



### **Axel Rachow**

... Dipl.-Sozialpädagoge, zert. Erwachsenenbildner, Jahrgang 1961, entwickelte 1995 die DART-Idee für engagierte Personal- und Unternehmensentwicklung.

Als Trainer, Moderator und Autor hat er sich einen Namen gemacht. Seine acht Werke gehören zur Standardliteratur: allen voran der nunmehr in der vierten Auflage erscheinende Visualisierungsbestseller „Sichtbar“ und die erfolgreiche „Spielbar-Reihe“. Sein Markenzeichen sind praxisnahe Handreichungen mit vielfältigen Anregungen für die lebendige Gestaltung von Lernsituationen, Präsentationen und (Groß-)Veranstaltungen. Für interaktiv gestaltete Trainingsmaßnahmen erhielt er 1998 den Deutschen Trainingspreis und 2000 ein Certificate of Excellence des BDVT.

2005 neu firmiert in der DART Consulting GmbH, arbeitet er nun mit den Schwerpunkten Moderation und Train the Trainer und entwickelt seit 2009 in Kooperation mit Johannes Sauer das Thema graphic-recording.

## **► DART | CONSULTING**

Axel Rachow  
Achterstr. 73  
50678 Köln  
07 00 / 20 72 24 69  
Rachow@DART-Consulting.de  
www.DART-Consulting.de

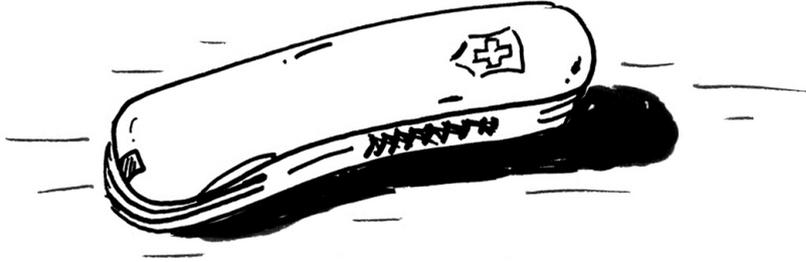
### Johannes Sauer



Johannes Sauer setzt in seiner Tätigkeit als Trainer erfrischende Akzente. Seine ganzheitliche Herangehensweise zieht sich wie ein roter Faden durch all seine Projekte. So nutzt er z.B. seine langjährige Bühnenerfahrung als Comedian und Zauberkünstler, um kreative Methoden für Training und Präsentationen zu entwickeln.

Der effektvolle Einsatz von Visualisierung ist dabei ein Hauptthema, das er spielerisch vermittelt, weiterentwickelt und kreativ nach vorne treibt. Dies zeigt sich auch in der Kooperation mit Axel Rachow. Seit 2009 sind die beiden mit dem Thema graphic recording deutschlandweit gefragt und im Einsatz.

Johannes Sauer  
Neusser Straße 369  
50733 Köln  
0177 / 880 86 33  
info@sauer-johannes.de  
www.drei-zu-eins.com



# Inhalt

**Spielkategorien und Spielziele** ..... Seite 13



## **Einen Rahmen geben**

- 1 Der Kieselstein im Schuh**  
Patrik Dimopoulos ..... Seite 33
- 2 Mythos Flexibilität**  
Olivia Fischer ..... Seite 35
- 3 Die Veränderung**  
Ilona Geiger ..... Seite 37
- 4 Mutgeschichte**  
Renata B. Vogelsang ..... Seite 39
- 5 Perlen tauchen**  
Martin Wolfer ..... Seite 41
- 6 Wo bin ich?**  
Sibylle Sommerer ..... Seite 43
- 7 Mein Raum, Dein Raum, Unser Raum**  
Renata B. Vogelsang ..... Seite 54

- 8 Danke-Ritual**  
Diana Binder ..... Seite 47
- 9 Miteinander oder gegeneinander**  
Steffi Reinschild-Barzen ..... Seite 49
- 10 Genie und Idiot**  
Michèle Minelli ..... Seite 51
- 11 Boris – der Reiz der vorläufigen  
Behauptung**  
Martin Niederhauser ..... Seite 53
- 12 Wertschätzender Schlusspunkt**  
Renata B. Vogelsang ..... Seite 55

### **Tipps zur professionellen Visualisierung**

- Einen Rahmen geben ..... Seite 57



## **Das Eigentliche im Fokus**

- 1 Ein Computer ohne Bildschirm**  
Stefan Häseli ..... Seite 65

**2 Kugellager**  
 Monika Weber ..... Seite 67

**3 Schubladen**  
 Christoph Landau ..... Seite 69

**4 Elchtest**  
 Diana Binder ..... Seite 71

**5 Lernen á la Memory®**  
 Jürg Mattes ..... Seite 73

**6 Die 1.-August-Rede**  
 Mona Ziegler ..... Seite 77

**7 Die befreite Vision**  
 Reto Mischol ..... Seite 79

**8 Und immer wieder Fussball**  
 Jürg Ammann ..... Seite 81

**9 Picture Catwalk**  
 Ursula Ammann ..... Seite 83

**10 Gedanken-Spaziergang**  
 Anja Werner ..... Seite 85

**11 Der Adventskalender**  
 Kerstin Heine ..... Seite 87

**12 Hirnakrobatik**  
 Martin Niederhauser ..... Seite 89

**Tipps zur professionellen Visualisierung**  
 Das Eigentliche im Fokus ..... Seite 91



## Spannung erzeugen

**1 Wahre Aussage**  
 Michéle Minelli ..... Seite 99

**2 Das Kommunikationsspiel**  
 Matthias Hopmann ..... Seite 101

**3 So tun als ob**  
 Yvonne Weideli ..... Seite 105

**4 Mit Stärken spielen**  
 Yvonne Weideli ..... Seite 107

**5 Motivations- und Stärkenspiel**  
 Virgil Schmid ..... Seite 109

**6 Wahlrede**  
 Christoph Landau ..... Seite 113

**7 Ausjassen!**  
 Erich Wohlwend ..... Seite 115

<p><b>8 Das Spiel der Wandlung</b> Rosemarie Cordonier-Theler..... Seite 117</p> <p><b>9 Teamvisionen im Medizinrad</b> Caroline Bernardi ..... Seite 121</p> <p><b>10 Beziehungslandkarte</b> Manuel Bernardi..... Seite 125</p> <p><b>11 Jedem seine Verantwortung – körperlich ausgedrückt</b> Renata B. Vogelsang ..... Seite 127</p> <p><b>12 Personality Poker</b> Sabine Hugentobler und Doris Ruckstuhl..... Seite 129</p> <p><b>13 Innere Teamkonferenz</b> Romy Gerhard..... Seite 131</p> <p><b>Tipps zur professionellen Visualisierung</b> Spannung erzeugen ..... Seite 135</p>	<p><b>2 Wirf und schrei!</b> Brigitt Walser ..... Seite 147</p> <p><b>3 1-20</b> Martin Niederhauser ..... Seite 149</p> <p><b>4 Logische Reihen</b> Michèle Minelli ..... Seite 151</p> <p><b>5 Are you really multitasking?</b> Jürg Hebeisen ..... Seite 153</p> <p><b>6 Tiger, Oma, Samurai</b> Roland Bartl..... Seite 155</p> <p><b>7 Blitzkontakte</b> Karin Gisler ..... Seite 157</p> <p><b>8 Lachyoga</b> Karin Gisler ..... Seite 159</p> <p><b>9 Penalty</b> Diana Binder ..... Seite 161</p> <p><b>10 Die verdrehten Hände</b> Martin Herzberg, Gaby Hasler ..... Seite 163</p> <p><b>11 Etwas Besonderes</b> Martin Herzberg..... Seite 165</p>
---	---



## Dynamik gestalten

<p><b>1 In Bewegung kommen, wenn die Energie abflacht</b> Claude Schoch ..... Seite 143</p>
---

<b>12 Haus, Baum, Hund</b>	
Steffi Reinschild-Barzen .....	Seite 167
<b>13 Die Unsicherheit der Sicherheitsnadeln</b>	
Werner Ampert .....	Seite 169
<b>14 Kendama</b>	
Christian Ziegler.....	Seite 171
<b>Tipps zur professionellen Visualisierung</b>	
Dynamik gestalten.....	Seite 173



## Der Blick auf Grosses

<b>1 Party-Insel-Spiel</b>	
Manuel Sennhauser .....	Seite 181
<b>2 Teamprojekt auf einer Insel</b>	
Regula Isenring .....	Seite 185
<b>3 Leadership beim Kartoffelschalen</b>	
Andreas Gisler und Matthias Zurfluh.....	Seite 187
<b>4 Die schwebende Flasche</b>	
Angelika Rinner und Werner Berger.....	Seite 191

<b>5 „Sächsi-Stein“ – das Mühle-Veränderungsspiel</b>	
Verena Mügler Bühl .....	Seite 193
<b>6 Die kniffligen Nusschalen</b>	
Martin Herzberg, Gaby Hasler .....	Seite 197
<b>7 Die Entscheidung</b>	
Romy Gerhard.....	Seite 199
<b>8 Blinder Turmbau – ein Lernerlebnis im Team</b>	
Ursula Preiningner .....	Seite 203
<b>9 Die Lösung liegt im Miteinander</b>	
Steffi Reinschild-Barzen .....	Seite 205
<b>10 Grooops</b>	
Christoph Breitenmoser.....	Seite 207
<b>11 Fadenzug</b>	
Christian Ziegler.....	Seite 211
<b>12 Wahrzeichen</b>	
Alexandra Huber .....	Seite 213
<b>Tipps zur professionellen Visualisierung</b>	
Der Blick auf Grosses .....	Seite 215

# Elchtest

von Diana Binder

Die Teilnehmenden nennen ihre Widerstände und helfen sich gegenseitig, Lösungen zu finden



## Ziel

- ▶ Aufdecken persönlicher Widerstände
- ▶ Entwickeln von praktischen Lösungen
- ▶ Kollegiale Beratung unter den Teilnehmenden



## Beschreibung

Die Teilnehmenden setzen sich nach dem System eines Kugellagers in einen inneren und einen äusseren Sitzkreis. Die Personen im inneren Sitzkreis A drehen sich nach aussen und sitzen so jeweils einem Teilnehmenden aus dem äusseren Sitzkreis B gegenüber. Jeweils ein TN aus dem inneren und dem äusseren Sitzkreis bilden ein Team.

Nun stellt A seine Elche (persönlichen Widerstände gegen ein Modell oder ein Thema) in einer Kurzfassung vor. B schlägt darauf mögliche Lösungen vor, um den Widerständen zu begegnen. Dann wechseln die Rollen und B nennt seine Elche, A bietet mögliche Lösungsansätze. Dabei müssen sich beide sehr kurz fassen, denn es bleiben ihnen nur 4 Minuten um sich gegenseitig die Elche und entsprechende Lösungen vorzustellen.

Nach 4 Minuten rutschen alle TN des inneren Sitzkreises nach rechts und somit erhalten alle neue Partner. Die Aufgabe beginnt von vorn. Nach maximal 3 Partnerwechseln ist die Runde zu Ende.



## Variationen

Statt in einem Kugellager kann der Elchtest auch einfach in einer Partnerarbeit durchgeführt werden.



## Kommentar

Vier Minuten haben sich bewährt, die TN nennen so kurz und prägnant ihre Elche und Lösungen. Dabei sorgt der Zeitdruck für Aktivität und der Energielevel bleibt hoch.



## Auswertung/Überleitung

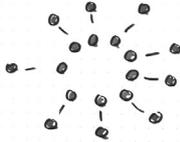
- ▶ Wenn der Elchtest zum Abschluss eines Themas dient, wird er im Sinne einer kollegialen Beratung stehen gelassen.
- ▶ Wenn man den Elchtest als Vertiefung eines Themas einsetzt, empfiehlt es sich, in einer Plenumsrunde die häufigsten Elche und mögliche Lösungsansätze zu diskutieren.



## Einsatzmöglichkeiten

Vertiefung oder Abschluss eines Themas.

## Elchtest



- zählt alle Gründe auf, wieso er/sie Spiele nicht in seinem/ihrer Kurs einsetzen kann
- schlägt Lösungen vor



# Elch Test



## Querverweise

Erlebt im Rahmen der ZRM Ausbildung in Zürich. Leicht abgeändert und mit entsprechender Fragestellung angepasst.



## technische Hinweise

**Gruppierung** 2-30 Teilnehmer

**Material** Flipchart oder Folie zur Erklärung des Kugellagers

**Dauer** 10-30 Minuten

**Vorbereitung** keine

# Die 1.-August-Rede

von Mona Ziegler

Eine prägnante Rede halten mit Sprachwitz, Spiellust und ausgeprägter Körpersprache



## Ziel

- ▶ Die Teilnehmer üben, lebhaft, locker und fantasievoll zu sprechen. Sie sollen Mut bekommen, im Rollenspiel ihre Grenzen zu überschreiten.



## Beschreibung

Die Seminarleitung fordert die Teilnehmer auf, eine kurze Rede im Stil der Reden des Schweizer Bundesfeiertags zu halten.

Für den Redner ist ein Podest oder Stuhl vorbereitet. Die Seminarleitung verkündet die Redezeit pro Teilnehmer: 1, 2 max. 3 Min. Jeder Teilnehmer wählt für sich eine Idee, die er den andern verkaufen möchte, sodann erhält die ganze Gruppe eine Vorbereitungszeit von 10 Minuten.

Der Reihe nach treten nun die Redner/-innen auf das Podest und halten eine Rede „mit Herzblut und Engagement“. Bei der Präsentation sollten Körper und Stimme lebhaft zum Einsatz kommen.

Die Gruppe applaudiert nach jedem Auftritt.



## Variationen

- ▶ Imitieren eines Politikers (freie Auswahl)
- ▶ Vorgabe eines Themas (Stegreifrede)
- ▶ Verwenden einer Fantasiesprache



## Kommentar

Wichtig ist ein zügiges Vorgehen: Keine Kommentare oder Feedbacks zwischen den einzelnen Auftritten – schnelle Wechsel zwischen den einzelnen Rednern.



## Auswertung/Überleitung

- ▶ Persönliche Auswertung: Was war einfach, was war schwierig? Wie hast Du Dich gefühlt? Welche Momente waren grenzwertig?
- ▶ Feedback der Zuschauer: Welche Rede hat Dich überzeugt, warum genau? Welche Besonderheiten in der Körpersprache fielen auf? Wo sind besondere Stärken der Einzelnen? Welcher Politiker wurde gespielt?

"Mit viel Engagement  
und Herzblut stand  
ich jeweils auf dem  
Podium für  
1.-August-Reden..."

Werner Messmer, Nationalrat



### Einsatzmöglichkeiten

- ▶ Vor der Mittagspause oder direkt nach dem Essen.



### technische Hinweise

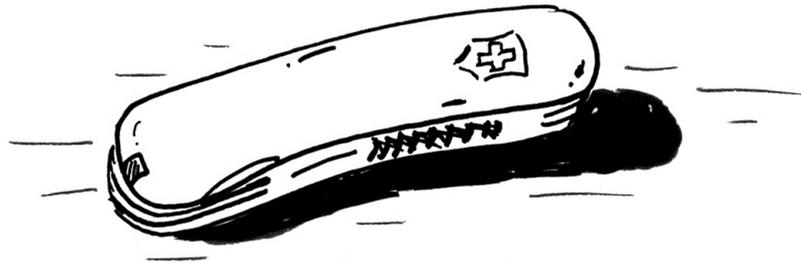
**Gruppierung** bis 12 Personen eine Gruppe, grössere Gruppen aufteilen

**Material** 1 Podest oder stabile Kiste, stabiler Stuhl  
Spielort: drinnen oder draussen

**Dauer** Sprechdauer max. 3 Minuten (Zeit vorher festlegen)

**Vorbereitung** keine

### Tipps zur professionellen Visualisierung



## Das Eigentliche im Fokus

Schatten lassen Schrift und Objekte markanter erscheinen.

Haben Sie's entdeckt?



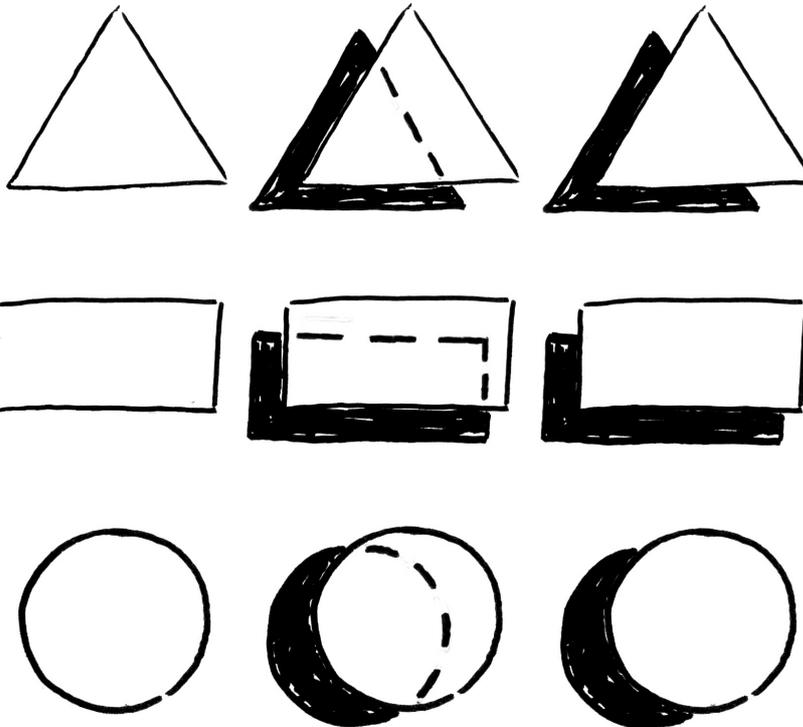
# Elch Test

Text und Zitat zur 1.-August-Rede wirken stärker durch einen simplen Schatten. Das Zitat scheint auf einer Karte zu stehen und diese Karte schwebt über dem Untergrund.

Wenn dann noch mehrere Karten zusammen kommen - so, wie hier bei „die befreite Vision“-, kann sich der Betrachter dem Effekt nicht entziehen: Dort hat jemand nicht einfach etwas hingeschrieben, sondern verschiedene Karten aufgehängt.

Hier liegen die Schatten außen an den beiden Anfangsbuchstaben. Schon scheinen diese sich zu lösen und abzuheben: Der Elchtest wird zum faszinierenden Hingucker.

**Das Prinzip der Schattenbildung:**



Ein Schatten wächst durch die Verschiebung eines Objekts.

„Hinter“ dem Objekt kann man sich den Umriss des Objekts erneut denken.

Sind verschiedenen Objekte auf einem Plakat, muss der Schatten jeweils an den gleichen Seiten auftauchen

Dabei gibt die Lichtquelle  
die Schattenrichtung vor!



Geht auch von links  
nach rechts!



richtig

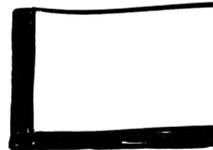
Dieser Versprung  
(„Treppe“) ist wichtig, damit  
der Betrachter einen Schatten  
wahrnimmt.



Der Schatten ist stets so lang,  
wie die dazugehörige Linie.



falsch

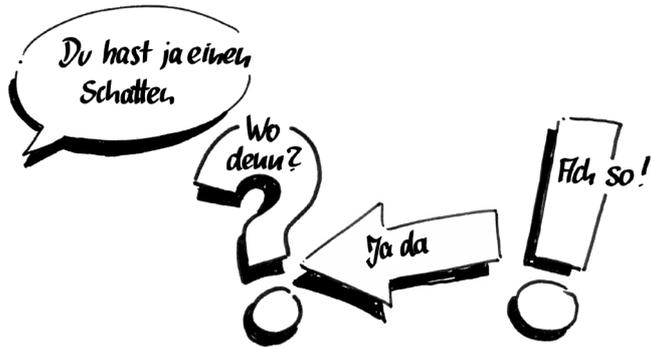


Der Versprung („Treppe“) fehlt –  
die Schattenwirkung verblasst.

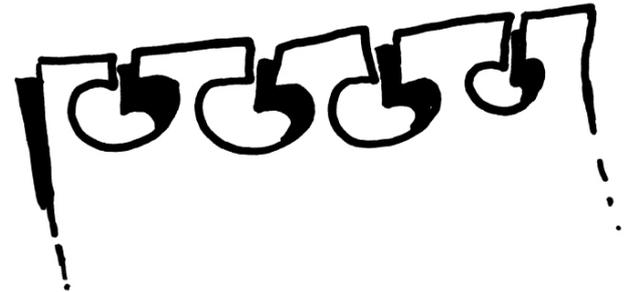


Der Schatten ist kürzer als die  
dazugehörige Linie. So wird er  
nicht organisch wahrgenommen.

Alle Textcontainer lassen sich mit passenden  
Schatten versehen:



Bei detaillierteren Objekten ist der Schatten etwas mehr  
Arbeit – sieht aber beindruckend realistisch aus.



Schatteneffekte lassen sich durch Ausschneiden verstärken:

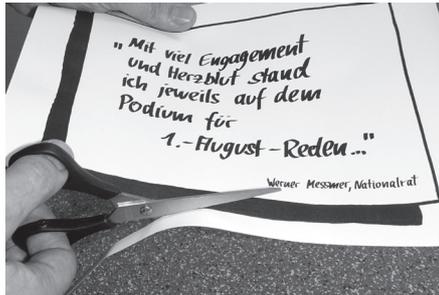
*"Mit viel Engagement  
und Herzblut stand  
ich jeweils auf dem  
Podium für  
1.-August-Reden..."*

Werner Messner, Nationalrat



Werner Messner, Nationalrat

1 Ein Zitat ...



2 gewinnt an Ausdruck durch Rahmen und Schatten...



3 wird vom umgebenden Papier getrennt ...

4 ... und an der Pinnwand montiert.

Braunes Pinnwandpapier  
bietet einen  
guten Kontrast



# 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](http://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