personen sind FängerIn (Fuchs) und gejagtes Huhn. Das Huhn rennt auf ein Paar zu und hält sich an einer freien Person fest. Die nun dritte Person auf der anderen Seite muss sich durch eine neue Verbindung retten. Bei diesem Spiel ist darauf zu achten, dass die Spielfläche begrenzt ist. Auch geht es nicht um Schnelligkeit, sondern um Reaktion.

Emanzipierter Hühnerstall

Eine etwas irre Form zum Schluss: Die freiwerdende Person wird zum Fuchs und der Fuchs zum Gejagten, der sich schnell an ein neues Paar anhängen muss, wobei die nun frei werdende Person wieder Fuchs wird und der vormalige Fuchs zum Gejagten.

Versteinern/Entsteinern

Eine Person spielt den Zauberer. Wenn dieser eine Person berührt, so erstarrt diese, die Beine gegrätscht. Da es aber eine solidarische Gemeinschaft von MitspielerInnen gibt, entsteinern diese das Opfer, indem sie durch dessen Beine hindurch schlüpfen. Ziel des Zauberers ist es, alle zu versteinern. Falls jemand beim Entsteinern erwischt wird, so muss sich diese Person mit gegrätschten Beinen vor der Person aufstellen, die sie versucht hatte zu entsteinern.

Oktopus oder der Krake

Die Gruppe muss von einer Seite des Raums auf die andere Seite gelangen. In der Mitte befindet sich ein Krake, der mit Hilfe eines Balls versucht, „Fische“ zu fangen. Wer von dem Ball getroffen wurde, muss auf dem betreffenden Platz verharren und kann jedoch mit den Armen und Händen der Krake behilflich sein. Wer von einem stehenden „Krakenarm“ erwischt wird, wird selbst zum Krakenarm. Die Arme dürfen sich aber nicht nach unten bewegen. Das Ziel des Spiels ist erreicht, sobald nur noch eine Person der Gruppe in Bewegung ist. Diese ist dann der neue Krake.

Gruppenknobeln (Stein-Schere-Papier)

Als Vorbereitung wird ein Spielfeld mit Kreide oder Tesakrepp gekennzeichnet. Zwischen dem Rand des Spielfelds und der Mittellinie sollten jeweils ungefähr zehn Meter Abstand sein. Falls Knobeln nicht bekannt ist, muss zunächst die Grundidee davon erklärt werden: Eigentlich ist Knobeln ein Spiel zu zweit, in dem bestimmte Zeichen, die überlegen oder unterlegen sind, bei 1-2-3 gezeigt werden. Die Faust bedeutet „Stein“, gespreizte Finger stellen die „Schere“ dar und die flache Hand ist das „Papier“. Der Stein ist der Schere überlegen, da er sie stumpf macht. Hingegen wird er vom Papier eingewickelt und ist ihm somit unterlegen. Die Schere wiederum ist dem Papier überlegen, da sie es zerschneiden kann. Beim Gruppenknobeln gibt es zwei Teams. Jedes Team macht für sich ein Zeichen aus. Dann stellen sich die Teams in zwei Reihen an der Mittellinie auf. Alle rufen laut „eins, zwei, drei“, schwingen dabei die Faust und machen bei „drei“ ihr Zeichen. Die Unterlegenen müssen sich so schnell wie möglich hinter ihre 10-Meter-Linie retten. Die Überlegenen fangen sich neue Teammitglieder. Bei gleichen Zeichen passiert Nichts. Das Ganze geht so lange, bis eine Gruppe aufgelöst ist oder die Lust am Spiel abflaut.

Ketten fangen (Große Kette)

Eine Person ist die Fängerin, die anderen versuchen, sich vor ihr zu retten. Wer gefangen wird, muss sich mit ihr verbinden, so dass mit der Zeit eine immer längere Kette entsteht. Nur die äußeren beiden Hände dürfen abschlagen. Das Spiel ist zu Ende, sobald nur noch eine Person übrig ist, diese wird dann die neue Fängerin.

Ketten fangen (Zweier-Zweck)

Der Spielverlauf ist der Gleiche, nur teilt sich die Kette in Paare, die unabhängig voneinander wieder neue Opfer fangen können. Die Teilung einer Kette erfolgt erst bei vier Personen.

Fuchs und Eichhörnchen

Es gibt einen Fuchs, die anderen SpielerInnen sind die Eichhörnchen. Der Fuchs versucht, die Eichhörnchen zu fangen. Wenn er eins erwischt, so versteinert dieses und kann sich nicht mehr bewegen. Da der Fuchs eine „schwache Stelle“ - nämlich seinen Schwanz - hat, können die Eichhörnchen den Fuchs besiegen, indem sie ihm den Schwanz stehlen. Der Schwanz ist ein Tuch, das in die Hose oder in den Rock gesteckt wird. Es darf nicht festgebunden oder festgehalten werden.

Krabbenkampf

Das Spiel wird in Paaren gespielt. Die beiden SpielerInnen setzen sich auf den Boden. Sie stemmen ihre Füße vor sich auf den Boden und stützen sich hinten mit den Händen ab. Nun wird das Gesäß hochgehoben. Es entsteht eine „Brücke“. Die Krabbe ist nun auf ihren vier Beinen und beginnt, die gegnerische Krabbe anzugreifen. Sobald die gegnerische Krabbe ihren Podex in Bodenkontakt bringt, hat sie verloren. Die Krabben gehen auseinander und suchen sich eine neue GegnerIn. Das Spiel geht auch mit Zwei-Personen-Krabben. Diese wer-

den gebildet, indem sich die beiden TeilnehmerInnen Rücken an Rücken stellen, sich mit den Armen unterhaken und in die Hocke gehen.

Flamingos und Pinguine

Flamingos sind sehr graziöse Tiere, sie bewegen sich ausladend und langsam durch den Raum. Sie stelzen umher und lassen sich nicht aus der Ruhe bringen. Es gibt jedoch eine Gefahr für diese Flamingos: eine SpielerIn ist nämlich zu Beginn des Spiels kein Flamingo, sondern ein Pinguin, der durch den Raum watschelt. Dieser versucht, die Flamingos zu berühren. Gelingt ihm dies, so verwandelt sich der jeweilige Flamingo ebenfalls in einen Pinguin. Der letzte übrig gebliebene Flamingo verwandelt dann auf die gleiche Weise die Pinguine wieder zurück in Flamingos.

Hüte-Schlacht

Jede bastelt sich aus einer großen Zeitung einen Hut und setzt ihn auf. Dann werden Zweikämpfe begonnen, wer dabei seinen Hut verliert, scheidet aus. Dieser Kampf kann auch in der Gruppe stattfinden.

Füße schlagen

Aus Zeitungspapier wird eine Rolle hergestellt. Die SpielerInnen sitzen im Kreis, in der Mitte steht eine Person mit der Zeitungsrolle. Diese versucht, ebenfalls einen Platz im Kreis zu ergattern. Sie kann ihn dadurch erhalten, indem sie mit der Zeitungsrolle einen Fuß trifft, der sich auf dem Boden befindet. Die betreffende Person muss dann den Platz mit ihr tauschen.

Fang das Tuch/den Ball

Eine Person ist die Fängerin und hat die Aufgabe, ein Tuch zu fangen, das die anderen TeilnehmerInnen sich gegenseitig zuwerfen. Erwischt sie es, so wird die Person, die das Tuch als letzte in der Hand hatte, zur neuen Fängerin. Das Spiel funktioniert auch mit Bällen, Tannenzapfen, Luftballons usw.

Mäusejagd

Eine SpielerIn ist der Kater, die anderen TeilnehmerInnen bilden die Mäusegruppe. Diese wählt eine Maus aus, die dem Kater allerdings nicht mitgeteilt wird. Die Gruppe wechselt nun auf die Seite des Katers. Der Kater versucht herauszufinden, wer die Maus ist und versucht, diese zu fangen. Ziel der Mäusegruppe ist, die Maus sicher von der einen Ecke des Raums zur anderen zu bringen. Wenn es dem Kater gelingt, die Maus zu fangen, so wird diese zum neuen Kater.

Achtsamkeitsspiele und -übungen

Cukr káva limonáda čaj rum bum

Eine Person steht mit dem Rücken zur Gruppe und sagt den oben stehenden Spruch. Während des Sprechens darf sich die Gruppe auf diese Person zubewegen. Sobald diese jedoch fertig gesprochen hat, dreht sie sich um – wer sich dann noch bewegt, muss wieder

an den Startpunkt zurück. Dann dreht sie sich wieder um und sagt erneut ihren Spruch auf. Wer als erstes die Person berührt, die den Spruch aufsagt, darf mit ihr die Rolle tauschen.

Die Roboter sind los

Jeweils zwei SpielerInnen stellen sich zusammen. Es wird abgesprochen, wer als erstes den Roboter spielt. Der Roboter kann nur eckige Bewegungen machen und lässt sich durch leichten Druck auf die Arme oder Schultern nach links oder rechts steuern. Mehr nicht - der Abschalthebel ist unbekannt! Nun ist folgender technischer Fehler eingetreten: Die Roboter geraten alle in Betrieb und laufen los. Sie reagieren nur Richtungsangaben nach links bzw. rechts. Die Verantwortlichen der Roboter müssen möglichst viele Zusammenstöße vermeiden. Stößt ein Roboter auf ein Hindernis, dreht er sich im Kreis und geht dann wieder los.

Berühre mich nicht

Jede legt die linke Hand so auf den eigenen Rücken, dass die Handfläche nach außen zeigt. Mit der rechten Hand wird nun versucht, die linke Hand der anderen zu berühren. Gleichzeitig versuchen alle zu vermeiden, von den anderen berührt zu werden.

Maskenparade

Alle sitzen im Kreis. Eine Person wendet ihren Kopf nach links, schneidet eine Grimasse, dreht den Kopf dann langsam nach rechts und schaut ihren Nachbarn an. Dieser übernimmt die Grimasse und dreht seinerseits wieder den Kopf nach rechts, um die Grimasse weiterzugeben. Währenddessen kommt von links schon wieder eine neue Maske, die er übernimmt und sogleich wieder nach rechts weitergibt. Diese Maskenparade kann drei oder vier Runden lang fortgesetzt werden.

Rhythmuskreis

Eine Person gibt einen Rhythmus vor, die anderen stimmen ein. Durch Klatschen, Laute oder kurze Singstücke wird daraus eine richtige Symphonie zum Einstimmen.

Dschungeltöne

Alle stehen mit geschlossenen Augen im Kreis. Der Dschungel erwacht mit leisen, vorsichtigen und verschlafenen Tönen. Nach und nach wird es immer lauter. Jede bringt sein Tier oder beliebige Phantasietöne ein. Um die Mittagszeit ist alles recht laut, danach beginnt die Siesta - oder?

Aura

Die Spieler bilden Paare. Die Paare stellen sich gegenüber mit ausgestreckten Armen auf, sodass die aufgerichteten Handflächen sich leicht berühren. Die Spieler lösen die Handflächen ein wenig voneinander, schließen die Augen und versuchen nun die "Aura" des anderen zu spüren. Auf ein Kommando drehen sich die Spieler mit geschlossenen Augen um 360° und versuchen blind die Handfläche des anderen wiederzufinden. Die Spieler öffnen anschließend die Augen und überprüfen, ob sie die richtige Position eingenommen haben. Das Spiel kann einige Runden mit wechselnden Partnern weiter gespielt werden.

Wow

Die TeilnehmerInnen stehen im Kreis, eine Person steht in der Mitte. Diese gibt einen Impuls an eine andere Person im Kreis weiter, die ihn anschließend wieder zurückgibt. Der Impuls ist ein Händeklatschen und ein lautes „Wow“.

Impulse wahrnehmen

Alle stehen im Kreis. Eine Person fängt an und gibt in eine Richtung des Kreises ein Händeklatschen als Impuls weiter, das von Person zu Person weitergegeben wird. In die andere Richtung gibt die erste Person dann ein Fußstampfen weiter, das ebenfalls zirkulieren soll – ohne dass das Händeklatschen dabei verloren geht!

Elektrizität

Die Spieler sitzen im Kreis und halten sich an den Händen. Der Spielleiter ist die „Schaltstation“ und schickt nach und nach „Stromstöße“ durch die „Ringleitung“. Dazu drückt er mit der rechten Hand (natürlich nicht zu doll!) die Hand seines rechten Sitznachbarn. Der mit der linken Hand aufgenommene Druck muss sofort mit der rechten Hand weitergegeben werden. Je schneller der Händedruck im Kreis herumwandert, desto besser. Um das Spiel zu erschweren, sendet der Spielleiter in immer kürzeren Abständen „Stromstöße“ aus oder wechselt zwischendurch auch die Senderichtung. Dabei muss darauf geachtet werden, ob alle Mitspieler aufgepasst haben und sich nicht zwischendurch „Leitungsstörungen“ finden lassen.

Imaginärer Ball/Fisch

Eine Person fängt an und wirft einer anderen Person einen imaginären Ball zu. Dieser verändert beim Zuwerfen seine Größe und sein Gewicht – mal ist er sehr groß, dann wieder winzig klein. Und manchmal so leicht wie eine Feder und dann plötzlich so schwer, dass ich ihn kaum tragen kann.

Integrationsspiele

Im Grunde sind alle Spiele in denen eine Person einen Platz in einer Gruppe sucht - spiele die sich mit dem Thema Ausschluss und Integration beschäftigen. Dies sind Kreisspiele aber auch Spiele im offenen Raum.

Stuhlbesetzen

Alle sitzen im Kreis, zwei Stühle sind leer. In der Mitte des Kreises stehen zwei Personen, die versuchen müssen, auf die leeren Stühle zu gelangen. Die Gruppe bewegt sich im Uhrzeigersinn im Kreis, die SpielerInnen in der Mitte versuchen dabei, einen Platz zu ergattern. Gelingt ihnen dies, so muss die Person aus dem Kreis, die zu langsam war, in die Mitte und versucht nun ebenfalls, einen Platz zu erlangen.

Der schlaue Fuchs geht um

Die SpielerInnen sitzen als Hühner im Kreis. Der Fuchs umkreist den Hühnerstall im Uhrzeigersinn und lässt ein Halstuch fallen. Die Person, hinter der das Halstuch liegt, muss schnell aufspringen und in die entgegen gesetzte Laufrichtung des Fuchses rennen. Beide versuchen dabei, so schnell wie möglich auf den frei gewordenen Platz zu gelangen. Wenn

das Huhn schneller war, so muss sich der Fuchs ein neues Opfer suchen. War jedoch der Fuchs schneller, so wird das Huhn zum Fuchs und sucht sich ein neues Opfer.

Guten Morgen, Frau Nachbarin

Die gleiche Spielidee, nur müssen sich die SpielerInnen beim Zusammentreffen „Guten Morgen, Frau Nachbarin“ sagen und sich mindestens die Hand geben – wobei aus dem Zusammentreffen natürlich auch ein kleines Schwätzchen entstehen oder auch eine kleine Gefälligkeit notwendig werden kann. Es darf jedoch nicht zu Handgreiflichkeiten kommen. Wichtig sind Mimik und überzeugende Gestik. Im internationalen Bereich hat dieses Spiel schon manche Heiterkeit ausgelöst, da der Gruß kulturelle Unterschiede aufweist und der Handschlag zur Begrüßung nicht immer ausreicht.

Fliegender Holländer

Diese Version ist ähnlich wie die beiden vorherigen, mit dem Unterschied, dass in diesem Fall in Paaren gespielt wird. Die SpielerInnen stehen im Kreis und halten sich an den Händen fest. Ein Paar läuft um den Kreis herum und trennt mit einem leichten Schlag die Hände zweier SpielerInnen. Nun müssen sich diese beiden an die Hand nehmen und in entgegengesetzter Richtung schneller als das erste Paar sein.

Mikrowelle-Toaster-Elefant

Was haben diese gemeinsam? Es ist ein Kreisspiel, bei dem eine Person in der Mitte steht und versucht, ebenfalls einen Platz im Kreis zu bekommen. Die Person in der Mitte sagt einen Begriff und deutet auf eine Person. Diese Person sowie jeweils ihre rechte und linke NachbarIn müssen dann den entsprechenden Begriff darstellen. Beim Toaster sind die beiden NachbarInnen rechts und links das Toastergehäuse (mit ausgestreckten Armen), die Person in der Mitte springt wie ein Toast in dieser Maschine herum. Bei der Mikrowelle stehen alle drei in einer Reihe und öffnen mit angewinkelten Ellbogen die Arme (mit einem klaren „Bing!“). Beim Elefant stellt die mittlere Person mit ihren Armen den Rüssel dar, die beiden äußern die Ohren. Zusätzlich kann jede Gruppe noch neue Begriffe und Bilder entwickeln, wodurch immer neue Versionen dieses Spiels entstehen.

Leerer Stuhl

(Achtung, die geht nur in einem großem Raum und mit Stühlen **ohne** Armlehnen) Die Stühle werden willkürlich im Raum verteilt. Jede Person setzt sich auf einen Stuhl. Es darf kein leerer Stuhl im Raum stehen. Ansonsten kenntlich machen, dass dieser Stuhl nicht zum Spiel gehört. Die Spielleitung (SL) steht auf und erklärt das Spiel. Die Aufgabe der Gruppe ist es zu verhindern, dass die SL einen Platz findet. Regeln: Die Person, die einen Stuhl sucht geht langsam. Die Stühle dürfen nicht verrückt werden. Wer einmal aufgestanden ist, kann sich erst einmal nicht auf den gleichen Stuhl zurücksetzen. Die Spieler können miteinander sprechen. Dann versucht die SL einen Stuhl zu erreichen. Hat sie sich gesetzt, kann sie noch einmal aufstehen und der Gruppe eine weitere Chance geben. Es kann sich aber auch jemand anderes freiwillig erklären. Auf keinen Fall darf ein Sanktionssystem entstehen, in dem jemand der zu langsam war als nächstes suchen muss.

Ich fahre mit!

Die Spieler sitzen im Kreis. Die Stühle sind eng gestellt. Die SL steht auf und geht in die Mitte. Sie erklärt das Spiel. Die Person, deren rechter Platz frei ist, legt ihre rechte Hand auf die Stuhlfläche und wünscht sich eine Person her. Diese Person nimmt den Platz ein. Nun ist wieder ein rechter Stuhl frei. Dieser wird nun wie folgt besetzt. Der erste Spieler ruft laut: "Ich fahre" und rückt nach rechts. Der zweite Spieler ruft "Ich fahre mit" und rückt nach rechts. Der dritte Spieler ruft: "Ich auch!" und rückt ebenfalls nach rechts. Die vierte Person legt ganz schnell die Hand auf den freien rechten Stuhl und kann sich jemanden her wünschen.

Die Person in der Mitte kann versuchen einen freien Platz zu ergattern. Können die Spieler nicht richtig zählen, so hat die Person in der Mitte auch eine Chance. Wenn die vierte Person, statt die Hand auf den Stuhl zu legen weiterrückt, darf sie auch in die Mitte.

Schafstall

Es bilden sich Gruppen mit drei Personen. Eine Person steht in der Mitte. In der Regel ist dies am Anfang die Spielleitung. Die drei Personen bilden nun folgendes ab: In der Mitte ist das Schaf, das in die Hocke geht. Links und Rechts vom Schaf ist der Stall. Die Spieler nehmen die Hände nach oben und bilden ein Dach über das Schaf.

Die Person in der Mitte ruft nun "**Schaf**", dann tauschen alle Schafe die Plätze und der Spieler in der Mitte kann sich dabei auch einen Platz suchen. Dann kann die Person in der Mitte "**Stall**" rufen. Die Ställe tauschen nun die Plätze. Die dritte Möglichkeit bei der alle die Plätze tauschen ist der Ruf: "**Schafstall**".

Alle die...

Stuhlkreis und eine Person steht in der Mitte. Diese stellt an eine Frage, die sie selbst auch mit ja beantworten kann. Alle die diese Frage mit "Ja" beantworten können, müssen sich einen neuen Platz suchen. Die Nachbarplätze sind nicht erlaubt. In diesem allgemeinen Stuhlwechsel sucht sich die Mittenperson natürlich einen Platz und so steht eine andere Person in der Mitte. Die Leitung spielt mit und kann mittels spezifischer Fragen die Thematik etwas steuern. Es sollte auch hier die Regel gelten, dass kein Spieler beschämt wird. Also die Frage: "Wer von euch hat schon mal was geklaut?" sollte nicht gestellt werden dürfen. Aber Talente, Fähigkeiten, Bedingungen sind hier sehr wichtig. Beginnen kann es ja mit Kleidungsstücken. z.B. "alle die eine Jeans anhaben"

Duell der Augen

Die Spieler sitzen im Kreis. Auf das Kommando "Schauboden" richten alle Spieler ihren Blick auf den Boden. Jeder überlegt sich nun einen Mitspieler, den er angucken wird, sobald der Blick wieder aufgerichtet werden darf. Auf das Kommando "Hochschau" sehen alle Spieler auf und blicken den ausgewählten Mitspieler an. Sehen sich zwei Mitspieler gleichzeitig in die Augen, scheiden sie aus. Das Spiel geht so lange weiter, bis nur noch zwei Mitspieler übrig sind.

Ringsuche

Die Mitspieler sitzen im Kreis und halten mit beiden Händen eine Schnur fest, deren Enden fest zusammengeknotet sind. Um die Schnur herum wurde zuvor der Ring eines

Schlüsselbundes gezogen. Ein Teilnehmer steht in der Mitte, um den Ring zu suchen. Die Mitspieler müssen nun möglichst schnell den Ring von einem Spieler zum nächsten weiterreichen (egal in welche Richtung), sodass der Spieler in der Mitte nur mit Schwierigkeiten erkennen kann, wo sich der Ring gerade befindet. Um den Spieler zusätzlich zu täuschen, dürfen alle anderen Spieler, die gerade gar nichts mit dem Ring zu tun haben, ihre Hände natürlich ständig in Bewegung halten. Der Spieler, bei dem der Ring doch entdeckt wird, muss als nächstes in den Kreis.

Übungen, die mit dem Thema Unterschied und Gemeinsamkeit arbeiten

→ siehe Unterschied Übungen und Spiel (S.3)

Mikado-Spiel anders

Regeln:

1. Greifen Sie sich so viele Mikadostäbe, wie Sie bekommen können.
2. Altbekannte Mikadoregeln und deren Punktbewertung gelten nicht.
3. Keine Verletzungen! Ansonsten ist alles erlaubt!
4. Jeder Stab in jeder Hand zählt bei der abschließenden Wertung 10 Punkte.
5. Verhandeln Sie im Team um das Ergebnis zu optimieren.
6. Das Endergebnis wird nach 10-15 Minuten festgestellt.

Reflexion:

Wie wurde an einer gemeinsamen Lösung gearbeitet. Wurden die einzelnen nach ihren Einschätzungen gefragt oder ging es mehr um eine schnelle effektive Lösung.

Ich-Tüte:

Man braucht dazu eine große Papiertüte und Stifte. Auf die Papiertüte wird der Name geschrieben und was auf den ersten Blick zu sehen ist. In die Tüte kommen entweder Dinge von zuhause oder falls dies nicht möglich ist, drei Gegenstände die sehr typisch für einen selbst sind.

Einsame Insel

Im Raum werden drei Tische aufgestellt. Mit einigen einführenden Wort - es kann auch eine Phantasiereise (Schiffahrt, Seeunglück, auf einsame Insel retten) sein, werden die TN in drei Gruppen aufgeteilt.

Die drei gestrandeten Gruppen bekommen nun folgende Anweisungen:

- „Findet für eure Insel Regeln des Miteinanders“
- „Entwerft ein Insellogo, eine Inselflagge“

Die TN bekommen ausreichend Zeit für diese Aufgaben und werden erst einmal nur beobachtet.

In einem zweiten Schritt geben die Leiter ein wenig Hilfestellung und forderten auf, sich für eine Hauptregel zu entscheiden.

Nach dieser Kleingruppenarbeit gab es eine Präsentation der drei Inselgruppen und der jeweiligen Hauptregel.

Reflexionsfrage:

Gibt es wohl eine einzige gemeinsame Regel für alle Menschen auf dem Planet Erde?

Ich bin Viele

Moderationskarten/Zettel

Eine Übung zum Kennenlernen und Wahrnehmen von (auch eigener) Heterogenität sowie Gemeinsamkeiten der Gruppenmitglieder. Wesentlicher Bestandteil ist das Nachdenken über die eigene Identität.

Jeder Teilnehmer überlegt für sich, welchen verschiedenen Kulturkreisen, Gruppen, Vereinen, Kategorien usw. er selber angehört bzw. er sich zugehörig fühlt und schreibt diese auf Karten. Im Plenum stellt anschließend jeder Teilnehmer seine Karten vor. Die Karten werden für alle sichtbar in der Mitte des Stuhlkreises oder vorne an der Tafel/Pinnwand gesammelt, sodass die Vielfältigkeit (und natürlich auch die Gemeinsamkeiten) der Gruppenmitglieder gut sichtbar werden.

Schau dir die Karten an:

Ist das Ergebnis für dich überraschend oder trifft es deine Erwartungen?

Gibt es Zugehörigkeiten, die du in manchen Situationen besonders betonst oder auch verschweigst? Warum?

Welche Stärken kann Verschiedenheit mit sich bringen?

Kann Verscheidenheit auch Schwierigkeiten bereiten? Wenn ja, warum?

Was ist Identität? Welchen Sinn hat Identität?

Ich bin Italiener...

Die Gruppe bildet einen Stuhlkreis. Hinzu kommen drei freie Stühle, die für alle gut sichtbar nebeneinander aufgestellt werden.

Der Spielleiter setzt sich auf den mittleren der drei freien Stühle und sagt laut: "Ich bin Italiener. Wer passt zu mir?"

Die Teilnehmer überlegen nun spontan, wer zu der genannten Person (hier: Italiener) passen könnte. Hat ein Teilnehmer eine Idee, steht er auf, setzt sich neben den Spielleiter auf einen der beiden freien Stühle und sagt laut, wen er sich ausgedacht hat (hier z.B. "Ich bin Don Camilo.") Ein weiterer Teilnehmer setzt sich auf den anderen freien Stuhl und sagt ebenfalls laut wen er darstellt (hier z.B. "Ich bin die Sonne" Der Spielleiter sucht sich nun eine der beiden Personen aus, die seiner Meinung nach am besten zu ihm passt (hier z.B. könnte sich er für die Sonne entscheiden). Der Spielleiter und die auserwählte Person stehen auf und setzen sich zurück in den Stuhlkreis.

Der Übriggebliebene (hier: Sonne) rückt nun auf den mittleren der drei freien Stühle und sagt laut: "Ich bin die Sonne. Wer passt zu mir?" Die Teilnehmer überlegen sich erneut je eine passende Person und führen das Spiel wie oben genannt fort.

Das Kulturbarometer

Themenbereich:

Positionierung; Nachdenken über „Kultur“ und deren vielfältige Bedeutungen

Alter:

ab 14 Jahren

TN-Zahl:

beliebig

Zeit:

20 – 40 Min., je nach Länge und Intensität der Diskussionen

Material:

Kulturdefinitionen, ein Kärtchen mit 100% /Ja, ein Kärtchen mit 0% / Nein

Kurzbeschreibung:

Auf einer imaginären Linie positionieren sich die TN zwischen 100% /Ja und 0% /Nein zu folgenden Aussagen: Ich verbinde mit Kultur

- andere Länder
- Oper, Theater, Malerei, Kunst
- unterschiedliche Denk- und Verhaltensweisen
- Missverständnisse
- meine eigene Herkunft
- Vorurteile
- andere Schrift
- etwas, dass sich verändert und neu bildet
- Sitten, Gebräuche, Regeln
- die Pfadfinderkultur
- etwas, dass ich durch Familien, Schule, Gesellschaft lerne
- Toleranz
- eine bestimmte Gemeinschaft von Menschen
- ... (eigene Vorschläge)

Definitionen zu **Kultur** und **interkulturellem Lernen**:

Kultur ist für uns ein Orientierungssystem, an dem wir unser Handeln ausrichten und durch das wir in unserem Wahrnehmen, Denken und Fühlen beeinflusst werden.

Interkulturelles Lernen findet statt, wenn Menschen unterschiedlicher Kulturen sich im Umgang miteinander bemühen, das kulturelle Orientierungssystem des anderen zu verstehen.

„Könnt ihr sehen, was ich sehe?“

Themenbereich:

Jeder Mensch sieht die Dinge anders und hat einen eigenen Blickwinkel.

Alter:

ab 7 Jahren

TN-Zahl:

beliebig

Zeit:

15 – 20 Min.

Material:

Ein Blatt A4 Papier und einen Stift für jedes Gruppenmitglied, Klebeband

Kurzbeschreibung:

Jeder sieht die Dinge anders – warum sehen wir uns also nicht unseren Gruppenraum an? Alle wählen einen bestimmten Blickwinkel, der ihnen gefällt, und zeigen ihn den anderen. Jeder erhält ein Blatt Papier und einen Stift. Die Spielleitung bittet die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, ihre Namen auf das Blatt zu schreiben und dann ein Loch hinein zu machen, so dass das Blatt Ähnlichkeit mit einem Rahmen hat (es spielt keine Rolle, welche Form das Loch hat, solange man durchsehen kann). Anschließend suchen sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen Gegenstand, an dem sie ihren Rahmen befestigen, oder eine Ansicht, die sie darin einfangen. Die Fantasie hat freien Lauf – erlaubt ist, was gefällt! Danach laden die Teilnehmenden einander ein, durch ihre Rahmen zu blicken und zu beschreiben, was sie sehen. Wenn die alle einen Blick durch die meisten Rahmen geworfen haben, kann das Spiel beendet werden.

Fragen für eine Diskussion:

- Könnten die anderen durch deinen Rahmen das erkennen, was du gesehen hast?
- Gab es überraschende oder neue Perspektiven für dich?
- Hast du durch den Rahmen anderer das gesehen, was sie dir zeigen wollten?

„60 Sekunden sind eine Minute – oder nicht ?“

Themenbereich:

Jeder hat ein eigenes Zeitgefühl.

Alter:

ab 10 Jahren

TN-Zahl:

beliebig

Zeit:

zwischen 2 Minuten und 20 Sekunden

Material:

Eine Uhr für die Spielleitung, einen Stuhl für jede Person
Es darf keine tickende Uhr im Raum sein.

Kurzbeschreibung:

Wir wissen alle, dass die Zeit relativ ist – aber was bedeutet das eigentlich? Jeder kann bewusst die eigene Minute erleben und mit den anderen vergleichen. Alle vorhandenen Uhren werden außer Sicht- und Hörweite gebracht. Dann üben alle, sich leise – und mit geschlossenen Augen – auf ihre Stühle zu setzen. Danach bittet die Spielleitung alle, aufzustehen und die Augen zu schließen. Auf das Kommando „JETZT“ zählen alle 60 Sekunden lang und setzen sich anschließend hin. Das Spiel funktioniert nur, wenn alle die ganze Zeit über leise sind. Sobald sich die Teilnehmenden gesetzt haben, können sie die Augen öffnen, aber nicht vorher. Wichtig ist, dass die Letzten nicht ausgelacht werden. Vielleicht haben sie nur einen sehr „langsamen“ Tag.

Das Spiel zeigt eindeutig, dass der Zeitbegriff etwas Relatives ist und dass jeder Mensch eine andere Beziehung zur Zeit hat. Nach dem Spiel kann darüber diskutiert werden, ob es kulturell bedingte Unterschiede in der Zeitwahrnehmung gibt.

Domino

Themenbereich:

Einstieg und Kennen lernen, Gruppengefühl; Bewusstwerden, dass in einer Gruppe Unterschiede und Gemeinsamkeiten existieren

Alter:

ab 7 Jahren

TN-Zahl:

beliebig

Zeit:

10 Min.

Material:

evtl. Liste mit Merkmalen, falls den TN selber nichts mehr einfällt, viel Platz

Kurzbeschreibung:

EinE TN gibt der Gruppe persönliche Eigenschaften wie Aussehen (Augenfarbe, Haarfarbe, Größe...), Hobbies, Geschwisteranzahl, Lieblingsessen oder themenbezogene („Ich mag...“, „Ich fühle mich...“, „Ich bin der Meinung, dass...“) wie folgt der Gruppe bekannt.

„Auf meiner linken Schulter habe ich blaue Augen und auf meiner rechten Schulter mag ich es, Freunde zu treffen.“

Wenn jemand aus der Gruppe eine der Eigenschaften teilt, legt er oder sie die Hand auf die betreffende Schulter (oder den Kopf auf die Schulter oder den Fuß an den betreffenden Fuß ...) der Person und macht entsprechend weiter: „Auf meiner rechten Schulter habe ich blaue Augen und auf meiner linken Schulter...“.

Am Ende soll ein Kreis entstehen. Es ist aber auch möglich, die Spielregeln zu erweitern und sich überall „Anschlussstellen“ zu suchen.

Fotosafari (ohne Kamera)

Ihr findet euch in Paaren zusammen. Dabei ist jeweils eine Person in dem Paar der Fotoapparat, die andere ist Fotografin. Der Fotoapparat nimmt die Hände wie ein Fernglas vor die Augen und schließt die Augen. Die Fotografin führt ihn vor sein Objekt und löst durch einen kleinen Impuls auf dem Kopf die „Belichtung“ aus. Der „Fotoapparat“ öffnet für kurze Zeit die Augen. Die Aufgabe der Fotografin ist die Zusammenstellung einer Fotoserie zum Thema „Symbole dieser Kultur“. Nachdem ca. zehn „Bilder“ geschossen wurden wird angehalten und die Person, die den Fotoapparat spielte, erzählt, welche Stimmung sie mit diesen „Bildern“ erhalten hat.



Mit der Übung Fotosafari kannst du die Verbindung von sichtbaren Symbolen und der emotionalen Erfahrung vermitteln. Ähnliches geht über den Tastsinn, Geschmackssinn oder Geruchssinn. Diese Erfahrungsfelder sind offen und bieten ungeahnte Möglichkeiten. Schließe doch einmal die Augen in einem Zugabteil und du wirst sehr schnell die unterschiedlichen Gerüche der Menschen und der Dinge, die sie herumtragen wahrnehmen. Du wirst auch in Bewertungen gehen und versuchen zu verstehen, wieso die eine Person diesen besonderen Duftstoff mit sich herumtragen muss.

Übungen zu personalen und kulturellen Themen:

Bewegungsübernahme

Ziel: Sensibilisierung und Phantasieentwicklung, sich auf die anderen einstellen, nonverbale Kommunikation

Zielgruppe: Jugendliche, Erwachsene (8-16 Personen)

Einsatz: Vorübung zu Schattentanz und Spiegeln

Beschreibung der Übung:

Alle Personen stehen im Kreis und jemand (A) im Kreis beginnt eine Bewegung. Sobald erkenntlich ist, worum es sich handelt, kopiert sie die rechte Nachbarin (B). Erst wenn (A) mit der Übernahme zufrieden ist, hört sie mit der eigenen Bewegung auf. B variiert nun die begonnene Bewegung etwas oder baut sie aus. Sobald sie diese vollständig entwickelt hat, gibt sie die Bewegung an ihre Nachbarin weiter.

Dauer: 30 Min,

Anmerkungen:

Für mich ist diese Übung zur Einschätzung wie offen ist die Gruppe für weitere Wahrnehmungsübungen. Wie gehen die Einzelnen auf die Anderen ein. Wenn ich bei dieser Übung starke Abwertungen und Widerstände spüre, würde ich den Schattentanz und das Spiegeln nicht anbieten.

Ergebnis: Es geht um eine Steigerung der Wahrnehmung und der Achtsamkeit auf die kleinen Unterschiede.

Bezug zum Inhalt: kulturelle Wahrnehmung

Auswertung: Ich würde keine Auswertung machen.

Zweierspiegel

Ziel: Mimetische Unterschiede wahrnehmen lernen. Sich in den anderen einfühlen.

Zielgruppe: Jugendliche, Erwachsene

Einsatz: Übung zu Wahrnehmung, Einstieg um Unterschiede zu beschreiben ohne zu bewerten.

Beschreibung der Übung:

Die Gruppe teilt sich in Zweiergruppen auf (durch Abzählen, Selbstwählen oder wie auch immer). Jedes Paar spielt nun für sich selbst. Es gibt keinen Vorspieler und keinen Nachmacher, beide sind gleichermaßen Spiegel und Initiator. Jeder muss dabei sehr stark auf den Partner achten, beide müssen ein Gefühl füreinander entwickeln, soll die Übung gelingen. Vielleicht bilden sich gewisse Wiederholungsmechanismen heraus oder irgendeine indirekte Verständigung. Beide müssen sich jedoch aufeinander einspielen, damit die Nachahmung unmittelbar folgt. Beide werden zum Spiegelbild des anderen.

Dauer: Übung 10 Min., Auswertung 30 Min

Anmerkungen:

Es ist bei dieser Übung wichtig, die Zeit auszuhalten. 20 Minuten sind eine sehr lange Zeit und die Tn wollen es in der Regel vorher abbrechen, da nach 5 Minuten eine „Leerlaufphase“ ausbricht. Doch genau um diese geht es. In dieser Phase der „Ratlosigkeit“ kommen die Grundannahmen (Antagonismen) zum Vorschein. Der Begriff „Unterwerfung“ löst bei einige Teilnehmenden oder auch Kulturgruppen heftigen Widerstand aus. Wir unterwerfen uns ja nicht, wir passen uns an, oder wir sind nachgebend und nicht auf uns selbst bezogen, so die Argumente. Dennoch ist es wichtig diese Variante der Dynamik beizubehalten. Die Begriffe sind auch ein schöner Diskussionsstoff.

Ergebnis: In dieser Übung müssen beide für sich klären, wie sie mit dieser Situation umgehen. Es entwickelt sich Stress, der mit Hilfe kultureller Grundannahmen geklärt wird. Es werden kulturellen Themen visualisierbar:

Bezug zum Inhalt:

Macht und Unterwerfung, Beziehung oder Aufgabe, Umgang mit Zeit.

Auswertung:

In der Auswertung ist es wichtig die Gefühle in dem Zusammenspiel herauszuarbeiten. Fragen die dabei helfen: Welche Gefühle hatte ich in der Übung? Wann spürte ich Langeweile, wann Anspannung und Ungeduld? Wie konnte ich spüren, dass der Andere Dominiert oder hatte ich gar keinen Zugang zu diesem Gefühl? Wie erlebte ich das eine Unterwerfung mitgeteilt wird? Wie wurde mitgeteilt, das ich „gespiegelt“ werden möchte. In der Kleingruppenarbeit sollten die Paare zusammenbleiben. Weiterhin ist wichtig in den Sprachen und der Übersetzung genau zu bleiben. Vielleicht entdecken die Teilnehmenden, das die Machtbegriffe in den Sprachen auch sehr unterschiedliche Bedeutungen haben können.

Das Zimmer einrichten

Ziel: Wahrnehmung des einzelnen in der Gruppe, Zusammenarbeit

Zielgruppe: Jugendliche, Erwachsene, maximal 16 Tn.

Einsatz: Einstiegsübung zur Wahrnehmung und nonverbalen Kommunikation

Beschreibung der Übung:

Zuerst werden die Grenzen eines imaginären Zimmers abgesteckt. Eine freiwillige Pantomimin bringt nun einen unsichtbaren Gegenstand in diesen Raum. Um die anderen wissen zu lassen, was es ist, benutzt sie diesen Gegenstand pantomimisch (setzt sich auf den "Stuhl", kehrt mit dem "Besen", dreht den "Wasserhahn" auf...). Dann verlässt sie schweigend den Raum. Wer als nächstes Lust hat, trägt einen neuen Gegenstand ins Zimmer, benutzt ihn sowie das, was schon drin ist und geht ebenfalls. Jede benutzt nun ihren mitgebrachten Gegenstand und die Sachen, die die anderen schon hereingebracht haben. Die Art und die Kombination der zusammengetragenen Gegenstände geben dem Zimmer eine Identität (Badezimmer, Küche, Sauna...). Bei diesem Spiel ist es notwendig, zusammenzuarbeiten, sich zu merken, was die anderen schon ins Zimmer gebracht haben und wohin sie es gestellt haben.

Dauer: 40 Min

Anmerkungen:

Dieses Spiel fördert die Vorstellungskraft der Mitspielerinnen, außerdem ihre pantomimischen Fähigkeiten, da es klar erkennbar sein muß, was jeweils hereingebracht worden ist. Ebenso ist Zusammenarbeit und aufeinander Aufbauen ein wichtiger Faktor. Es können auch Gegenstände entfernt werden. Wichtig ist der eigenen Vorstellung einen Raum geben. Befindet sich ein Sofa, eine Badewanne und ein Kochherd im Raum kann sehr gut damit zum Thema kulturelle Unterschiede gearbeitet werden. Jeder sollte aber bei dem eigenen Bild eines Zimmers bleiben und nicht, weil „sie so nett sind“ alles erdulden. .

Ergebnis:

Die Tn entdecken den Umgang mit den Unterschieden und die Grenzen der Toleranz kennen.

Bezug zum Inhalt:

Wahrnehmung. Grenzen wahrnehmen und setzen. Die kulturelle Gestalt eines Raumes, Antagonismen: offen – geschlossen,

Auswertung:

Ab 8 Personen Kleingruppen bilden und am Ende ins Plenum berichten lassen. Fragen die bei der Auswertung helfen: Was habe ich bei mir selbst wahrgenommen, als die Dinge in den Raum gestellt wurden? Welche Gefühle (Ärger, Eifersucht, Freude,...)haben mich geleitet selbst Dinge hinzuzufügen? An welchem Punkt habe ich Verwirrung wahrgenommen? Wie konnte ich mit meiner Verwirrung umgehen? Im Plenum kann noch eine Einheit zur Wahrnehmung von kulturellen Unterschieden - zum Beispiel Vordergrund-Hintergrund-Geschichten - hinzugefügt werden.

Wo befinde ich mich?

Ziel: Auflockerung, Spontaneität, nonverbale Kommunikation, interkulturelle Aspekte entdecken lernen

Zielgruppe: Jugendliche, Erwachsene, offenes Training

Einsatz: Einstiegsübung in interkulturelle Kommunikation,

Beschreibung der Übung

Eine Person verlässt den Raum. Während sie draußen ist, einigen sich die anderen schnell auf eine Szene und stellen diese pantomimisch vor (Eislaufen, eine Szene im Café, Bahnhof...). Dann muß die Person, die draußen gewartet hat, die Szene erraten.

Dauer: 25 Minuten, keine Auswertung

Anmerkungen:

Diese Übung öffnet für weiter mimetische Übungen. Sie kann natürlich speziell ausgewertet werden, dazu auch die Fragen. In einem interkulturellen Seminar mit Teilnehmenden aus der Elfenbeinküste, versuchten die deutschen Tn. den Eislauf szenisch darzustellen. Es war ein recht lustiges unterfangen, denn das erste was den Tn aus Togo einfiel war das skaten. Doch Eislauf und Winter war nicht einfach zu vermitteln.

Ergebnis:

Wahrnehmung von körperlichen Ausdruckformen, Öffnung für weitere mimetische Übungen zu dem Thema.

Bezug zum Inhalt:

Wahrnehmung, Rituale und Symbole,

Auswertung:

natürlich kann die Übung nach bestimmte Kriterien ausgewertet werden. Fragen die für eine Kleingruppenarbeit nützlich sind:

Welche Orte wurden gewählt?

Fand ich mich an diesen Orten zurecht?

Waren für mich Schwierigkeiten mit zu orientieren?

Die Margerite

Ziel: Wahrnehmen der unterschiedlichen kulturellen Einflüsse, integriert in die eigene Geschichte. Es dient zur Einführung über die Idee der eigenen Kultur und dem Erkennen wie viele kulturelle Einflüsse mich geprägt haben.

Einsatz: An Anfang eines Seminars zu kennenlernen und zum Verstehen der unterschiedlichen Wurzeln, die wir mitbringen.

Mittel: Blatt Papier, Stifte, Vorbereitetes Blatt mit einer leeren Margerite.

Übungsbeschreibung: Jeder sucht in seiner persönlichen Geschichte die Einflüsse, die seine Kultur entscheidend geprägt haben. Schreibe Deinen Namen in das Herz der Margerite und

schreibe in die Blätter die kulturellen Einflüsse. An die Spitze der Blätter schreibe in einem Kästchen wer die "Träger" dieser Kultur waren (Personen, Gruppen, Organisationen)
In internationalen Seminaren, empfiehlt es sich, statt der Worte Symbole oder Farben zu verwenden und die Blätter mit entsprechenden Symbole auszugestalten.

Erfahrungen:

Bezug : Eigene Kultur - Biografie, Transkultur,

Auswertung:

Wir haben die Erfahrung gemacht, dass es für die Teilnehmenden gut ist, sich zuerst in Kleingruppen auszutauschen. Dabei hat jedeR eine festgelegte Zeit, in der er/sie über ihre Empfindungen und die Ergebnisse auf dem Blatt berichten kann. Dann können die anderen nachfragen.

Zum Ende fragen wir nach den Gemeinsamkeiten oder Grundverschiedenheiten. Hilfreich sind ebenfalls Ähnlichkeiten bei der Rolle, die bestimmte Personen eingenommen haben, wie z.B. die Mutter oder der Vater.

In dieser Übung wird deutlich, dass wir durch verschiedene Kulturen beeinflusst und geprägt sind. Zu jedem kulturellen Einfluss finden wir Bezüge zu Menschen und Gruppen. Dies zu benennen „entzaubert“ die klassische Zuordnung in „Franzosen“ oder „Deutsche“.

Meine Erfahrung mit dieser Übung. Es reicht das Zuhören und kurze Nachfragen um einen Eindruck über die vielfältigen kulturellen Prägung zu erhalten. Ich greife in der Regel ein, wenn eine Präsentation kommentiert oder bewertet wird.

Der Kuss

Ziel: die einfachen Gesten und Rituale der Begrüßung wahrnehmen. Die Unterschiede im Verhalten und die Ähnlichkeiten der Absicht bemerken

Zielgruppe: Jugendliche, Erwachsene.

Zeitpunkt : Nach einer Einführung zu kulturellen Ritualen und ihrer Bedeutung zum Thema Grenze.

Dauer: 30 mn (5 mn Zeigen der Rituale; 5-10 mn Umsetzung für alle ; 10-20 mn Auswertung).

Durchführung: Zwei aus derselben Herkunftskultur zeigen den Anderen wie sie sich begrüßen wenn sie jemanden begegnen:

- Der ihnen fremd ist
- Der ihnen vertraut ist
- Ihr Eltern
- Ihre beste Freundin/Freund

Ergebnis: Diese Übung schafft eine Aufmerksamkeit für Gesten und Reden, Blicke die in einem kurzen Moment des Erstkontaktes auftreten. Sie gibt den Blick frei für die vielen Rituale in unserem Leben, die wir in der ähnlichen Kultur als vertraut erleben und bei fremden Kulturen als Störung.

Bezug: Nähe und Distanz, Rituale einer Kultur.

Auswertung: In der Übung können alle wesentlichen Elemente, die ein Ritual um das Thema Kontakt vermittelt werden. Der Körperausdruck, die Botschaften mit Stimme und Worten, die Stille, der Abstand zwischen den Menschen sind gegenwärtig in jeder kulturellen Situation. Jede Kultur verfügt über einen eigenen Schatz von spezifischen Zeichen. Wir erhalten dadurch Sicherheit in dem eigenen bekannten Raum. Diese Zeichen (Codes) sind auch oft der Auslöser für Vorurteile. Da wir in diesem ersten Kontakt unsicher sind, entstehen Ängste, die uns dazu bringen über die Verhaltensweisen der Anderen zu lachen oder sie zu bewerten. Über diese Übung können wir auch zum Thema Ängste und Bedürfnisse übergehen. Welche dieser Gesten löst welche Angst bei mir aus? Welche Geste berührt mich tief und gibt mir ein angenehmes Empfinden?

Körperbilder

Ziel: den eigenen Körper wahrnehmen und die kulturelle Bedeutung erkennen.

Zielgruppe: Kinder, Jugendliche, Erwachsene

Zeitpunkt: wenn schon etwas Vertrauen in der Gruppe entstanden ist.

Mittel: ein großes Blatt Papier und farbige Stifte

Dauer: mindestens 2 Stunden

Dauer: ca. 90 Min.

Anmerkung: Sensibles Thema, der Körper ist auch ein Ausdruck der Sexualität und in einigen Kulturen ein Tabu. Es ist wichtig, auf alle Emotionen zu achten, die durch diese Übung hervorgerufen wird und dafür zu sorgen, dass sie sich als Emotionen oder Gefühle und nicht als Urteile ausdrücken.

Beschreibung der Übung: Einzelarbeit: Jede malt sich selbst und betont einzelne Organe, zu der sie einen Spruch oder eine Kulturbotschaft erhalten hat. (z.B. welche Bedeutung hat das Herz in der eigene Kultur, herzlich sein...)

Kleingruppe: Präsentation des Bildes und beschreiben der Botschaften, die zu Organen herausgefunden wurden.

Plenum: Zusammenfassungen und evtl. Sammeln von Sprichworten, die einem aus seiner Kultur einfallen, „... dem ist etwas über die Leber gelaufen“ bedeutet auf deutsch diese Person ist heute schlecht gelaunt.

Bezug : Innen-Außen, Nähe-Abstand, Intimität, Sexualität, Kulturelle Bedeutung des Körpers.

Auswertung:

Welche Körperteile sind in meiner Kultur versteckt, dürfen nicht benutzt werden oder sind sogar tabu? Welche dürfen gezeigt und sogar betont werden? Darf aber darüber gesprochen werden?

Welche Organe werden mit Werten besetzt? Z.B. das Herz, das Gehirn,..?

Welche sind Zeichen für die Beziehung zu anderen Menschen?

Wie kleiden wir uns? Welche Körperteile werden dabei versteckt oder betont?

Welche Bedeutung hat Erotik in meiner Kultur? Wie wird damit umgegangen? Welche Bedeutung hat es in den Beziehungen?

Wir empfehlen auch hier einen behutsamen Umgang mit der Sprache. Es hat keinen Zweck jemandem von der Erotik seines Körpers zu überzeugen, wenn dieses Thema ein kulturelles Tabu ist. In der Wahrnehmung bleiben und nicht zu urteilen führt zu mehr Erkenntnis.

Wertelinie

Ziel: Die Teilnehmenden sehen die unterschiedlichen Prioritäten, die Kulturen im Bezug zu Werten haben.

Zielgruppe: Jugendliche Erwachsene,

Zeitpunkt: eine gute Einführung in das Thema kulturelle Werte, nach dem die kulturellen Antagonismen mitgeteilt worden sind.

Mittel: Eine Line (kann auch imaginär sein) auf dem Boden auftragen. Wichtig ist es die extreme Pole klar zu benennen.

Dauer: 15-20 minuten, abhängig von der Anzahl der Fragen.

Bemerkungen: Diese Übung ist eine skalierende Übung aus der Arbeit mit dem Soziogramm. Die Fragen brauchen eine klare Pointierung, dazu eignen sich die Antagonismen sehr gut.

Verlauf:

Nach dem die Thesen skaliert vorgestellt wurden, sollen sich die einzelnen entsprechen platzieren. Es muss nicht in den Extrempositionen sein. Die Teilnehmenden können auch dazwischen einen Platz einnehmen. Eine Auswahl der Personen wird zu ihrer Position gefragt. Die Argumente werden evtl. kurz notiert.

Beispiele: 1. Was ist Dir wichtiger: Zu einem Treffpunkt pünktlich zu sein oder einer spontanen Begegnung unterwegs etwas Zeit zu geben, und dadurch unpünktlich zu sein. 2. Was ist Schönheit – sauber und gut gekleidet sein oder einmalig zu sein. 3. Bist du ehrlich? Immer oder je nach Situation

Auswertung:

Wichtig ist es die Menschen immer wieder nach Argumenten zu fragen und wie ein Zeitungsreporter zwischen die Personen hin und her laufen. Wenn keiner so recht weis ob und wann er/sie angesprochen wird, hält der Überraschungseffekt alle wach.

Wahrscheinlich werden sich hier nicht die nationalen Gruppen wiedertreffen. Es wird sichtbar werden, dass bestimmte Werte völlig verschieden wahrgenommen und thematisiert werden. Es kann berufsgruppenspezifische Ansammlungen geben, oder Verbindungen zu Religionsgemeinschaften auftreten. Verhindert soll werden, dass Sätze entstehen, wie: die Deutschen sind...immer ehrlich.

Bezug : Werte, Sterotype, nationale Kultur vers. Transkultur, (5.4...)

Literatur zum Thema Kultur:

Bittl, Karl-Heinz; Wittmann, Gaby; Weiler, Sibylle: Transkulturelles Lernen in der Kindertagesstätte und Grundschule, Nürnberg. *Ein Buch zur praktischen Umsetzung des transkulturellen Gedankens.*

Hervé Ott/Karl-Heinz Bittl: Pédagogie des rencontres et des conflits transkulturels. Lyon 2014, in deutsch: Konflikt und Kultur, erscheint hoffentlich 2018

Datta, Asit: Transkulturalität und Identität, Frankfurt/M 2005. *Ein eher theoretisches Werk mit vielen Beispielen.*

Demorgon, Jacques: l'interculturalisation du monde, Paris 2000. *In diesem Buch finden sich viele Anregungen, die die Globalisierung und die daraus folgende Durchmischung von Kulturen erklären.*

Flechsig, Karl-Heinz: Einführung in die interkulturelle Didaktik, Göttingen 1996.

Göhlich, Michael: Transkulturalität und Pädagogik, Weinheim 2006. *Unter der Herausgeberschaft finden sich viele Aufsätze zum Thema in dem Buch. Es wird wissenschaftlich diskutiert, nur leider wenig auf die Realität der Pädagogik eingegangen.*

Hofstede, Geert: Interkulturelle Zusammenarbeit: Kulturen-Organisationen-Management, Wiesbaden 1993. *Eine Beschreibung der nationalkulturellen Unterschiede, die Hofstede in seiner Untersuchung als Personalchef bei IBM festgestellt hat. Leider eben in einem Kontext der Nationalkulturen. Seine Zusammenhänge zu Werten und den dazugehörigen Helden waren aber Wegweisend.*

Maletzke, Gerhard: Interkulturelle Kommunikation. Zur Interaktion zwischen Menschen verschiedener Kulturen, Wiesbaden 1996. *Leider ebenfalls recht abstrakt.*

Otten, Hendrik; Treuheit, Werner (Hrg.): Interkulturelles Lernen in Theorie und Praxis. Ein Handbuch für Jugendarbeit und Weiterbildung, Opladen 1994. *Ein antiquarisches Stück der interkulturellen Jugendarbeit, mit vielen interessanten Schätzen.*

Welsch, Wolfgang: Grenzgänge der Ästhetik, Vorträge zwischen 1990 und 1996, Stuttgart 1996. *Das Grundlagenwerk für den transkulturellen Ansatz.*

Methoden zur transkulturellen Arbeit:

KONTAKT:

Karl-Heinz Bittl, Hochstr. 75, 90522 Oberasbach
0049-911-6996294, 0049-173-8063071 info@eiccc.org
www.eiccc.org www.konfliktberater.org

