

Zamyat M. Klein

Das tanzende Kamel

**Kreative und bewegte Spiele
für Trainings und Seminare**

managerSeminare Verlags GmbH

Inhalt

Vorwort	5
Warum Spiele in Trainings und Seminaren	13

Der Spiele-Bazar

I Hallo wach	
Aktivierung und Konzentration	21
II Im Takt	
Rhythmus und Bewegung	105
III Volle Power	
Austoben und Dampf ablassen.....	139
IV In Reih und Glied	
Reihenspiele bei Kinobestuhlung.....	175
V Ohne Sinn und Verstand	
Alberne Gute-Laune-Spiele	191
VI Spielend lernen	
Lernspiele.....	219
▶ Erste Aktivierung.....	221
▶ Zweite Aktivierung.....	253
▶ Brettspiele.....	299
VII Exotischer Zauber	
Interkulturelle Begegnungen	315



Der Stabil-Baukasten

▶ Basteln Sie Ihre eigenen Spiele	348
▶ Die Bastelanleitung	354
▶ Erste Ergebnisse.....	360
Literaturverzeichnis	366
Spieleverzeichnis	367



Liebe Leserin, lieber Leser,

herzlich Willkommen zu meiner neuen Spiele-Sammlung. Freuen Sie sich auf etwa 150 universell einsetzbare Spiele und Übungen zu den drei großen Bereichen der Energieaufbauspiele, der konzentrationsfördernden Spiele und der Lernspiele.

Warum noch eine Spielesammlung?

Auf dem Markt gibt es ja in der Tat schon viele Spielebücher. Warum schreibe ich also noch ein Weiteres? Und was haben Sie davon?

Die erste Idee dazu entstand über die Nachfragen meiner Seminarteilnehmer. Der Einsatz von Aktivierungen und Spielen ist für mich selbstverständlicher Bestandteil meiner Seminare. Bei Trainer-Seminaren werde ich daher häufig gefragt: „Sind diese Spiele in den Seminarunterlagen? In welchem Buch kann ich sie nachschlagen?“

Bisher konnte ich diesen Fragen und Wünschen nicht nachkommen, da ich Aktivierungen gerne spontan und situationsabhängig im Seminar auswähle. Einige der eingesetzten Spiele finden sich durchaus vertret in verschiedensten Büchern, andere, selbst entwickelte Spiele existieren nur in meinem Kopf oder sind in meinen persönlichen Unterlagen niedergeschrieben. So entstand die Idee, alle meine Lieblingsspiele und Aktivierungen zusammenzufassen.

Es blieb die Frage: Macht es denn Sinn, noch ein weiteres Buch auf dem Markt zu werfen? Wie unterscheidet es sich denn von schon veröffentlichten Spielesammlungen? Dazu Folgendes:

- ▶ Eine Sammlung in diesem Umfang wird Ihnen selten begegnen. Sie finden in diesem Buch **viele neue Spiele**, die bislang noch

Das Besondere an dieser Sammlung



nirgendwo veröffentlicht wurden, da ich sie erst in letzter Zeit entwickelt habe.

- ▶ Bekanntere Spiele finden Sie hier in anderer Form dargestellt: Viele Spielebücher haben ein festes Schema (beispielsweise pro Spiel eine Seite oder eine Karte) und sind daher häufig recht knapp formuliert. Da, wo es notwendig ist, sind die **Spiele ausführlich beschrieben**, diesen Luxus habe ich mir erlaubt. Ich selbst brauche oft konkretere Anweisungen, um Spiele zu verstehen, vor allem, wenn es um Bewegungsabläufe geht. Als Erinnerung an erlebte Spiele reichen kurze Beschreibungen vielleicht aus, aber nicht immer zum Ersteinsatz.
- ▶ Neben den reinen Spielbeschreibungen finden Sie **weiterführende Ergänzungen**, Erläuterungen oder Erfahrungen aus meiner täglichen Trainerpraxis. Gerade für Trainer, die vielleicht noch nicht so erfahren sind und sich bei der Umsetzung noch etwas schwertun, kann dies hilfreich sein.
- ▶ Ein ganz neuer Aspekt ist der „**Brückenschlag**“. Bei vielen Spielen (auch bei scheinbar *sinnlosen* albernem Spielen, die man nur zur Auflockerung einsetzt) habe ich eine Verbindung zu einem Fachthema hergestellt. Die Wirkung solcher Spiele kann noch sehr viel weiter gehen als eine bloße Steigerung der Konzentration (die an sich ja schon wertvoll ist). Durch den Bezug zu einem Seminarthema können Teilnehmer Inhalte auf einer ganz anderen Ebene durchdringen und oft noch neue Erkenntnisse gewinnen. Das ist mir selbst erst im Laufe der Jahre deutlich geworden. Trotz meiner Spielleidenschaft habe ich diesen Lerneffekt lange Zeit unterschätzt, bis er mir von Teilnehmern deutlich rückgemeldet wurde.

Ein weiterer Effekt: Wenn Sie einen konkreten Bezug zum Thema herstellen, können Sie gewöhnlich auch diejenigen Teilnehmer leichter gewinnen, die zunächst skeptisch gegenüber Spielen eingestellt sind. Natürlich müssen Sie nicht für jedes Spiel in Ihrem Seminar einen solchen Brückenschlag herstellen. Auch ist der Bezug zum Thema nicht als „Manipulations-Trick“ zu verstehen, um spielunwillige Teilnehmer zu überreden. Der Spaß an der Sache sollte stets im Vordergrund stehen – und wenn jemand partout nicht spielen mag, muss er auch nicht.



- ▶ **Der Clou** dieses Buchs: Eine ganze Reihe an Bewegungsspielen, die durch reine Textbeschreibung vielleicht schwer verständlich sind, wurden **zusätzlich auf Film** gebracht. Diese Ausschnitte können Sie sich über das Internet ansehen. Als Leser dieses Buchs haben Sie exklusiven Zugang. Ein Bild sagt mehr als tausend Worte. Lassen Sie sich die Spiele auf anschauliche Weise vorführen, vielleicht springt dann sofort der Funke der Begeisterung und Freude über, wenn Sie die Übung beinahe „live“ miterleben. **Die Spiele mit Filmausschnitten sind entsprechend gekennzeichnet.**
- ▶ Das „Sahnehäubchen“ bildet das abschließende Kapitel, das Ihnen Anregungen gibt, wie Sie Ihre eigenen **Spiele entwickeln** können. Werden Sie Ihr eigener Spiele-Produzent, zugeschnitten auf Ihre Zielgruppe und Ihr Thema. Ich stelle Ihnen dort eine Art Raster vor mit Fragen, die Sie schrittweise zur Entwicklung eines Spiels führen. Die Arbeit mit dem Frage-Raster habe ich bereits in einigen Trainer-Seminaren erprobt – mit verblüffendem Ergebnis.

*Der Clou:
Filmausschnitte
zeigen Ihnen, wie es
gemacht wird*

Welche Spiele Sie hier nicht finden

- ▶ Sie finden hier keine reinen „Kennenlern-Spiele“ (davon habe ich bereits zahlreiche in den Büchern „Kreative Seminarmethoden“ und „Kreative Geister wecken“ beschrieben).
- ▶ Ebenso wenig finden Sie klassische Rollen- und Planspiele (auch hierzu gibt es spezielle Bücher). Diese haben meist einen ganz konkreten thematischen Bezug, beispielsweise zu „Kommunikation“, „Konfliktbehandlung“ oder „Teamentwicklung“. Dagegen sind die Spiele dieses Buchs für ganz unterschiedliche Themen universell einsetzbar.

Zum Sprachgebrauch

Folgende Begriffe verwende ich in diesem Buch fast synonym, weil sie alle das gleiche Ziel haben (nämlich die Teilnehmer wach und aufnahmefähig zu machen):

- ▶ Spiele
- ▶ Energieaufbauübungen
- ▶ Aktivierungen
- ▶ Energizer



Warum „Das tanzende Kamel“?

Haben Sie schon mal ein Kamel tanzen sehen?

Die wenigsten von Ihnen werden wahrscheinlich überhaupt einmal ein Kamel außerhalb eines Zoos gesehen haben – und ganz sicher nicht tanzen. Es scheint ein Widerspruch in sich: In unserem Sprachgebrauch wird das Wort „Kamel“ ja oft abfällig verwendet, ebenso wie „Trampeltier“. Beides im Sinne von „dumm“. Und das dann auch noch tanzend?

Immer wenn ich anfangen, etwas über Kamele zu erzählen, meldet sich mindestens ein wohlmeinender Mensch zu Wort und meint, mich korrigieren zu müssen: „*Sie meinen sicher ein Dromedar!*“

Hier ist Aufklärung nötig, daher: „Kamel“ ist der Oberbegriff, die Tiergattung, so wie Hund oder Pferd. Dromedare sind Kamele mit *einem* Höcker und Trampeltiere mit *zwei* Höckern. Auch das spuckende Lama und das Alpaka gehören in die gleiche Gattung. Wer das immer noch nicht glauben will, der möge es nachlesen unter www.camelidae.de/frame.htm, wo sich eine einfache Übersicht mit Erläuterungen findet.

Und was hat das mit Spielen in Seminaren zu tun?

*Keine Angst
vor Spielen*

Viele Trainer und auch Teilnehmer denken, dass Spiele nicht in Trainings mit Führungskräften oder anderen (beliebigen) Zielgruppen passen. Und schon gar nicht Tänze! Diese sind auf der Skala des Schreckens am weitesten oben angesiedelt.

Denksportaufgaben gehen am ehesten, da ist noch Akzeptanz. Eine nette Methode zum Kennenlernen, bei der die Teilnehmer sich von den Stühlen erheben, ist vielleicht auch noch ok (wobei diese nach meiner Definition noch nicht so viel mit „Spiel“ zu tun hat).

Die meisten befürchten, dass sie sich „blöd“ vorkommen, sie stellen sich „trampelig“ an, es ist peinlich, sie blamieren sich.

In diesem Buch geht es daher auch darum:

- ▶ **Was** können Sie als Trainer tun, um Ihre eigenen Hemmungen zu überwinden und mit Mut und Spaß Spiele einzusetzen?
- ▶ **Warum** sollten Sie überhaupt Spiele einsetzen?



- ▶ **Welchen Mehrwert** haben Sie und Ihre Teilnehmer davon?
- ▶ **Wie** setzen Sie es um?

Und warum sollte ein Kamel überhaupt tanzen?

Das gehört sicher nicht zum normalen Job eines Kamels. Es fällt aus dem Rahmen – es erzeugt aber auch Aufmerksamkeit.

Ein tanzendes Kamel schafft Aufmerksamkeit

Was war Ihr erster Impuls, Gedanke, Gefühl, als Sie den Buchtitel zum ersten Mal lasen? Neugier? Lachen? Verwirrung? Zumindest Aufmerksamkeit – oder? Schließlich haben Sie das Buch ja gekauft.

Kamele und ich

Im Arabischen heißt Kamel „cemel“ (Aussprache: dschemel), ist also dem Klang nach unserem „Kamel“ sehr ähnlich. Da ich bislang zehnmal auf Reisen mit Beduinen und Kamelen in der Sahara war, habe ich natürlich deren Sprachgebrauch übernommen. Kein Mensch sagt dort: *„Ich hole mal eben mein Dromedar.“*

Wie viele andere Mädchen habe auch ich als Kind für Pferde geschwärmt und meterweise entsprechende Bücher verschlungen. Manche davon spielten in der Wüste (beispielsweise *„Der weiße Scheich“* von Elsa Sophia von Kamphoener), und so keimte das Interesse an der Wüste auf. Die Pferdewerbung verlagerte sich zu einem Interesse für Kamele. Und durch den realen Kontakt dann zu einer Leidenschaft.



Durch die Wüste

Ich finde Kamele wunderschön, ihre Augen, die langen Wimpern. Sie haben etwas sehr majestätisches. Ihr wiegender Gang ist sehr souverän, ruhig, stetig. Sie vermitteln den Eindruck, als ob man sie durch nichts aus der Ruhe bringen könnte (was nicht stimmt). Es ist ein kaum zu beschreibendes Gefühl, wenn nach stundenlanger Arbeit die Kamele bepackt sind mit dem schweren Zelt, den Körben mit Essen, den Wasserschläuchen, dem Gepäck und die Karawane aufbricht. Das leise Schnauben, die großen weichen Füße, die langsam aufgesetzt werden, der schaukelnde Gang ... Hier und da muss noch mal ein Gepäckstück verschoben werden, damit die Gewichte gleichmäßig verteilt sind.

Vorher allerdings erst einmal ein unglaubliches Gebrüll, wenn sie mit den ganzen Lasten aufstehen sollen. Das geht nur unter lautstarkem, von leichten Schlägen und Schubsen beigeleiteten Protest. Mühselig stemmen sie sich erst auf die Vorderbeine, dann auf die Hinterbeine und falten schließlich die Vorderbeine endgültig auf. Wenn man bei dieser Prozedur auf einem Kamel sitzt, wird man entsprechend erst nach vorne, dann nach hinten und noch einmal nach vorne geworfen und kann sich nur an allem festhalten, was sich dazu anbietet. Wie die Beduinen es schaffen, dabei gerade, freihändig und höchst elegant sitzen zu bleiben, ist mir ein Rätsel.

Ja – und dann geht es los – von dort oben mit weitem Blick über die Sanddünen oder die Steppe, sanft wiegend. Auf gerader Ebene macht das Reiten wirklich Spaß, man wird geschaukelt und muss aufpassen, nicht einzuschlafen. Doch ist die Überquerung der Dünen dann wieder äußerst anstrengend. Denn die Kamele kämpfen sich durch den hohen Sand, sinken bis zu den Knöcheln ein – man hängt mal nach vorne, mal nach hinten und krallt sich fest. Da fühle ich mich dann weniger wie Lawrence von Arabien, sondern mehr wie ein ängstlicher Kartoffelsack ...

Kurz und gut: ich liebe Kamele außerordentlich, sammle sie in allen Varianten (selbst als Spülbürste mit Kamel-Kopf), habe Bilder an den Wänden und freue mich immer wieder, wenn ich einem lebenden begegne.

Ich hoffe, dass die Vorstellung von einem tanzenden Kamel auch in Ihnen etwas Positives hervorruft – oder doch zumindest Ihre Aufmerksamkeit weckt.



Ein herzliches Dankeschön

Spiele und Seminarmethoden sind lebende organische Formen, die sich ständig verändern und angepasst werden. Nicht immer ist feststellbar, wer die erste Idee zu einem Spiel hatte. Manche Spiele sind inzwischen „Allgemeingut“ geworden.

Wo es mir bekannt und möglich war, habe ich die Autoren angegeben und entsprechende Literatur, wenn ich das Spiel einem Buch entnommen habe. Bei manchen Spielen habe ich vermerkt, durch welche Kollegen ich es in einem Seminar kennengelernt habe – ohne zu wissen, ob es nun von dieser Person ursprünglich stammt oder sie es wiederum bei anderen Kollegen übernommen hat.

Speziell danken möchte ich Christian Bollmann, der mir erlaubte, sein „Brieke Bum“ aufzunehmen, obwohl ich es hier sehr verkürzt darstelle, was der eigentlichen Intention, die er als Musiker damit hatte, nicht gerecht wird. Ich verstehe seine Bauchschmerzen, sein „Kind“ so verkümmert zu sehen und danke ihm, dass er dennoch über seinen Schatten gesprungen ist.

Ebenso danke ich meinen Kolleginnen Kathleen Brandhofer- Bryan und Helga Pfetsch, die mir großzügig gestattet haben, aus ihrem neuen Buch einige Spiele zu zitieren.

Vor allem möchte ich mich auch bei der Gruppe der ABB-Trainer-Ausbildung im Juli 2007 bedanken, die sich bereit fanden, alle möglichen und unmöglichen Spiele auszuprobieren, sich hemmungslos abfotografieren zu lassen und schließlich mithilfe des hier vorgestellten Rasters eigene Spiele entwickelt hat, die Sie auch in diesem Buch finden.

Ganz offiziell möchte ich auch einmal Ulrich Baer danken, der mich vom ersten Spielversuch an „begleitete“. Er war damals (in den 1980er Jahren) wohl einer der ersten, der Bücher und Zeitschriften zu Spielen herausbrachte. In seinen Workshops in der Akademie Remscheid habe ich erleben können, wie man mit Gruppen spielt, wie man Spiele anleitet und welchen Spaß das macht. Er ist für mich das „Urgestein“ der Spiele-Landschaft und ich freue mich, dass ich ihn jährlich auf der Didacta wiedersehe.



Insgesamt danke ich allen Spiele-Erfindern und Autoren, auch wenn Sie vielleicht nicht namentlich genannt sind, die mich inspiriert und ermutigt haben, im Laufe meines langen Trainerlebens zu entdecken, was Spiele in Seminaren bewirken können und wie gerne ich selber spiele. Die ersten Ansätze zur Spielfreude dazu habe ich nämlich erst nach meinem 30. Lebensjahr auf einer Fortbildung entdeckt und es durch meinen Kontakt mit der Suggestopädie allmählich zu einer Leidenschaft entwickelt.

Zuletzt noch ein herzliches Dankeschön an meinen Lektor Ralf Muskatewitz, der nicht nur aufgeschlossen für meine Ideen und Vorschläge ist und meine Arbeiten geduldig, freundlich und professionell begleitet, sondern mit dem das Zusammenarbeiten auch einfach großen Spaß macht.

Ihre Zamyat M. Klein



ABC-Hampelmann

Ziel/Wirkung: *Konzentration; beide Gehirnhälften in Schwung bringen, vernetzen*

Material: *Arbeitsblätter mit ABC*

Vorbereitung: *Arbeitsblätter kopieren*

Teilnehmerzahl: *ab 2 Personen*

Form: *zu zweit/stehend*

Dauer: *5-10 Minuten*

Diese Übung stammt aus der NLP-Szene. Sie wurde in der Literatur sowohl Gundl Kutschera als auch Michael Grinder zugeschrieben.

Zur Methode

Ich setze sie gerne beim Thema „Hemisphären-Modell“ des Gehirns ein, als Beispiel dafür, wie beide Gehirnhälften aktiviert und angesprochen werden. Denn bei dieser Übung ist es erforderlich, zu lesen sowie zu sprechen (linke Gehirnhälfte) und sich gleichzeitig zu bewegen (rechte Gehirnhälfte). Aber auch unabhängig von diesem Thema ist es eine nette Konzentrationsübung, die man vor allem auch wunderbar mit Fachinhalten verknüpfen kann.

Paarbildung

Verlauf

Um Paare zu bilden, nehme ich bei 16 Teilnehmern acht Weihnachtsketten (mit kleinen Kügelchen, man kann aber auch Fäden oder eine Kordel nehmen) und fasse sie so in der Mitte, dass alle Enden nach unten hängen. Jeder Teilnehmer ergreift nun ein Ende und schaut, mit wem er durch die Kette verbunden ist. Diese Person ist nun sein Partner.



Übung

Jedes Paar bekommt ein Blatt (siehe Seite 25), auf dem Buchstabenreihen stehen. Die Teilnehmer sollen das Blatt in Augenhöhe vor sich an eine Wand hängen und sich davorstellen.

Die Aufgabe besteht darin, zu zweit gemeinsam und laut die obere Reihe zu lesen und dabei gleichzeitig die Arme zu bewegen. Und zwar nach Anweisung der unteren Reihe (die man eben gleichzeitig leise mitlesen muss!).

Steht dort ein „L“, wird der linke Arm angehoben. Bei „R“ der rechte Arm und bei „Z“ beide Arme zusammen. Das erfordert einiges an Konzentration.

Vorher beschreibe ich die Aufgabe: Die Teilnehmer sollen den Text in der ersten Runde etwas langsamer lesen und dann bei einer zweiten Runde das Tempo erhöhen – und schauen, welche Wirkung das hat, welche Variante ihnen leichter fällt.

Steigerung des Schwierigkeitsgrades

Als weitere Aufgaben gebe ich dann:

- ▶ die Spalten senkrecht zu lesen, statt waagrecht
- ▶ das Ganze rückwärts zu lesen

Bemerkungen

Varianten

Es gibt auch die Variante, wo statt „R“, „L“ oder „Z“ Pfeile stehen, die nach oben oder unten, rechts oder links zeigen. Entsprechende Bewegungen müssen dann mit den Armen ausgeführt werden.

Man kann auch die Beine noch mit einbeziehen (dann muss beispielsweise der linke Arm und das rechte Bein gleichzeitig angehoben werden).



A	B	C	D	E
L	R	Z	R	Z
F	G	H	I	J
L	L	R	Z	R
K	L	M	N	O
L	R	Z	L	R
P	Q	R	S	T
Z	R	L	R	Z
U	V	W	X	Y
Z	R	L	R	Z

Abb.: ABC-Arbeitsblatt



Auswertung

Es sieht schon witzig aus, wenn überall im Raum Paare stehen, die Arme schwenken und laut lesen. Für manche bedeutet die Übung Stress, andere lachen sich schief.

Anschließend besteht immer ein großer Bedarf, die Erfahrungen mitzuteilen. Meine erste Frage lautet: *„Was fiel Ihnen leichter, die schnelle oder langsame Variante?“*

Oft fällt die schnelle Variante erstaunlicherweise leichter. Das erkläre ich damit, dass wir uns dann mehr dem Rhythmus (= rechte Gehirnhälfte) überlassen. Sobald die linke Hälfte dominiert, kommen wir leichter ins Schleudern. Wenn die Bewegung mehr automatisiert ist und unbewusst abläuft, funktioniert es besser.

(Dazu passt auch die Geschichte vom Tausendfüßler: Als er einmal gefragt wurde, wie er das denn mache mit seinen vielen Beinen, und er daraufhin anfing, darauf zu achten, klappte es nicht mehr, und er geriet ins Stolpern.)

Meine zweite Frage lautet: *„Wie lange haben Sie gebraucht, bis Ihnen klar wurde, dass Sie beim Vorwärtslesen die obere Reihe ja gar nicht mitlesen brauchten (da wohl jeder das Alphabet auswendig kann)?“* Wieder Gelächter – denn manchem war es gar nicht aufgefallen.



Beispiel Metallausbildung

Brückenschlag

Ein Teilnehmer brachte einmal bei einem Fortsetzungsseminar eine wunderbare Variante mit, wie er diese Methode in der Metallwerkstatt eingesetzt hat.










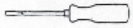

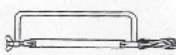
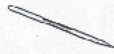



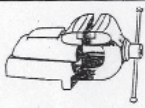
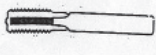
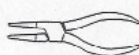

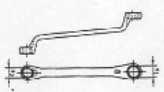
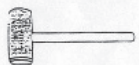
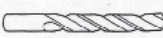


				
L	R	Z	R	Z
				
L	L	R	Z	R
				
L	R	Z	L	R
				
Z	R	L	R	Z
				
Z	R	L	R	Z

Abb.: ABC-Metallwerkstatt



Statt ABC sind dort Bilder von Werkzeugen, darunter wie gehabt „L“, „R“ oder „Z“.

Nun ist noch mehr an Gehirnleistung gefordert. Denn die Teilnehmer müssen zuerst das Bild (rechte Hemisphäre) in ein Wort (linke Hemisphäre) „übersetzen“, dieses laut aussprechen, gleichzeitig unten lesen und die dazu passende Bewegung machen.

Zur Vereinfachung kann man als Zwischenschritt den entsprechenden Begriff unter die Bilder schreiben. Das erfordert dann immer noch mehr Konzentration als die erste Variante und kann etwa dem „Einschleifen“ von Fachbegriffen dienen.



Hat Ihnen diese Leseprobe gefallen?

Als Mitglied von **Training aktuell** erhalten Sie beim Kauf von Trainingsmedien Sonderpreise. Beispielsweise bis zu **20% Rabatt auf Bücher**.

Zum Online-Shop

Training *aktuell* einen Monat lang testen



Ihre Mitgliedschaft im Testmonat beinhaltet:

- ▶ eine ePaper-Ausgabe **Training aktuell** (auch Printabo möglich)
- ▶ **Teil-Flatrate** auf 5.000 Tools, Bilder, Inputs, Vertragsmuster www.trainerkoffer.de
- ▶ **Sonderpreise** auf Trainingsmedien: ca. **20% Rabatt** auf auf Bücher, Trainingskonzepte im Durchschnitt **70 EUR günstiger**
- ▶ **Flatrate auf das digitale Zeitschriftenarchiv**: monatlich neue Beiträge, Dossiers, Heftausgaben

Mitgliedschaft testen