

MiniMat – Minimaler Materialaufwand

Für kleine Unterbrechungen, aktive Pausen oder methodische Ergänzungen wird häufig ein großer Materialaufwand gescheut. Mit dem Inventar und den Standardmaterialien (Moderationskarten, Stifte, Klebeband, etc.), die wir in vielen Seminarräumen vorfinden, können die Moderatoren eine Vielzahl reizvoller Angebote einbringen. Ergänzt werden diese vorhandenen Materialien durch ein paar einfache Spielmaterialien wie Luftballons, Tischtennisbälle oder durch ein Kartenspiel.



Die heiße Kartoffel

Teilnehmerzahl: 8 – 25

Organisationsform: Plenum

Zeitraumen: 5 – 10 Min.

Ort: Raum, Außengelände

Material: Luftballons oder Bälle, die für jeden Teilnehmer zu werfen und zu fangen sind

Schwerpunkt: Fremdwahrnehmung, Prozessverständnis

Charakteristik: lebhaft, motivierend

Positionierung: Workshopstart

Wie geht's?

Die Moderatorin bittet die Teilnehmerinnen, sich auf einer Freifläche im Kreis aufzustellen und den Namen der rechten Nachbarin zu erfragen. Die Moderatorin befindet sich auch in diesem Kreis und reicht ihrer rechten Nachbarin einen Luftballon (Ball) mit der deutlichen Ansage „Name (Anne, Frau Schmitz), eine heiße Kartoffel“. Auf diese Weise wird der Luftballon im Kreis weitergereicht, so dass alle Teilnehmerinnen alle Namen einmal hören. Nun gibt die Moderatorin den Teilnehmerinnen den Auftrag, sich frei im Raum zu bewegen, die „heiße Kartoffel“ wird aber in der gleichen Reihenfolge weitergereicht. Wenn also Frau Schmitz ihren Namen hört, macht sie sich bemerkbar, um von ihrer Nachbarin den Luftballon zu erhalten. Interessant wird es, wenn die Moderatorin die Zahl der Luftballons/Bälle erhöht und so mehrere Teilnehmerinnen ihre Partnerinnen rufen und suchen.

Variationen

- Die Teilnehmerinnen haben bei der Kreisaufstellung die Namen ihrer linken und rechten Nachbarn erfragt. Es beginnt dann wie oben, aber auf Zuruf der Moderatorin erfolgt ein Richtungswechsel.
- Es werden Gegenstände gewählt und weitergereicht, die in Bezug zu den Tätigkeiten der Teilnehmer stehen, wie z. B. „ein wichtiger Brief“, „ein bunter Radiergummi“, ...

Was kommt heraus?

Die Teilnehmerinnen hören alle Namen und merken sich mindestens einen oder zwei davon. Sie kommen in Bewegung und erleben zu Beginn der Veranstaltung eine lockere Atmosphäre. Obwohl die Aufgabe und der Ablauf klar strukturiert sind, wirkt diese Form für Außenstehende etwas chaotisch, da alle durcheinander laufen und rufen.



Wozu?

Die Aufgabe, die hier zur Begrüßung gewählt wurde, wäre auch geeignet, um deutlich zu machen, dass es in scheinbar chaotischen Abläufen nicht selten erkennbare Strukturen geben kann.

Die „blinde“ Mini-Golfspielerin

Teilnehmerzahl: 4–24

Organisationsform: Partnerinnenarbeit

Zeitraumen: 20–30 Min.

Ort: Raum, Außengelände

Material: Tischtennisbälle, Tennisbälle oder Golfbälle, Stühle, Tische, Stifte

Schwerpunkt: Führen und führen lassen, Kommunikation mit einer „blinden“ Partnerin

Charakteristik: ruhig, konzentriert

Positionierung: thematischer Einstieg in das Thema „Führen“

Wie geht's?

Die Moderatorin gibt den Teilnehmerinnen zunächst den Auftrag, sich jeweils eine Partnerin zu suchen. Sie erklärt, dass eine von beiden die Augen mit einer Augenbinde verbunden bekommt bzw. die Augen schließt. Sie ist die „blinde“ Mini-Golfspielerin, die später von ihrer Partnerin zu verschiedenen Stationen begleitet wird, um dort von einem festgelegten Ausgangspunkt aus nach der Beschreibung der Partnerin einen Ball (Tischtennisball, Tennisball) in möglichst wenigen Versuchen zu einem vorher festgelegten Ziel (z. B. unter einen Stuhl, einen Tisch, auf ein Blatt Papier) zu rollen. Dieses Ziel ist Teil eines Parcours'.

Zuerst wird jedes einzelne Ziel von einem Tandem entwickelt, unter Verwendung der im Raum befindlichen Materialien. Dieses Ziel (= Station) wird kurz erprobt und anschließend allen Teilnehmerinnen vorgestellt. Alternativ hat die Moderatorin vor der Aufgabe einige Stationen vorbereitet. Stehen alle Stationen bereit und sind ausreichend erklärt, erhalten die Paare die Aufgabe, den Parcours über alle Stationen wie bei einer Minigolfbahn mit möglichst wenigen Versuchen zu bewältigen. Die sehende Partnerin führt die blinde Partnerin zum jeweiligen Ausgangspunkt, von dem aus die „Blinde“ den Ball rollt. Die Sehende führt ihre Partnerin zu der Stelle, an der der Ball liegengeblieben ist und erteilt ihr eine neue Anweisung. Wie beim Minigolf sollte eine maximale Versuchszahl pro Station festgelegt werden. Nach Absolvieren des Parcours' (eventuell auch bereits nach der Hälfte der Stationen) werden die Rollen gewechselt.

Im Anschluss reflektieren die Teilnehmerinnen ihre Erfahrungen bei der Formulierung bzw. Entgegennahme verbaler Anweisungen. Sie thematisieren ihre Erfahrungen mit dem Perspektivenwechsel von der Führenden zur Geführten und umgekehrt.

Variationen

- Die Komplexität der Aufgabe lässt sich steigern, wenn kleine Hindernisse (Stifte, Zollstöcke etc.) im Weg stehen/liegen, die umrundet oder überwunden werden müssen, bevor das Ziel erreicht wird.



- Die Aufgabe lässt sich bei gutem Wetter mit einem Tennis- oder Golfball auf einer Wiese umsetzen. Hier werden vorhandene Gegenstände oder Naturmaterialien zum Stationenbau verwendet. Der Ball könnte dann auch geworfen statt lediglich gerollt werden.

Was kommt heraus?

Es wird deutlich, wie schwierig es ist, eine verbale Anweisung umzusetzen, wenn die visuelle Wahrnehmung nicht zur Verfügung steht. Es bedarf intensiver Kommunikation, um die Aufgaben zu lösen. Der Geführte muss auf die genaue Anweisung des Führenden vertrauen können.

Wozu?

Die beiden Perspektiven „Führen“ und „Geführt werden“ werden in ihrer gegenseitigen Abhängigkeit erfahren. Führende übernehmen Verantwortung, müssen klar in ihren Anweisungen sein und benötigen das Vertrauen der Geführten. Die Geführten müssen ihrerseits Vertrauen in die Führung setzen und die Führungsrolle akzeptieren. Diese Einsichten können in den Arbeitsalltag transferiert werden.

Die Ballon-Wette

Teilnehmerzahl: 4–25

Organisationsform: Gruppenarbeit

Zeitraumen: 15 Min.

Ort: Raum

Material: ca. 10–20 Luftballons je Gruppe, eine Ballon-Luftpumpe, stabile Tische, Decken oder Tischtücher

Schwerpunkt: Problemlösung in der Gruppe, Risikoeinschätzung und Risikobereitschaft

Charakteristik: motivierend, aktivierend

Positionierung: aktive Pause, thematischer Einstieg

Wie geht's?

Zunächst bittet der Moderator die Teilnehmer, gleich große Gruppen zu bilden. In einer Gruppe sollten 5–8 Personen sein. Jede Gruppe erhält die gleiche Zahl Luftballons, evtl. eine Ballon-Luftpumpe, einen Tisch und eine Decke bzw. ein Tisch Tuch. Nun beschreibt der Moderator den Ablauf und die Wette:

„Pusten oder pumpen Sie die Luftballons auf und legen diese auf eine Decke (Tisch Tuch), die auf dem Fußboden liegt. Stellen Sie nun einen umgedrehten Tisch (Tischbeine nach oben) auf die Decke. Ziel der Gruppe soll es sein, möglichst viele Personen auf den umgedrehten Tisch zu stellen, ohne dass ein Ballon platzt.“

Bevor die Aufgabe umgesetzt wird, einigt sich die Gruppe und nennt dem Moderator die Personenzahl.

Nun bereitet jede Gruppe das Experiment vor. Bei der Durchführung beginnt die Gruppe mit der kleinsten Personenzahl und es endet die mit der größten Personenzahl. Eine Person hält zwei Tischbeine und stabilisiert so den Tisch gegen starkes Wackeln. In einem möglichen zweiten Durchgang darf jede Gruppe eine neue Wette eingehen – evtl. geplatze Ballons werden nicht ersetzt.

Variation

- Es gibt nur eine Gruppe und es wird ein Tisch wie oben beschrieben vorbereitet. Jetzt gibt jeder einzelne Teilnehmer seine Wette ab. Nun darf sich jeder Teilnehmer, der möchte, auf den Tisch stellen. Anschließend wird die Zahl langsam gesteigert, bis der erste Ballon oder auch mehrere Ballons platzen.

Was kommt heraus?

Die Gruppe diskutiert, auf welche Personenzahl sie sich festlegen will, und es muss zur Einigung kommen. Hier werden die Risikofreude und Lust, für den eigenen Vorschlag zu streiten, deutlich. Nun wird das Experiment gemeinsam vor-



bereitet. Es kann überlegt werden, wie stark die Ballons aufgepumpt und wie sie unter dem Tisch platziert werden. Es müssen sich Freiwillige finden, die auf den wackeligen Tisch steigen. Natürlich ist es auch spannend zu reflektieren, wie die Gruppenmitglieder auf die richtige oder falsche Wette reagieren.

Wozu?

Die Gruppe lernt, dass es unterschiedliche Einschätzungen zur gleichen Fragestellungen geben kann und die Risikobereitschaft individuell unterschiedlich ist. Trotzdem müssen sich alle Teilnehmer auf eine gemeinsame Zahl einigen. Der Einzelne lernt sich in der Gruppe zurückzunehmen oder durchzusetzen. Die Gruppe kann mit Hilfe des Moderators reflektieren, wie der Entscheidungsprozess verlief.

Themenballon

Teilnehmerzahl: 4–25

Organisationsform: zunächst Einzel-, dann Partner oder Gruppenarbeit

Zeitraumen: 15–30 Min.

Ort: Raum mit Freifläche

Material: 1 Luftballon und 1 Stift je Teilnehmer, Ersatzluftballons, evtl. Pumpe für Ballons

Schwerpunkt: Selbst- und Fremdwahrnehmung, Dialog

Charakteristik: aktivierend

Positionierung: thematische Vertiefung, auch als Einstieg möglich

Wie geht's?

Im Workshop werden zu einem Thema zentrale Begriffe erarbeitet (z. B. in einem Brainstorming zu einer Fragestellung), wobei die Stichworte anschließend zusammengefasst / priorisiert werden, um die zentralen Begriffe zu entwickeln.

So könnte über Begriffe wie „Kooperation“, „Verantwortung“, „Stressmanagement“, „Dialog“ ... weiter diskutiert werden.

Der Moderator hat vor der Veranstaltung Luftballons entsprechend der Teilnehmerzahl aufgepumpt. Eine kurze Pause nutzt er, um mit dem Kugelschreiber / Ed-ding jeden der erarbeiteten Begriffe auf 2–4 Ballons zu schreiben (pro Ballon ein Begriff). Es kann sein, dass nicht jeder Begriff gleich häufig auf Ballons notiert wird.

Nun erhält jeder Teilnehmer einen Ballon und sucht sich einen Platz im freien Raum. Die Ballons werden zunächst von jedem Einzelnen in der Luft gehalten und mit verschiedenen Körperteilen gespielt (ggf. musikalisch untermalt). Dann setzen sich alle Teilnehmer im Raum in Bewegung und spielen sich die Ballons zu, so dass diese Ballons immer weiter wandern. Auf ein Zeichen wird ein Ballon festgehalten. Die Paare/Gruppen mit dem gleichen Begriff finden sich zusammen und tauschen sich zu dem Begriff aus. Eine der folgenden Leitfragen könnte beispielsweise genutzt werden (abhängig vom Workshop-Thema und der vorausgegangenen Stichwortsammlung):

- Was verbinden wir in unserer täglichen Arbeit mit diesem Begriff?
- Welchen Wert messen wir diesem Begriff bei?
- Welche Rolle soll dieser Begriff zukünftig für unser Team spielen?

Ihre Ergebnisse notieren die Teilnehmer auf Moderationskärtchen. Diese werden später vorgestellt, diskutiert und ausgewertet.

Die Aufgabe wird ggf. noch 1–2 Mal wiederholt.



Variationen

- Die Luftballons sind nach verschiedenen Farben sortiert. Jeder Teilnehmer erhält einen Ballon und einen Stift. Nun pusten/pumpen die Teilnehmer ihre Ballons selbst auf und fassen ihre persönliche Antwort auf eine gestellte Frage in einem Begriff zusammen.
- Wie oben beschrieben, spielen sie mit ihrem Ballon. Auf ein Zeichen des Moderators hin finden sie sich nach Farben zusammen und stellen sich gegenseitig ihre persönlichen Begriffe vor.

Was kommt heraus?

Die Aufgabe sorgt für Aktivierung und neue Aufmerksamkeit für das Thema. Der Dialog mit wechselnden Teilnehmern der Gruppe zu vorgegebenen Themen/Stichworten ermöglicht eine Vertiefung des Themas.

Wozu?

Nach dem Zufallsprinzip entsteht Kontakt zu neuen, evtl. vorher unbekanntem Teilnehmern, mit denen das gewählte Thema bearbeitet wird. Die Hemmschwelle für zukünftige Gespräche wird abgebaut.

Kartenlauf

Teilnehmerzahl: 4 – 25

Organisationsform: Gruppenarbeit

Zeitraumen: 5 – 15 Min.

Ort: Raum, Außengelände

Material: 1 Kartenspiel (Skat o. ä.)

Schwerpunkt: Prozessverständnis, Selbstwahrnehmung, Fremdwahrnehmung, Kooperation, Problemlösung in der Gruppe, Durchsetzungsvermögen, Risikobereitschaft

Charakteristik: lebhaft, motivierend, aktivierend, bewegungsintensiv

Positionierung: Aktive Pause

Wie geht's?

Entsprechend den Farben eines Skat-Spieles bilden sich 4 Gruppen. Die gewünschte Kartenreihenfolge wird geklärt. Dann werden die Karten vom Spielleiter in einer gewissen Entfernung (5 – 10 m) nach Farben sortiert ausgelegt. Die 4 Gruppen bekommen jetzt die Aufgabe, „ihre“ Kartenfarbe nach unterschiedlichen Kriterien und unterschiedlichen Reihenfolgen zurück zu holen. Die Gruppen treten vergleichbar einem Staffelspiel gegeneinander an. Ziel ist es, als erste Gruppe die gestellte Aufgabe zu lösen.

Mögliche Aufgaben:

- Die Karten liegen offen, aber ungeordnet durcheinander (auf dem Boden oder auf einem Tisch). Aus jeder Gruppe läuft ein Teilnehmer zu den Karten, sucht die passende Karte (entsprechend der zugeordneten Farbe sowie in der vereinbarten Reihenfolge) heraus und nimmt diese mit. Wieder bei der eigenen Gruppe angekommen, wird die Karte an eine zuvor festgelegte Position gelegt. Erst dann startet der nächste Teilnehmer.
- Die Karten liegen umgedreht in 4 Kreisen der zugeordneten Farbe. Die Teilnehmer dürfen der Reihe nach unter eine Karte schauen. „Falsche“ Karten werden umgedreht wieder zurückgelegt. Die passende wird mitgenommen und vor der Gruppe in der richtigen Reihenfolge ausgelegt. Hier spielt die Laufgeschwindigkeit eine nachgeordnete Rolle.
- Memory: Die Karten liegen umgedreht in fester Ordnung, zum Beispiel liegen in drei Reihen 3, 3 und 2 Karten (in der jeweiligen Kartenfarbe). Vereinbart wird, in welcher Reihenfolge die Karten zurückgeholt werden. Die Teilnehmer laufen und decken eine Karte auf. Ist es die „richtige“, nehmen sie diese mit. Ist es die falsche, legen sie sie wieder umgedreht zurück und laufen zurück zur Gruppe, der sie aber mitteilen, an welcher Stelle sie jene Karte gesehen haben. Das



erleichtert das Auffinden dieser Karte, sobald sie an der Reihe ist. Auch hier spielt die Laufgeschwindigkeit eine nachgeordnete Rolle.

Das Spiel endet, wenn alle Gruppen ihre Karten gemäß Aufgabenstellung eingesammelt und angeordnet haben.

Was kommt heraus?

Die Teilnehmer bewegen sich. Das Seminar wird je nach Aufgabenstellung abwechslungsreicher und motivierender.

Wozu?

Insbesondere bei Formen wie Memory werden die Teilnehmer für die Bedeutung von Kommunikation und Koordination sensibilisiert.

Ballkellner

Teilnehmerzahl: 4–40

Organisationsform: Einzelarbeit, Partnerarbeit, Plenum

Zeitraumen: 5–10 Min.

Ort: Raum, Außengelände

Material: Karteikarten in A5 oder A6 oder Moderationskarten; 1 Tischtennisball je Teilnehmerin

Schwerpunkt: Konzentration, Risikobereitschaft, Kooperation

Charakteristik: konzentriert; aktivierend

Positionierung: aktive Pause

Wie geht's?

Jede Teilnehmerin erhält eine Karteikarte und einen Tischtennisball. Die Aufgabe besteht darin, ihren Ball auf die Karte zu legen und in der Balance zu halten. Dabei kann die Karte entweder an einer Seite festgehalten oder wie ein Kellner-Tablett von unten getragen werden.

Die Aufgabe lässt sich in variierender Komplexität durchführen. Für den Einstieg ist es am einfachsten, die Übung entweder im Sitzen oder im Stehen auszuführen. Nach kurzer Zeit lassen sich Variationen in der Fortbewegung einbauen. Je intensiver die Bewegung, umso schwieriger wird die Aufgabe.

Variationen

- Die Teilnehmerinnen balancieren wie oben geschildert ihren Tischtennisball, laufen dabei jedoch durcheinander. Bei jeder Begegnung schütteln sie sich kurz die freie Hand, ohne den Ball zu verlieren.
- Zwei Teilnehmerinnen werfen sich einen oder später zwei Tischtennisbälle mit den Karten zu und versuchen diese aufzufangen.
- Alle Teilnehmerinnen stehen im Kreis und lassen 1, 2 oder mehr Bälle im Kreis „wandern“.
- Es stehen unterschiedliche große Karteikarten zur Verfügung. Mit kleinen Karten kann die Schwierigkeit gesteigert, mit großen Karten reduziert werden.

Was kommt heraus?

Durch die kleine Objektbalanceübung kommen die Teilnehmerinnen in Bewegung. Sie können selbstständig oder im Kontakt mit der Partnerin den Schwierigkeitsgrad und die Bewegungsintensität bestimmen. Beim Zuspiel der Bälle kommen sie spielerisch in Kontakt zu anderen Teilnehmerinnen und suchen gemeinsame Lösungen. Bei der Einzelaufgabe kann die Teilnehmerin die Schwierigkeit und die Risikobereitschaft selbst dosieren. Bei der Partneraufgabe bedarf es der Absprache und Einigung.



Wozu?

Die Teilnehmerinnen lernen sich besser kennen, gerade im Hinblick auf die jeweilige Risikobereitschaft.