

Klaus W. Vopel  
**Interaktionsspiele**  
Teil 5

Band 6 der Reihe:  
Lebendiges Lernen und Lehren

**iskopress**

9. Auflage 2012  
ISBN 978-3-89403-175-1  
(Teil 5 der „Interaktionsspiele 1-6“  
ISBN 978-3-89403-170-1)

Copyright © iskopress, Salzhausen  
Umschlag: Mathias Hütter, Schwäbisch Gmünd  
Layout und Satz: Alrun Kerksiek

**Bibliografische Information der  
Deutschen Bibliothek**  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in  
der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet  
über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

## Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	7
<b>Kapitel 1: Akzeptierung und Angstabbau in der Anfangsphase</b> .....	11
Nr. 128: Die ersten fünf Minuten .....	12
Nr. 129: Handkontakt.....	14
Nr. 130: Konzentrische Kreise.....	19
Nr. 131: Selbstbeschreibung .....	22
<b>Kapitel 2: Wahrnehmen und Kommunizieren</b> .....	25
Nr. 132: Capito.....	26
Nr. 133: Identifikation.....	29
Nr. 134: Unregelmäßige Konjugation.....	32
Teilnehmermaterial: Unregelmäßige Konjugation .....	33
Nr. 135: Ohne Punkt und Komma .....	35
<b>Kapitel 3: Aktivierung bei Müdigkeit und Unlust</b> .....	37
Nr. 136: Selbstentfaltungsreihe.....	38
Nr. 137: Gruppenritual.....	40
Nr. 138: Körperbewusstsein.....	43
Nr. 139: Expansionskreis .....	45
Nr. 140: Jahreszeiten.....	47
<b>Kapitel 4: Entwicklung von Vertrauen und Offenheit</b> .....	51
Nr. 141: Geheime Impulse .....	52
Nr. 142: Zwei Welten.....	54
<b>Kapitel 5: Beziehungsklärung und Feedback</b> .....	59
Nr. 143: Gruppenmaschine .....	60
Nr. 144: Zauberstab.....	63
Nr. 145: Herausfinden von Fehlern.....	65
<b>Kapitel 6: Umgang mit Einfluss, Macht und Konkurrenz</b> .....	69
Nr. 146: Balkongespräch.....	70
Nr. 147: Schwäche und Stärke.....	72
Nr. 148: Härte 10 .....	75
Nr. 149: Machtspiel.....	79

Nr. 150: Vorgesetzter und Untergebener.....	82
<b>Kapitel 7: Konsensus und Kooperation.....</b>	<b>85</b>
Nr. 151: Halbiere den Apfel.....	86
Teilnehmermaterial: Schwierige Situationen.....	87
Nr. 152: Oktopus.....	90
<b>Kapitel 8: Personal Growth.....</b>	<b>93</b>
Nr. 153: Defizite .....	94
Nr. 154: Jünger werden.....	96
<b>Kapitel 9: Rollen flexibler spielen.....</b>	<b>99</b>
Nr. 155: Bewegungsdialog.....	100
Nr. 156: Rollenumkehr und Rollenübertreibung .....	102
<b>Gesamtverzeichnis der Interaktionsspiele Teil 1 bis 6 .....</b>	<b>105</b>

## Einleitung

Die Interaktionsspiele dieser Reihe sollen alle diejenigen unterstützen, die durch eines unserer Trainingsseminare angeregt wurden, das Prinzip des Living Learning (Norman Liberman) in ihre berufliche Praxis zu übertragen. Darüber hinaus gestatten die sorgfältige Auswahl und die ausführliche Darstellung der Interaktionsspiele auch gruppenspezifisch unerfahrenen Leitern von Lern- und Arbeitsgruppen ein erstes behutsames Experimentieren. Gleichzeitig hoffen wir, dass mancher durch die Arbeit mit Interaktionsspielen dazu angeregt wird, seine Kompetenz als Gruppenleiter in interaktionellen Gruppen zu verbessern.

Die präzise strukturierten Lernsituationen der Interaktionsspiele sind für zwei Anwendungsbereiche entwickelt:

- Sie helfen jeder Lern- und Arbeitsgruppe, die Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit der Teilnehmer und damit die Qualität des Gruppenprozesses zu verbessern.
- Sie lassen sich als Curriculumbestandteile in psychosoziale Ausbildungsgänge einbeziehen (z. B. Sozialpädagogen-Ausbildung, Lehrerbildung, Personalführungsseminare, Sozialkunde-Unterricht etc.).

Die Interaktionsspiele sind als Instrumente gedacht für Lehrende in allen Bereichen sowie für Gruppenleiter in helfenden und administrativen Berufen.

Um ihre Anwendung zu erleichtern, sind die Interaktionsspiele verschiedenen Problembereichen zugeordnet, die in allen Gruppen eine wesentliche Rolle spielen, nämlich

- Akzeptierung und Angstabbau in der Anfangsphase,
- Wahrnehmen und Kommunizieren,
- Aktivierung bei Müdigkeit und Unlust,
- Entwicklung von Vertrauen und Offenheit,
- Beziehungsklärung und Feedback,
- Umgang mit Einfluss, Macht und Konkurrenz,
- Konsensus und Kooperation,
- Personal Growth (Persönlichkeitsentwicklung; ab Teil 2),
- Rollen flexibler spielen (ab Teil 4).

Die hier ausgewählten, vielfach erprobten Interaktionsspiele ermöglichen ein erfahrungsbezogenes Lernen in der Gruppe. Sie isolieren aus kompli-

zierten sozialen Situationen einige wenige, wesentliche Elemente, sodass die Teilnehmer ihre emotionale und intellektuelle Energie auf einen Erlebnisbrennpunkt konzentrieren können. Durch die inhaltlichen und zeitlichen Grenzen, die mit der strukturierten Lernsituation gesetzt sind, führen die Interaktionsspiele in der Regel nur zu einer mäßigen psychischen Belastung. Die Gruppenmitglieder können sich in der Übungsphase sehr engagieren, um dann in der Auswertungsphase ihr Verhalten in aller Ruhe zu analysieren. Neben den für jedes Interaktionsspiel im Text angeführten spezifischen Auswertungsgesichtspunkten haben sich folgende Fragestellungen für alle Spiele bewährt:

- Was habe ich wahrgenommen?
- Was habe ich gefühlt?
- Was bedeutet das für mein Verhalten?
- Was will ich mit diesen Erfahrungen anfangen?

Gerade um auch Nichtfachleuten die größtmögliche Sicherheit im Umgang mit Interaktionsspielen zu geben, ist der Verwendungszusammenhang für jedes Spiel detailliert beschrieben. Aus dem gleichen Grund ist bei den Spielen der volle Wortlaut der Anleitungen gegeben.

Sie können in Ihrer Gruppe natürlich die Instruktionen mit Ihren eigenen Worten geben; machen Sie sich aber in jedem Fall ganz genau mit der Vorlage vertraut und verändern Sie nicht die einzelnen Schritte, wenn Sie nicht beträchtliche gruppenspezifische Vorerfahrungen haben. Sie können nämlich die Feinheiten im Aufbau eines Spiels zunächst nicht sicher erkennen.

Schließlich möchten wir Ihnen noch einige wichtige Prinzipien für Ihre Arbeit mit Interaktionsspielen ans Herz legen:

- Garantieren Sie, dass kein Teilnehmer gezwungen wird, etwas zu tun oder zu sagen, wozu er nicht selbst bereit ist.
- Stoppen Sie Psychologisieren und Interpretationen. Fordern Sie die Teilnehmer in diesem Fall auf, lieber persönliche Reaktionen mitzuteilen.
- Wenn ein Teilnehmer weint oder auf andere Weise zeigt, dass er sehr betroffen ist, dann drücken Sie Ihr Verständnis aus und verhindern Sie gleichzeitig ggf. allgemeine Tröstungsaktionen der Gruppe.
- Wenn ein Teilnehmer längere Zeit im Mittelpunkt der allgemeinen Aufmerksamkeit steht, fragen Sie ihn, ob es ihm recht ist oder ob er lieber in Ruhe gelassen werden möchte.

- Bestimmen Sie (sofern möglich mit der Gruppe) das gegenwärtige Arbeitsziel und den Stand des Gruppenprozesses, ehe Sie ein Interaktionsspiel anwenden. Versuchen Sie eine klare Indikation.
- Geben Sie der Gruppe in großen Zügen das Ziel bekannt, das Sie mit dem Interaktionsspiel erreichen wollen.
- Beachten Sie, wie bereit die Gruppe für die Risiken und Belastungen eines Interaktionsspiels ist.
- Lassen Sie immer genug Zeit für die Auswertungsphase. Wenn Sie einmal nicht weiterkommen, dann sagen Sie es offen.
- Die Interaktionsspiele in diesem Heft sind Werkzeuge aus dem Bereich der humanistischen Psychologie. Wir bitten Sie, die Interaktionsspiele (wie alle „neuen“ Werkzeuge) vorsichtig und mit Respekt zu verwenden und unter Berücksichtigung Ihrer eigenen Kompetenz.

Dringend empfehlen wir Ihnen das ausführliche Studium des „Handbuchs für Gruppenleiter. Zur Theorie und Praxis der Interaktionsspiele“ (ISBN 978-3-89403-099-2). Sie können mit diesem Buch Ihr Verständnis des Gruppenprozesses vertiefen, sich auf einen konstruktiven Umgang mit Störungen vorbereiten und ein breites Spektrum von Interventionstechniken kennenlernen.

Klaus W. Vopel



**Kapitel 2**  
**Wahrnehmen**  
**und**  
**Kommunizieren**

## Capito

(Improvisationstheater)

**Ziele:** „Capito“ ist ein höchst vergnügliches Interaktionsspiel, das dazu dient, die verbale Geschicklichkeit der Teilnehmer zu trainieren. Sie können auf spielerische Weise erleben, dass Kommunikation ein Prozess ist, bei dem Nachrichten kodiert und dekodiert werden, sodass der Empfänger von Informationen sich immer wieder die Frage stellen muss: Habe ich das richtig verstanden?

Insbesondere werden folgende Fähigkeiten trainiert: die bewusste Verschlüsselung von Botschaften – die bewusste Entschlüsselung von komplizierten Botschaften – die präzise Dosierung von Informationen an eine In-Group – die Aufrechterhaltung eines komplizierten Kommunikationsprozesses innerhalb einer In-Group gegen den Druck einer ausgeschlossenen Gruppe – genaues Zuhören.

Schließlich kann jeder Teilnehmer seine Intuition und Kombinationsgabe erproben sowie seine Risikobereitschaft. Wenn Sie also eine Gruppe leiten, deren Teilnehmer aktive Kommunikation lernen wollen, ist dieses Spiel genau das richtige.

**Teilnehmer:** Ab 14 Jahren. Spezifische gruppenspezifische Vorerfahrungen sind nicht notwendig, da dieses Experiment insgesamt eher die intellektuellen Fähigkeiten der Teilnehmer fördert. Die Gruppengröße ist beliebig.

**Zeit:** Das Experiment selbst braucht max. 30 Minuten.

**Spielanleitung:** Ich möchte euch ein sehr lebendiges Interaktionsspiel vorschlagen, bei dem ihr eure verbale Gewandtheit trainieren könnt. Zunächst benötige ich zwei Freiwillige. Wer hat Lust, sich zu melden?...

Ihr zwei werdet gleich eine geheime Verabredung treffen über irgendein Thema, über das ihr euch gern unterhalten wollt. Das kann jedes Thema sein, das euch reizt. Sobald ihr euch geeinigt habt, beginnt ihr eure Diskussion in Gegenwart der übrigen Mitspieler. Eure Aufgabe wird es sein, die anderen über die wahre Identität des Themas zu täuschen. Unterhaltet euch so, dass die anderen nicht merken, was euer Thema ist. Ihr dürft dabei allerdings keine falschen Behauptungen aufstellen, alles, was ihr sagt, muss stimmen.

Eure Mitspieler dürfen keine Fragen stellen oder laute Vermutungen über das geheime Thema äußern. Sobald aber einer der zunächst ausgeschlossenen Mitspieler glaubt, dass er das wirkliche Thema erkannt hat, kann er sich an eurer Unterhaltung beteiligen. Er trägt jedoch ein Risiko: Zu jedem beliebigen Zeitpunkt kann er von den beiden Freiwilligen herausgefordert werden, ob das Thema richtig von ihm identifiziert wurde. Wenn er dazu aufgefordert wird, muss er das Thema, das er erkannt zu haben glaubt, einem der beiden Eingeweihten ins Ohr flüstern. Ist er auf der richtigen Spur und hat er das tatsächliche Thema genau oder annähernd erkannt, darf er weiter an der Diskussion teilnehmen, er muss allerdings wie die beiden Diskutierenden so diskutieren, dass die Identität des Themas für die anderen möglichst weiter geheim bleibt.

Wenn sich der Betreffende allerdings geirrt hat und seine Vermutung über das Thema falsch war, darf er nicht länger an der Diskussion teilnehmen. Er muss wieder Beobachter im „Club der Unwissenden“ werden, bis er eine neue Vermutung hat. Dann kann er sich erneut versuchsweise an der Konversation beteiligen.

Es kann sich also jeder Mitspieler aus dem Kreis der Unwissenden an der Diskussion beteiligen. Er muss allerdings damit rechnen, von den Diskussionsleitern geprüft zu werden. Die Überprüfung der Mitspieler ist ausschließlich Sache der „Wissenden“. Sorgt dafür, dass eure Diskussion auf das geheime Thema zentriert bleibt, und werft Unwissende aus eurem erlauchten Kreis hinaus. Wer drei Mal eine falsche Vermutung geäußert hat, scheidet aus dem Spiel aus.

Das ganze Spiel dauert so lange, bis es nur noch einen einzigen Unwissenden gibt, höchstens jedoch dreißig Minuten. Dann wird das geheime Thema bekanntgegeben.

Habt ihr verstanden, wie das Spiel geht?...

Dann möchte ich, dass die Freiwilligen jetzt hinausgehen, um ihr Thema festzulegen...

### Auswertung:

- Welche Kommunikationsstärken habe ich bei mir und bei den anderen in diesem Spiel entdeckt?
- Welche Kommunikationsschwächen habe ich bei mir und bei den anderen entdeckt?

## Identifikation

(Gestalt-Awareness-Training)

- Welche Kommunikationsfertigkeiten möchte ich in Zukunft stärker entwickeln?
- Was habe ich über Kommunikationsprozesse gelernt?
- Wie gehe ich in alltäglichen Kommunikationssituationen beim Dekodieren von Informationen vor?
- Wie überzeuge ich mich, ob ich richtig verstanden habe?
- Wie klar sind die Botschaften, die ich selbst im Alltag sende?

**Erfahrungen:** Durch die Kombination von Kommunikations- und Wettbewerbselementen wird ein spannungsreiches, produktives Klima gefördert, in dem jeder eine Menge lernen kann.

**Ziele:** Dieses Spiel sensibilisiert die Teilnehmer für den Klang der eigenen Stimme. Was ich empfinde, meine Stimmungen, Freude oder Trauer, Ungeduld oder Ärger, Zärtlichkeit oder Wut – all das drücke ich unwillkürlich durch meine Stimme aus. Wenn ich mir selbst häufiger beim Sprechen zuhöre, dann kann ich mir durch diese Signale aus meinem Organismus bewusst machen, was ich fühle.

Bewusstsein vom Klang und der Aussagekraft meiner Stimme hilft mir darüber hinaus, besser einzuschätzen, wie ich auf meine Kommunikationspartner wirke und wie diese gefühlsmäßig auf meine Art zu sprechen reagieren.

**Teilnehmer:** Ab 14 Jahren. Hier ist es wichtig, dass die Teilnehmer bereits daran gewöhnt sind, nonverbales Kommunikationsverhalten ernst zu nehmen, und dass sie neugierig sind, es zu erforschen. Besonders wichtig ist dieses Experiment für alle Gruppen, deren Teilnehmer Sprech-Profis sind. Die Gruppengröße ist beliebig.

**Zeit:** Sie brauchen etwa 15 Minuten für das Experiment selbst.

**Spielanleitung:** Ihr könnt gleich mit eurer Stimme experimentieren. Eure Stimme gibt euch und euren Gesprächspartnern Hinweise darüber, welche Gefühle euch gerade bewegen. Ihr könnt bei dem folgenden Experiment versuchen, eure Stimme präzise wahrzunehmen und die mit dem sich ständig verändernden Klang eurer Stimme verbundenen Gefühle zu erfassen.

Bitte wählt euch zunächst einen Partner, auf den ihr neugierig seid... Setzt euch jetzt eurem Partner gegenüber hin und entscheidet, wer von euch A und wer B sein soll...

Schließt nun die Augen und haltet sie während des ganzen Experiments geschlossen. Ich möchte, dass zunächst A aktiv wird. Er soll beginnen zu sprechen und dabei genau der eigenen Stimme zuhören. Sein Thema ist die eigene Stimme. Er soll sich mit seiner Stimme identifizieren, sich als seine Stimme beschreiben und zugleich sagen, was die Stimme ausdrückt. A soll sich also vorstellen, dass er selbst seine Stimme ist, die sich beschreibt.

Er kann zum Beispiel sagen: „Ich bin meine Stimme. Im Augenblick bin ich zögernd und mache kleine Pausen. Ich bin sanft und zittere ein wenig. Ich klinge beruhigend, als ob ich meinem Zuhörer schmeicheln will. Jetzt stocke ich... Ich klinge etwas dünner, als ob ich furchtsam bin...“

Wenn ihr stecken bleibt, wiederholt einfach den Satz: „Ich bin meine Stimme“ und hört dabei auf eure Stimme. Seht zu, was ihr über eure Stimme entdecken könnt, und formuliert das.

Während sich nun A auf seine Stimme konzentriert und sich mit ihr identifiziert, soll B mit geschlossenen Augen schweigend zuhören und sorgfältig der Stimme lauschen. Hört gut zu und registriert die Charakteristika der Stimme, die ihr vernehmt. Werdet euch auch der eigenen Gefühle, Eindrücke und Assoziationen bewusst, die euch beim Zuhören kommen. Wie reagiert ihr auf die Stimme von A?

Ich möchte, dass A jetzt beginnt, als seine Stimme zu sprechen. Ihr habt für diese erste Runde drei Minuten Zeit...

Bitte stoppt jetzt. Wechselt die Rollen, sodass jetzt A schweigend zuhört, während sich B mit seiner Stimme identifiziert und sich als seine Stimme drei Minuten lang beschreibt...

Nun stoppt wieder und öffnet eure Augen. Ihr habt fünf Minuten Zeit, um dem Partner mitzuteilen, was ihr beobachtet habt, als er mit seiner Stimme experimentierte. Berichtet ihm, was euch aufgefallen ist, wieweit seine Selbstbeschreibung sich mit euren Beobachtungen deckt und wie ihr selbst gefühlsmäßig auf seine Stimme reagiert habt. Was habt ihr beim Klang seiner Stimme empfunden? – Teilt einander anschließend mit, was der Klang der Partnerstimme euch signalisierte. Welche Informationen über die seelische Verfassung des Partners habt ihr seiner Stimme entnommen? – Bitte sprecht jetzt mit eurem Partner über diese Fragen... (5 Min.)

#### **Auswertung:**

- Wie haben sich meine Gefühle entwickelt, als ich mich mit meiner Stimme identifizierte?
- Wie wandlungsfähig ist meine Stimme gewesen?
- Welche Gefühlsbotschaften sandte meine Stimme bei diesem Experiment?
- Wie klingt meine Stimme im Alltag?

- Wie klingt sie, wenn ich mich freue – wenn ich ängstlich bin – wenn ich ärgerlich bin – wenn ich traurig und wenn ich zärtlich bin?
- Wieweit gestatte ich meiner Stimme, lebendig zu sein?
- Wieweit gehöre ich zu den „Schauspielern“, die ihre Stimme im Klang bewusst manipulieren, um bestimmte soziale Effekte zu erzielen?
- Welche Konsequenzen möchte ich aus diesem Experiment ziehen?

**Erfahrungen:** Dies ist ein überaus nützliches Experiment, das ich selbst sehr schätze. Es ist allerdings wünschenswert, dass Sie als Gruppenleiter entweder das Experiment vorher mit Freunden oder Kollegen erprobt bzw. als Teilnehmer in anderen Gruppen dieses oder ein ähnliches Experiment aus dem Gestalt-Awareness-Training kennengelernt haben.

## Unregelmäßige Konjugation

(nach K. Krupar)

**Ziele:** Dieses Experiment soll den Teilnehmern bewusst machen, dass sie eigenes und fremdes Verhalten oft recht unterschiedlich beurteilen. Wir neigen dazu, unser eigenes Verhalten, unsere Einstellungen und Haltungen für berechtigt und ganz normal zu halten, während wir dieselben Dinge bei anderen wesentlicher ungünstiger oder sogar vollständig negativ einschätzen. Dieses Interaktionsspiel kann einen Beitrag dazu liefern, dass die Teilnehmer weniger oft diesen Kommunikationsmechanismus anwenden, d. h. dass sie weniger oft unerwünschte eigene Verhaltensweisen, Einstellungen und Haltungen auf andere projizieren, um sie dort zu kritisieren; im günstigsten Fall stärkt dieses Spiel die Bereitschaft der Teilnehmer, eigenes und fremdes Verhalten mit demselben Maßstab zu messen.

**Teilnehmer:** Ab 14 Jahren. Die Gruppengröße ist beliebig.

**Zeit:** Sie benötigen ca. 30 Minuten für das Experiment selbst.

**Material:** Für jeden Teilnehmer brauchen Sie ein Exemplar des Formulars „Unregelmäßige Konjugation: Ich-Aussagen“.

**Spielanleitung:** Ich schlage euch ein Spiel vor, bei dem ihr eine schlechte Kommunikationsgewohnheit einmal bewusst praktizieren sollt, nämlich euch selbst auf die Schulter zu klopfen und andere in die Pfanne zu hauen – für ein und dasselbe Verhalten, versteht sich.

Die Idee dazu stammt von Bertrand Russell. Er gab einmal folgendes Beispiel für die Konjugation eines unregelmäßigen Verbs: „Ich bin standhaft – du bist eigensinnig – er ist dickköpfig.“ Russell wollte Unregelmäßigkeiten und Schwächen der menschlichen Kommunikation durch den Kakao ziehen; zugleich demonstrierte er ein Kommunikationsmuster, das wir immer wieder praktizieren, wenn wir verbale Beurteilungen abgeben. Wenn ich mich selbst beschreibe und beurteile, stehe ich im Allgemeinen meinem Verhalten weniger kritisch gegenüber als deinem. Und ich rümpfe noch stärker die Nase und mäkele, wenn es sich um das Verhalten einer dritten Person handelt – obwohl sich der Betreffende genauso verhält wie du und ich.

## Unregelmäßige Konjugation: Ich-Aussagen

1. Ich tanze nicht sehr gut. Du... Er...
2. Ich bin optimistisch. Du... Er...
3. Ich mag schnelle Autos...
4. Gelegentlich kaufe ich mir ein paar Aktien...
5. Ich führe alles, was ich anpacke, konsequent zu Ende...
6. Normalerweise schließe ich mich der Meinung der Gruppe an...
7. Ich glaube, dass die Kleidung eine wichtige Visitenkarte ist...
8. Ich bin hilfsbereit...
9. Ich habe eine gute Vorstellungskraft...
10. Gelegentlich verliere ich meine Selbstbeherrschung...
11. Ich lehne die typischen Mittelklasse-Werte ab...
12. Ich lese gern leichte Unterhaltungsliteratur...
13. Ich kümmere mich um meine Nachbarn...
14. Ich habe hohe moralische Prinzipien...
15. Ich verteidige meine Rechte...
16. Ich sammle Antiquitäten...
17. Ich mache gern einen guten Eindruck auf andere...
18. Ich bin liberal...
19. Ich habe mich als Kind immer ausgetobt...
20. Ich benutze gute Gelegenheiten...
21. Ich mache nicht viele Worte...
22. Ich schätze Frauen...
23. Mir gehen bereits einige Haare aus...
24. Ich bin flexibel...
25. Gelegentlich gehe ich nachts in eine Bar...
26. Ich finde Männer wundervoll...
27. Ich wähle meine Freunde sorgsam aus...
28. Ich bin genau...
29. Ich gehe regelmäßig zur Kirche...
30. Ich verwende etwas Make-up...
31. Ich tue alles, um körperliche Auseinandersetzungen zu vermeiden...
32. Ich schiebe manche Entscheidungen auf...
33. Ich trinke gern ein Gläschen...
34. Ich bin etwas konservativ...
35. Ich bilde mich gern weiter...
36. Ich gehe gern gut essen...
37. Ich bin sparsam...

## Ohne Punkt und Komma

(K. W. Vopel)

Ihr sollt diese Kommunikationsgewohnheit gleich einmal bewusst üben. Teilt euch dazu bitte in Fünfergruppen auf...

Ich gebe euch jetzt ein Formular. Lest es bitte sorgfältig durch und entwerft dann als Gruppe zu den dort stehenden Ich-Aussagen die entsprechenden Du- und Er-Aussagen. Wählt in jeder Gruppe einen Protokollanten, der die Gruppenvorschläge notiert. Später soll jede Gruppe im Plenum ihr Konjugationsmuster vortragen.

Für eure Kleingruppenarbeit habt ihr jetzt fünfzehn Minuten Zeit...

Jetzt möchte ich, dass ihr in eurer Kleingruppe folgende Fragen diskutiert: Wart ihr euch schon vor diesem Experiment der Tatsache bewusst, dass ihr unterschiedlich bewertete Ich-, Du- und Er-Aussagen macht? – Kennt ihr Leute, die besonders häufig solche unregelmäßigen Verben konjugieren? Gebt Beispiele dafür. – Wer macht das in dieser Gruppe? – Bei welchen Gelegenheiten bzw. mit welchen Kommunikationspartnern neigt ihr selbst dazu, diese Art der Konjugation zu benutzen? Gebt wieder Beispiele dafür. – Für eure Diskussion habt ihr nun fünfzehn Minuten Zeit...

*Notieren Sie diese Diskussionspunkte für alle sichtbar.*

*Rufen Sie die Teilnehmer nach 15 Minuten zum Plenum zusammen und lassen Sie jede Gruppe berichten.*

### Auswertung:

- Was habe ich bei diesem Experiment gelernt?
- Was ist mein am häufigsten benutztes „unregelmäßiges Verb“?
- Welcher psychologische Mechanismus steckt hinter diesem Kommunikationsmuster?
- Welche Konsequenzen möchte ich aus diesem Experiment ziehen? Wie kann ich sie realisieren?

**Erfahrungen:** Dieses Spiel ist ebenso unproblematisch wie wichtig.

**Ziele:** Dieses Kommunikationsspiel ist ein rhetorisches Trainingsexperiment. Insbesondere können die Teilnehmer trainieren, so zu sprechen und zu argumentieren, dass sie die Aufmerksamkeit ihres Zuhörers gewinnen. Das ist besonders wichtig für Leute, die dazu neigen, langweilig und energielos zu sprechen. Hier können sie lernen, in einer Diskussion den eigenen Standpunkt klar und kräftig zu vertreten sowie emotionalen und intellektuellen Kontakt zu dem Kommunikationspartner herzustellen.

**Teilnehmer:** Ab 14 Jahren. Es ist besonders nützlich für Teilnehmer, die persönlich oder beruflich ein stärkeres verbales Durchsetzungsvermögen entwickeln wollen. Die Gruppengröße ist beliebig, wenn Sie das Experiment gleichzeitig in der Paarverbindung erproben lassen.

**Zeit:** Für das Experiment benötigen Sie ca. 60 Minuten.

**Spielanleitung:** Ich möchte mit euch ein Kommunikationsexperiment erproben, bei dem ihr euer verbales Durchsetzungsvermögen trainieren könnt. Zunächst werde ich euch den Ablauf erklären:

Es gehören jeweils zwei Spieler und ein Schiedsrichter zu einer Experimentiergruppe. Die beiden Spieler sollen eine Diskussion führen über ein und dasselbe Thema, das sie zunächst gemeinsam festlegen. Zum Beispiel kann ein Thema sein: „Welches ist die beste Trimm-dich-Methode der Welt“ oder: „Was ist der Mensch“, oder: „Wer von uns wird die verbale Auseinandersetzung gewinnen“ etc. Bei eurer Diskussion sind gewisse Spielregeln zu beachten, die – wohlgermerkt – in der Alltagskommunikation nicht angewendet werden sollten. Diese Spielregeln sind:

- Beide Spieler sprechen gleichzeitig.
- Beide sprechen ohne Pause – ohne Punkt und Komma.
- Beide müssen beim Thema bleiben, aber jeder soll seine eigene Auffassung des Themas und seine persönlichen Standpunkte entwickeln und entfalten.

Jeder soll vermeiden, auf das einzugehen, was der Partner sagt. Jeder soll jedoch versuchen, den anderen dazu zu bringen, dass dieser irgendetwas aufgreift, was er selbst zur Sache gesagt hat.

Ihr sollt also den Diskussionsbeitrag des anderen ignorieren, sollt

jedoch gleichzeitig versuchen, den Partner dahin zu bringen, dass er verbal auf euch eingeht.

Die Aufgabe des Schiedsrichters ist es, für die Einhaltung der Spielzeit von fünfzehn Minuten zu sorgen. Weiter soll er die beiden Spieler bewerten. Seine Gesichtspunkte für diese Bewertung sind:

Wie oft gelingt es einem der Partner, den anderen dazu zu bringen, verbal auf seine Gesprächsbeiträge einzugehen? – Minuspunkte handelt sich ein Spieler ein, wenn er stottert, irgendwelche Kunst- oder Verlegenheitspausen macht, mit seinen Argumenten auf der Stelle tritt und den eigenen Standpunkt nicht weiter entfaltet.

Habt ihr die Instruktionen und die Struktur des Spiels verstanden?... Jetzt suche ich zwei Freiwillige, die das Ganze einmal demonstrieren. Ich selbst will in diesem Fall der Schiedsrichter sein...

*Begründen Sie anschließend, wer Ihrer Meinung nach Gewinner war. Sie können dann zwei Wege beschreiten: Sie lassen die gesamte Gruppe in Triaden aufteilen, sodass alle gleichzeitig üben können. In diesem Fall muss dann eine zweite Übungsrunde folgen, in der der Schiedsrichter gegen einen der beiden Spieler antritt. Dieser Weg empfiehlt sich, wenn Sie das Spiel als Symptomverschreibung benutzen möchten. Sie sollten dann der Kleingruppe nach der Übungsphase eine kurze Zeit für eine erste Auswertung in der Kleingruppe geben. Oder Sie geben noch ein paar anderen Paaren im Plenum Gelegenheit, mit dieser Übung vor den anderen zu experimentieren, und erproben dieses Experiment dann von Zeit zu Zeit mit anderen Freiwilligen.*

#### **Auswertung:**

- Wieweit konnte ich dem Partner Widerstand leisten?
- Wieweit konnte ich den Partner dazu bringen, auf mich einzugehen?
- Wie bin ich vorgegangen?
- Was bedeutet das Experiment für mich?

**Erfahrungen:** Das Interaktionsspiel bringt viel Spaß und verbraucht eine Menge latenter aggressiver Energien. Das Klima in der Gruppe ist nach diesem Spiel fast immer entspannter. Einige Teilnehmer lernen, sich verbal besser zu behaupten. Andere lernen, wie viel Energie es kostet, den Partner zu überhören und sich um jeden Preis durchsetzen zu wollen. Das ist besonders für sonst rücksichtslose Vielredner eine nützliche Erfahrung.