

Spiele und Übungen für das Gruppenklima

Teamwork (10 min)

Du brauchst:

- große Luftballone
- angemessene Spielfläche

So geht's:

Die Gruppe organisiert sich in Dreiergruppen oder in Quartetten, diese verteilen sich gleichmäßig im Raum und fassen sich an den Händen. Die Kleingruppen bekommen einen Luftballon und die Aufgabe diesen in der Luft zu halten, mit der Bedingung, dass die Hände nicht losgelassen werden dürfen. Nach einer kurzen Übungszeit nennt der Gruppenleiter ein Körperteil, mit dem die Trios den Ballon in der Luft halten müssen z. B. linke Schulter, Nase, Ellebogen, rechter Fuß usw. Pro Körperteil kann das ca. 15-20 Sekunden gemacht werden. Es sind auch Kombinationen, wie z. B. Kopf und Ellebogen (= erste Berührung mit dem Kopf, zweite mit dem Ellebogen) möglich. Um das Spiel zu beenden, kann der Gruppenleiter sagen: „Überhaupt kein Körperteil“. Die Lösung (=pusten) ist einfach, muss von der Kleingruppe aber erst mal gefunden werden, bevor der Luftballon den Boden berührt.

Der Trip (30 min)

Du brauchst: Augenbinden

So geht's:

Die Gruppe teilt sich in Kleingruppen von sechs bis acht Personen auf. Der Gruppenleiter erklärt: „Ihr werdet mit eurer Gruppe auf eine Reise gehen. Auf dieser Reise werdet ihr die Augen geschlossen haben, nur euer „Reiseleiter“ wird sehen können. Wen wünscht ihr euch aus eurer Runde als Leiter?“. Nachdem jede Kleingruppe einen Reiseleiter bestimmt hat, stellen sich alle Mitglieder hintereinander auf und legen sich die Hände auf die Schultern oder Hüften des Vordermannes. Dann werden Augenbinden angelegt. Der Leiter nimmt seine Gruppe auf irgendeine Reise mit, ca. 15 Minuten. Diese Reise kann auch aus dem Gruppenraum führen (in die Gänge, über Treppen, in den Hof, den Keller). Der Leiter versucht die Reise für seine Gruppe so interessant wie möglich zu machen, er beschreibt (imaginäre) Plätze, beschreibt Ereignisse, Gefahren, Vergnügungen usw. die die Gruppe auf der Reise erlebt. Der Leiter sagt der Gruppe auch wie sie sich verhalten soll z. B. auf Zehenspitzen gehen, sich geräuschlos bewegen, laufen, am Boden robben usw. Beispielsweise kann der Leiter wenn er seine Gruppe durch die Wüste führt sagen: „Ihr stapft durch den weichen Sand und sinkt ein. Ein Sandsturm kommt auf. Ihr müsst euch ganz dicht aneinander drängen um euch gegenseitig zu schützen usw...“ Der Leiter ist für die Sicherheit der Gruppe verantwortlich und muss die Gruppe wohlbehalten zurückbringen.

Anschließend setzen sich die Gruppen zusammen und werten die Reise aus.

Impulsfragen:

- Wie war die Stimmung auf der Reise?
- Wie sicher habe ich mich gefühlt?
- War die Reise interessant?
- Gab es kritische Phasen?
- Wie war der Kontakt in der Reisegruppe?
- Habe ich Gruppengeist, wechselseitige Unterstützung, Hilfsbereitschaft erlebt?
- Wie hat sich der Reiseleiter gefühlt?
- Wäre er lieber Mitreisender gewesen?

- Wer wäre selbst gern Reiseleiter gewesen?
- Wenn man das Spiel wiederholen würde, was sollte anders sein?
- Wie fühlte es sich für mich an, blind zu sein?

Kreis (5-10 min)

So geht's:

Alle gehen mit geschlossenen Augen im Raum herum (Hände als Schutz mit Handflächen nach außen vor der Brust). Es darf nicht gesprochen werden. Der Gruppenleiter und ggf. ein Helfer achten darauf, dass sich niemand verirrt oder es eine Kollision gibt. Nach kurzer Zeit werden die Gruppenmitglieder aufgefordert sich miteinander zu verbinden, sich die Hände zu reichen, so dass ein Kreis entsteht. Sobald alle im Kreis stehen wird der Gruppe mitgeteilt, dass alle ihren Platz gefunden haben und der Kreis vollständig ist. An dieser Stelle sollen sich alle gemeinsam – die Augen noch geschlossen haltend – gleichzeitig auf den Boden setzen. Nun werden die Augen geöffnet, alle schauen sich um und die Gruppenstunde kann beginnen.

Lachen verboten (5 min)

Die Gruppe teilt sich in kleine Einheiten auf, fünf bis sieben Mitglieder pro „Lachverein“ und stellt sich im Kreis auf. Nach einem deutlichen Startsignal muss jeder in der Kleingruppe versuchen, die anderen zum Lachen oder Lächeln zu bringen. Wer auch nur das geringste Lächeln zeigt, scheidet aus, tritt einen Schritt aus dem Kreis und beobachtet die anderen. Als Regel gelten: man darf die anderen nicht berühren und man muss die Augen offen halten, ansonsten ist alles erlaubt, um die anderen zum Lachen zu bringen. Sobald die Kleingruppe auf zwei bis drei Mitglieder geschrumpft ist, können diese „Meister der Selbstbeherrschung“ sich wieder in einer größeren Gruppe zusammenschließen um so den Champion zu ermitteln.