

## **Besser im Team**

### **Fünfehn**

Noch besser aufeinander hören

Die Teilnehmer stehen im Kreis, jeweils die Arme auf den Schultern der beiden Nachbarn, den Kopf gesenkt und den Blick auf die eigenen Füße gerichtet. Ziel ist es nun, langsam bis 15 zu zählen: aber nicht eine Person, sondern abwechselnd – ohne vorher eine Reihenfolge zu vereinbaren und ohne sich dreinzureden.

Klappt selten beim ersten Anlauf, aber wenn die Gruppe es erst einmal geschafft hat, kann dieses Spiel zur Sucht werden!

### **Stimmungsbarometer**

Wie geht es dir? Wie geht es mir? Zu wissen, wie der Andere drauf ist, erleichtert Vieles in der Gruppe. Daher ist es die Mühe wert, einmal ein Barometer aus Karton oder Holz zu basteln, an das jeder Teilnehmer sein Namenskärtchen (auf Wäscheklammern) klemmen kann. Der Name wird je nach eigener Stimmungslage – von stürmisch, regnerisch, über heiter bis hin zu sonnig – aufgehängt. Die könnt ihr zu Beginn eurer Gruppenstunde durchführen. Wichtig: Die Teilnahme ist freiwillig

### **Erkennungsmerkmal**

Etwas Verbindendes für die Gruppe schaffen

Wie wäre es mit einer Fahne, einem Gruppen T-Shirt, einem Lied oder einer speziellen Begrüßungsart? Lasst eurer Fantasie freien Lauf! Gemeinsame Elemente oder Rituale machen Freude und schaffen Zugehörigkeit.

### **Nähe und Distanz**

Ein ausgewogenes Verhältnis finden

Die Teilnehmer/innen stehen sich paarweise in zwei Reihen gegenüber (2m Abstand). Eine Reihe schließt die Augen, die andere geht langsam auf sie zu, bis sie einen guten Abstand gefunden hat (kann individuell verschieden sein). Ausprobieren! Achtet auf die Körpersignale der anderen! Anschließend öffnen alle die Augen.

Folgende Fragen dienen der Auswertung: Wie ist es mir bei dieser Übung gegangen? Wie geht es mir mit Nähe und Ferne in der Gruppe überhaupt?

### **Dessert**

Geselligkeit fördern, einander von einer neuen Seite kennen lernen

Zum gemütlichen Teil eurer Gruppenstunden bringen jeweils zwei bis drei ihr Lieblingsdessert mit, das sie den anderen servieren. Das kann zum tollen Ritual werden und bringt neue Aspekte in die Gruppe.

Wichtig: Vorher vereinbaren, wer das nächste Mal dran kommt und es keine Leistungsschau ist, was die Kochkünste betrifft. Aber ein Eis mitbringen kann bestimmt jeder, oder?

### **Patenschaft**

Einführen von neuen Personen in die Gruppe

Wenn jemand Neues in die eure Gruppe dazukommt, dann lasst ihn/sie einen Paten oder eine Patin aussuchen, welche/r für die nächsten Wochen seine/ihre Begleitperson wird. Der Pate oder die Patin gibt Infos über Gruppenregeln, Vergangenheit der Gruppe, Projekte, Rituale usw.

Er ist Ansprechperson für das neue Gruppenmitglied – aber keine Totalbetreuung!

So kann die Erweiterung der Gruppe besser glücken, weil Vorgänge und Regeln nicht immer in der großen Gruppe erklärt werden müssen (Zeitersparnis) und dennoch keine Fragen offen bleiben.

*aus „Connaction“, Werkbrief der Katholischen Jugend Oberösterreich, Ausgabe II 2001, S. 22,23*