**Barbara Messer**

# Ungewöhnliche Trainingspfade betreten

## Vertiefende, interaktive, pure und nachhaltige Trainingsinterventionen jenseits der Norm

managerSeminare Verlags GmbH, Edition Training aktuell

# Inhalt

Prolog .....

## I. Methoden, Formate und Interventionen

**1.1 Dialog/Monologformen .....**

- Liebes Tagebuch .....
- Lieber Albert .....
- Der innere Zirkel .....
- Der Beichtstuhl .....
- Der Fremde am Tisch .....
- Das Lagerfeuer .....

**1.2 Kennenlernen .....**

- Damals in Griechenland .....
- Die Kontaktanzeige .....
- Was ich Dir schon immer einmal sagen wollte .....

**1.3 Die kleinen Formate .....**

- Die Lesung .....
- Schattensprung .....
- Stadt – Land – Fluss .....
- Die Ratgeberrunde .....
- Der Trainingslauf .....
- Secret .....
- Ich war noch niemals in New York .....
- Das Kino .....
- Die Fürsprecherin .....
- Auge in Auge .....
- Fragen Sie Dr. Sommer! .....

– Donald und Miss Piggy .....
– Die TV-Show .....
– Sitting in the car .....
– Get a smile in her face .....
– Das Kleeblatt .....
– Karaoke .....

**1.4 Die großen Formate .....**

– Das Kaminfeuer .....
– Mein Leben in 10 Kapiteln .....
– Das Sanatorium .....
– Am Tisch .....
– Die Inszenierung .....
– Die Predigt .....
– Gemeindegesang .....
– Unter einer Yakdecke .....
– Der Stuhltrag .....
– Mein Leben als Eisenbahnlandschaft .....
– Weltenerschaffer .....
– Auf dem Sofa .....
– Die Mutprobe .....
– So schafft Sie es! .....
– Tschüss Maria .....
– Das Meisterstück .....

**1.5 Den Sack zumachen – Schluss-Situationen gestalten .....**

– Der gedeckte Tisch .....
– Fische fangen .....
– Der Kaufmannsladen .....
– Papierkorb und Schatzkiste .....
– Chatten .....

**Eine ungehörige Einmischung .....**
von Jürgen Schulze-Seeger

# II. Die Postulate

– Führe die Teilnehmer vom Ich zum Du und Wir .....
– Stärke Deine Selbstwirksamkeit .....
– Lehne Dich ruhig einmal weit aus dem Fenster .....
– Lebe Deine Mission .....

– Zaubere .....
– Biete ein „Open Cockpit" .....
– Achte auf das richtige Zeitfenster .....
– Inszeniere .....
– Don't say no .....
– Nicht alles gleich umsetzen .....
– Bedenke Deine eigene Wirkung .....
– Achte jederzeit auf Seriosität .....
– Make Love! .....
– Nutze einen (oder mehrere) Paten .....
– Mach keinen Klamauk .....
– Nutze, was die Teilnehmer sagen .....
– Raus aus der Komfortzone .....
– Komm in die Stille .....
– Was stört mich mein Geschwätz von gestern? .....
– Ruhig mal was im Raum stehen lassen oder:
Lege den Samen und warte, bis die Saat aufgeht .....
– Agiere bescheiden .....
– Nähre die Gruppe .....
– Hol Dir kein negatives Feedback .....

## III. Die konzeptionellen Basics

– Die Suggestopädie .....
– Die Logischen Ebenen .....
– Die Heldenreise .....
– Das Modelling .....

## IV. Meine ganz persönlichen Wurzeln

– Das Theater .....
– Die Kunst .....
– Die Natur .....
– Das Laufen .....

Das Nachwort .....

Das Glossar .....

**Für N.** – die mich feinsinnig, klug und äußerst gelungen durch die Zeit der Manuskripterstellung begleitet hat, beigewohnt hat, diskutiert hat, mitgedacht hat, Fragen gestellt und beantwortet hat. Und für viele, viele andere Menschen, mit denen ich diese ungewöhnlichen Schritte gehe und gegangen bin.

# Prolog

Ungewöhnliche Zeiten verlangen ungewöhnliche Dinge. Ungewöhnliche Zeiten verlangen auch ungewöhnliche Trainings und ungewöhnliche Methoden. Unsere Zeiten sind ungewöhnlich – finde ich.

Unsere Welt und Umgebung ist übervoll, überall blinkt und schillert es, überall dürfen wir Euros bezahlen für noch mehr Genuss und Lebensglück, überall ist Trubel und Veränderung. Wir können zum Mond fliegen, Atomkraftwerke zerstören, virtuelle Freundschaften pflegen, eine technische Neuerung nach der anderen produzieren und konsumieren, uns überall aus allem möglichen bedienen. Stille und wirklich Außergewöhnliches suchen wir oft vergeblich. Und selbst das Außergewöhnliche kostet oder muss das davor schon Außergewöhnliche noch toppen.

Auch vor dem Trainingssegment macht diese übervolle Welt nicht Halt. Die Methodenauswahl setzt viele Trainerinnen und Trainern unter Druck. Immer gibt es eine noch bessere Methode, die für das Lernziel XY eigentlich besser geeignet scheint. Oder es gibt noch einen neuen Trick für ein noch schöneres Flipchart oder noch einmal neues Equipment bzw. neue Lernformen wie z.B. E-Learning. Da ist kein Ende in Sicht.

Wir sind ständig auf der Suche bzw. auf dem Weg, wirklich anzukommen scheinen wir allerdings zurzeit noch nicht. Doch ein Ankommen braucht es beim Lernen. Ein Ankommen beim „Ich".

Ich selbst reiste auf dieser wuchtigen Welle der Methodenvielfalt oft genug mit. Viel zu gerne lerne ich von Kolleginnen und Kollegen und bereichere mich an ihrer Kreativität und Kunst. Die neuen Impulse baue ich dann auch postwendend in meine Seminare ein oder möchte mehr davon – also noch mehr erfahren und lernen.

„Wir erfassen, wer wir sind, nur, wenn wir von uns selbst nicht weniger halten, als Gott von uns hält.

Denn das Elend des Menschen rührt nicht daher, dass er zu groß von sich denkt, sondern daher, dass er sich zu klein empfindet.

Wer wirklich groß von sich denkt, braucht sich nicht zu blähen. Er steht auf der Erde und berührt mit der Stirn den Himmel und dankt für das ungeheure Geschenk einer solchen Bestimmung." – Jörg Zink –

Bisweilen bekomme ich nicht mehr mit, wenn meine Teilnehmerinnen und Teilnehmer schon ein ausreichendes Maß an Methodenvielfalt in den Augen stehen haben, sie eigentlich satt sind, ich aber die eine Methode doch noch kurz zeigen möchte. (Na immerhin, so oft passiert das nicht mehr. Ich habe mich geändert.)

Da ich andererseits sehr viel Zeit meines Lebens in der puren Natur verbringe, deren intensive Stille und Kraft erfahre und genieße, weiß ich auch um die Kostbarkeit von Entschleunigung und Reduktion.

Die Themen, Interventionen und Anliegen in diesem Buch entstammen meiner längeren Suche nach konzentrierten, wirksamen und berührenden Momenten und Erlebnissen im Training.

Mein tiefes Anliegen ist es, nachhaltige Lern- und Erfahrungsprozesse zu gestalten, in denen die Menschen bereit sind, mehr als den Inhalt oder das Anliegen des Trainings in sich zu bewegen und an diesem „Mehr" zu wachsen. Damit verbinde ich zum Beispiel das, was ich kürzlich erlebt habe. Zum Ende eines Trainingstages kommt eine Teilnehmerin zu mir und sagt: „Barbara, ich nehme nicht nur die Methoden mit und auch nicht nur etwas von deiner Haltung. Ich nehme auch etwas von dir als Mensch mit." Puuh. Natürlich nahm ich ihre Hand und schaute sie mit Tränen in den Augen an. Das sind die Momente, in denen ich das Gefühl habe, alles ist richtig: Ich habe meinen Platz eingenommen, meine tiefere Mission erfüllt. Und bin dankbar dafür.

Ich möchte keine „Trainings von der Stange" machen, in denen ein Ablaufplan durchgezogen wird, sondern in denen tatsächlich Achtsamkeit, Bedachtsamkeit sowie Erlebnistiefe im Vordergrund stehen, sodass das Training auf mehreren Ebenen wirkt und eine Weiterentwicklung von Lernenden und Lehrenden fördert. Trainings, die dennoch ein klares Lernziel vor Augen haben. Gerade deshalb.

Aus diesem Grunde integriere ich immer häufiger Aspekte der Entschleunigung und Verdichtung in meine Arbeit. Unter Verdichtung verstehe ich Prozesse und Momente von hoher Konzentration, ein intensives Beteiligtsein – staunend bis zu leicht verstört und überrascht, sinnlich, tiefgängig und humorvoll zugleich, dabei immer wertschätzend und aufbauend. Leichtigkeit und Tiefgang: Sie sind kein Widerspruch, im Gegenteil! Wenn ich das Wort „durchdringen" verwende, dann meine ich Prozesse wie diese.

Das Ungewöhnliche daran ist womöglich das Unaufgeregte dieser Methoden und Interventionen. Sie sind nicht zu laut und übervoll. Es ist eher das Friedliche und Pure, was wirkt, oder es sind die Momente der größeren Überraschung und der verschiedenen Dialogformen und Gedankenansätze. Meine Freude und mein Glück darüber, solche wertvollen Trainings zu gestalten, bilden sicherlich einen guten Teppich für gelingende Begegnungen und Erlebnisse der Teilnehmerinnen und Teilnehmern. So entsteht ein Kreislauf, der für alle Seiten immer wieder Wachstum und etwas Gutes bringt.

Jetzt, als alte „Trainer-Häsin" mit 51 Jahren, erlaube ich mir eine Gelassenheit und Souveränität, die ich vor zehn Jahren noch nicht gehabt habe. Die vielfache Erfahrung gemacht zu haben, dass aus vermeintlichen Pannen die besten Sachen entstehen, trägt zu einer Gelassenheit bei, die Mut und Freiheit schenkt, Dinge auszuprobieren, von denen wir dachten, sie würden nicht funktionieren.

Eine Besonderheit, die sich in meiner Arbeit in den vergangenen Monaten herauskristallisiert hat, ist sicher, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen sehr transparenten Einblick in meine Arbeit nehmen. Sie können quasi zusehen, wie etwas entsteht und mit welcher Leichtigkeit und Entspanntheit ich es vor ihren Augen erschaffe und entstehen lasse, fülle und ausführe, sodass sie auf Augenhöhe beteiligt sind. Und zugleich sind meine Trainings sehr stark durch eine Art von Liebe und Kameradschaft/Freundschaft getragen.

Wir Trainerinnen und Trainer haben doch eine ganz besonders schöne Aufgabe. Wir können, wenn es uns gut gelingt, tolle Veranstaltungen zaubern, aus denen die Menschen gewachsen und mit glänzenden Augen herausgehen. Wir können aber auch das Gegenteil bewirken. Unsere (Über-)Präsenz oder unser Narzissmus können

dazu beitragen, dass die Teilnehmer in den Hintergrund gedrängt werden, nur staunende Zuschauer statt aktiv Beteiligte sind.

In diesem Buch finden Sie eine ausgewogene Mischung an Methoden und Interventionen, die Sie liebend gerne ausprobieren und anwenden können, sollen – und wollen. Es soll aber nicht nur ein Methodenbuch sein, denn Sie finden hier auch Gedanken von mir, die ich in Form von Postulaten aufführe (siehe Kapitel II). Diese Postulate sind für mich die Hintergründe, die modellhaften Ur-Gedanken, aber auch die Tricks und Kniffe, die es für exzellente Trainings braucht.

Und bitte, treten Sie anschließend gerne in einen Dialog mit mir! Mir liegt daran, über diese Formen, Lernen und Bildung zu gestalten, zu sprechen und im Dialog und Austausch darüber zu wachsen. So wie ich auch von vielen anderen Kolleginnen und Kollegen Impulse aufgesogen habe (ich gestehe, ich tue es seit mehr als 15 Jahren), um sie dann in meinen Trainings auszuprobieren, möchte ich Ihnen nunmehr meinen Schatz an die Hand geben, der meiner Meinung nach recht einfach umzusetzen ist. Er braucht allerdings den Mut, daran zu glauben.

Damit Sie sich in diesem Sinne auf der sicheren Seite fühlen, möchte ich Ihnen auch die Basics und persönlichen Wurzeln, mit denen ich arbeite, nicht vorenthalten (siehe Kapitel III und IV). Sehr viel fische ich aus:

- dem NLP
- der Arbeit mit der Heldenreise
- dem Theater
- der Kunst
- dem Schreiben
- den unterschiedlichen Dialogformen
- dem Gedanken der Inszenierung
- dem Marathonlaufen und Passradeln
- anderen Erlebnissen in der Natur wie Paddeln oder Wandern
- und zahlreichen anderen Impulsen.

Und dann noch etwas: Meine Kollegin Dagmar Blume mischt sich immer wieder ein. Es gibt kaum ein Kapitel oder einen Absatz, den ich in Ruhe zu Ende schreiben kann. Irgendein Kommentar kommt

immer von ihr. Es liegt wohl in ihrer Natur, den Mund nicht halten zu können und jederzeit ihren ganz persönlichen Senf dazu zugeben. Gut, ich kann es nicht verhehlen, und einige der Leser und Leserinnen werden Dagmar Blume bereits kennen. Sie ist so etwas wie meine zweite Hälfte, offiziell bezeichne ich sie als Assistentin. In schweren Stunden denke ich manchmal: „Ich bin Dagmar Blume!“ Grausam, niederschmetternd, errötend ist diese Erkenntnis. Dagmar Blume ist viel zu offensiv, ehrlich und dabei verwirrend und verstörend. Ich werde sie nicht mehr los. Und möchte sie auch immer an meiner Seite wissen. Meine Beziehung zu ihr ist absolut ambivalent. Doch hat es sich in den vergangenen zwei Jahren ergeben, nachdem wir die anfänglichen Schwierigkeiten gut überwunden haben, dass wir ein echtes Dream-Team sind. Ich darf Ihnen also voller Freude meine Assistentin Dagmar Blume und ihre typischen Kommentare anheim geben.

***Dagmar Blume**: „Das wurde nun aber auch Zeit, dass ich hier in diesem Buch eingeführt werde. Ja, ich bin Dagmar Blume, Heim-Psychologin. Alles, was ich weiß, habe ich mir selber beigebracht. Insbesondere kenne ich mich sehr gut aus mit dem, was zwischen Menschen und um sie herum so passiert. Ich lese viele Fach- und Frauenzeitschriften und bin demnach immer up to date. Sehr gerne engagiere ich mich für die kulturellen Beiträge in den Trainings von Barbara. Mein größtes Glück ist mein modischer Geschmack. Ich habe diese eine Bluse und bin mit ihr hervorragend ausgestattet. Da kann nichts schiefgehen. Genauso wenig wie mit Barbara. Wir gehören zusammen, hoffe ich doch. Meine Aufgabe in diesem Buch wird es sein, Sie auf den richtigen Pfad zu leiten, wenn dies der Barbara nicht gelingt oder wenn diese ein wenig daneben greift, sich in ihren Texten verliert oder auch mal ganz daneben liegt. In jedem Fall bin ich Ihnen sehr gewogen, liebe Leserin und lieber Leser.“*

***Dr. Läster**: „Hallo, komme ich hier auch zu Wort? Werde ich denn entsprechend vorgestellt? Ich bin doch auch wichtig! Und ich bringe mich hier ebenfalls ein, wenn die Frau Messer mal wieder über das Ziel hinausschießt. Das passiert ab und an. Das wollte ich schon mal ankündigen. Ich rücke das dann zurecht ...“*

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen oder Dir, wenn ich das sagen darf, viele, viele anregende Stunden mit diesem Buch und natürlich auch Trainings und Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die genau die richtigen sind für ungewöhnliche Trainingspfade.

Was bedeutet für mich „das Ungewöhnliche" ganz konkret? Ich möchte das an einem Beispiel deutlich machen. Mein Leben gehörte schon immer zu den „unlangweiligen". Es stellt mich immer wieder vor besondere Erlebnisse und Herausforderungen, so wie es den meisten anderen Menschen vermutlich auch ergeht. Dass darunter besonders genussreiche sowie schwierige Momente sind, ist selbstredend. Aber somit ist es für mich auch ein Abbild unserer aktuellen Zeiten.

Hier folgt ein Beispiel für mein Verständnis von persönlichen, ungewöhnlichen Pfaden. Einer der ganz besonderen Momente in den vergangenen Monaten war folgender: Meine wunderbare Tochter nahm all ihren Mut zusammen, um sich sehr kurzfristig zu entscheiden, zu ihrem Vater zu ziehen. Das kam für mich recht spontan, war aber im Nachhinein doch sehr verständlich. Meine Tochter und ich hatten sehr viele intensive gemeinsame Jahre, ihr Vater hingegen fehlte ihr sehr. Nun machte sie also einen Schritt in meine Fußstapfen und tat das, was ihr wichtig ist.

Ich bin daher auch sehr stolz auf sie, dass sie ihr Anliegen so konsequent durchsetzt. Wir beide wissen, dass unsere Liebe sowieso unerschütterlich ist und ein starkes Band zwischen uns liegt. Und dennoch: Der Moment kam für mich viel zu schnell und plötzlich. Mir blieben nur wenige Wochen, um mich mit der neuen Situation zu konfrontieren. Von einem Tag auf den anderen sollte das Nest, welches ich für sie und mich über Jahre gebaut und gehalten habe, plötzlich leer sein?

Meine ersten Gedanken gingen in diese Richtung:

- Wie soll ich das schaffen?
- Wie ist das Leben ohne sie?
- Wie ist es, sie nicht mehr im Haus zu hören?
- Werde ich sie verlieren?
- Komme ich ohne mein „Mäuschen" zurecht? (Das war eigentlich die ganz zentrale Frage, wenn ich ehrlich bin.)

Um mich in einen Zustand zu bringen, in dem ich meine Tochter freimütig und liebevoll ziehen lassen kann, holte ich mir Rat und Coaching bei nahestehenden Freunden. Ich klagte ihnen an einem langen Abend im Herbst mein Leid. Und ich setzte sehr viel Hoffnung darauf, nun ordentlich viel Mitleid und Anerkennung für meine Situation zu bekommen. Den „Gefallen" taten sie auch, aber

natürlich brachte das keine Lösung. Schließlich ging es darum, meine Tochter ziehen zu lassen. (Erlauben Sie mir die Anmerkung, dass meine Tochter bei ihrem Auszug gerade mal 16 war. Mutig, oder?)

An diesem Abend drehten wir das Gespräch und das Anliegen mehrfach hin und her, bis meine Freunde schließlich einen sehr erhellenden Gedanken hatten. Dazu mussten wir zunächst herausfinden, dass das Plötzliche für mich das Schwierige an der Situation darstellte, nicht ihr Auszug generell. Und so schufen sie eine ganz wunderbare Metapher: Ich sollte mir einfach vorstellen, meine Tochter bekäme einen fantastischen Praktikumsplatz im Ausland. Ich selbst hätte gerade einmal zwei Wochen Zeit, sie darauf vorzubereiten. Und mein Anliegen sollte es sein, sie bestmöglich für diese Reise auszustatten. Dazu gehörten dann Fragen und Aufgaben wie:

- Wie wollen wir während der Reise und ihres Auslandsaufenthaltes miteinander kommunizieren?
- Was braucht sie, um sicher und gut ausgestattet loszufahren?
- Was ist, wenn ihr etwas passiert?
- Wie sehen ihr Proviant und ihr Gepäck aus?
- Womit muss ich sie auf jeden Fall ausstatten?
- … und ganz ähnliche Fragen.

An diesem Abend bin ich beschwingt und sehr erleichtert nach Hause gefahren, denn ich hatte den Eindruck: „Jetzt ist das Schwere weg und ich kann die Freude meiner Tochter teilen" – und mich selbst auf dieses Wagnis und Abenteuer ganz neu einlassen. Da ich ebenfalls sehr gerne reise, fand ich die Idee einfach nur gut, diente sie doch nun als Beispiel für eine außergewöhnliche Situation und ihren ungewöhnlichen Lösungsweg. Wochen später zeigte sich, dass diese Metapher die richtige war.

April 2014 Barbara Messer

**Achtung Warnhinweis:** Dieses Buch kann Ihre Glaubenssätze und Denkgewohnheiten „rund ums Training“ stark verändern – wenn nicht sogar nachhaltig. Es kann passieren, dass Sie danach ganz andere Trainings machen und auch einen ganz anderen Kontakt zu Ihren Teilnehmern und Teilnehmerinnen haben. Bitte lesen Sie auf eigene Verantwortung weiter. Ich habe es auch auf eigene Verantwortung geschrieben. Bei Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie bitte Ihren Heilpraktiker, Arzt, Coach oder mich.

# Weltenerschaffer

*Ziel & Zuordnung*

Die Teilnehmer erschaffen mit ausgewählten Materialien und Themenvorgaben „kleine Welten".

*Hintergrund*

Die Intervention „Weltenerschaffer" ermöglicht andere Sicht- und Betrachtungsweisen, indem sie die Teilnehmer etwas Sinnlich-Künstlerisches erleben lässt. Die Teilnehmer erschaffen dabei mit ausgewählten Materialien und Themenvorgaben „kleine Welten". Sie werden zu Künstlern ihres Themas. Diese geschaffenen Welten sind sehr faszinierend, weil sie – schon beim Gestalten – eine tiefe Spiel- und Schaffensfreude der Teilnehmer wecken und sie ein Stück weit aus der Realität entrücken. Die Intervention „Weltenerschaffer" ermöglicht eine sinnlich-intuitive Auseinandersetzung mit Themen oder Themenaspekten, wie z.B. Werten, aus ganz unterschiedlichen Perspektiven.

Das Format erfüllt noch weitere Zielsetzungen, denn die Teilnehmer:

- erleben das Potenzial ihrer eigenen Kreativität und künstlerischen Schaffenskraft,
- verlieren auf angenehme Art das Zeitgefühl, weil sie in den Zustand einer inneren Zentrierung gehen,
- werden in ihrer Intuition gefördert,
- sind mit Freude, Neugier und Teamgeist dabei,
- erleben, wie ihre Fantasie und Assoziationen in einen Flow-Zustand kommen
- und sind anschließend über ihre eigenen Fähigkeiten überrascht.

Die Intervention eignet sich bei Themen wie:

- Führung (z.B. Führungsleitlinien, Führungsgrundsätze),
- Unternehmenskultur (z.B. Kernwerte im Unternehmen, Change, Innovation, etc.),

- Arbeit an und mit Werten,
- Glück und andere persönliche Themen.

*Durchführung*

Die Intervention „Weltenerschaffer" ist sehr materialintensiv. Hier einige Beispiele aus meinem Fundus:

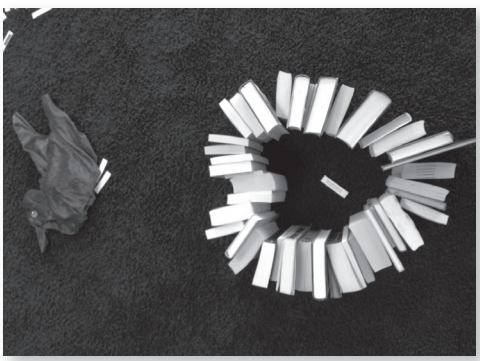
- eine Schlüsselsammlung bzw. ein komplettes Schließsystem (ein 10-Liter-Eimer voller Schlüssel)
- eine Holzeisenbahn mit Holzbauklötzen
- eine Sammlung an Kunststoff-Tieren
- Baumstämme
- Marmeladengläser

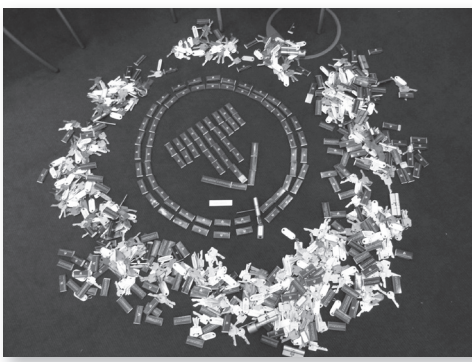
- Stofftiere
- Bestecke
- Holzscheite
- Bücher
- Bohnen
- Wollknäule
- Seile
- Streichholzschachteln …

Für die Zusammenstellung des Materials brauchen Sie in der Regel einige Stunden, hierbei sind auch Auftrag und Themenstellung, Verpackungsmöglichkeiten und Transportwege in Betracht zu ziehen. Vor Ort haben sie als erstes die Aufgabe, den Raum einzurichten, wofür Sie mindestens eine halbe Stunde einplanen sollten.

Die Stühle für die Teilnehmer, auf denen sie anfangs noch sitzen, werden in einem möglichst großen Kreis aufgestellt. In der Kreis-

mitte werden die Materialberge ausgelegt. Dabei werden jeweils zwei Materialien, die augenscheinlich überhaupt nicht zusammenpassen, nebeneinander drapiert. Das schafft Überraschungen. Ebenso sollten Sie darauf achten, dass es Abstände zwischen den Materialbergen gibt, damit die Teilnehmer Platz genug haben, dazwischen umherzugehen und alles in Augenschein zu nehmen. Außerdem liegen auf dem Boden noch Moderationskarten bzw. Zettel mit Sinnsprüchen, Zitaten, Werten, Schlagworten aus, die die Themen bzw. die Inhalte transportieren, um die es gehen soll. Auch diese eignen sich – je nach Stimmung – für Inszenierungen. Die Sätze können beispielsweise schon auf dem Flur beginnen, sodass die Teilnehmer ihrer Spur in den Raum hinein folgen müssen. Ein kleines, neugierig machendes Element.





Wenn es der Raum erlaubt, arrangiere ich noch zusätzliches Material, wie einen größeren Schirm oder anderes, um die ästhetischen Bedürfnisse der Teilnehmer zusätzlich anzusprechen.

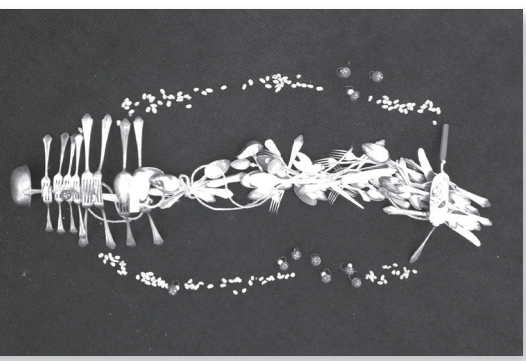
Gerne streue ich auf den Weg vor dem Raum bis in die Kreismitte hinein noch kleine Karten mit spannenden Sinnsprüchen oder Gedanken. Diese schaffen Neugier und die Teilnehmer sehen schon von Weitem, dass hier gleich etwas Ungewöhnliches passiert. Selbstredend ist Musik im Raum, die eine zusätzliche Atmosphäre schafft.

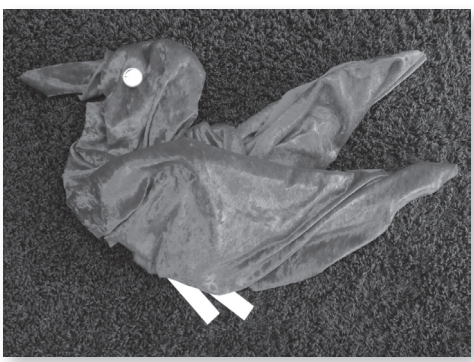
Sind die Teilnehmer im Raum versammelt, begrüße ich sie, stelle mich mit wenigen Worte vor und leite zur Veranstaltung über. Diese erläutere ich in etwa mit folgenden Worten:

*„Ja, hier sehen Sie , oder – Moment mal, darf ich auch Du sagen? – etwas ganz Besonderes. Ich liebe diese Aufgabe hier, sie heißt*

*‚Weltenerschaffer'. Dafür gibt es auch eine Namensgeberin. Es ist Pippi Langstrumpf. Eines meiner großen Vorbilder, die ich sehr bewundere, seit ich sie kenne.*

*Sie hat es überhaupt nicht leicht. Ihre Mutter ist tot, lebt also im Himmel. Der Vater ist weit weg, auf einer Südseeinsel. Pippi lebt alleine, ihr Haushalt ist recht verwahrlost, es kommen sogar Einbrecher vorbei. Sie soll zur Schule gehen und ins Kinderheim ziehen. Ständig lauert ihr die Frau Prusseliese auf. Und in all dem sagt Pippi: ‚Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt!' Es gelingt ihr auf wundersame Weise, das Gute in allem zu sehen, sich das Leben schön zu machen und ihren Alltag zu genießen.*





*Sie hat dieser Methode den Namen gegeben und ist deshalb eine der beiden Paten. Der andere ist Joseph Beuys, der sagt: ‚Jeder ist ein Künstler.' Und damit hat er meines Erachtens vollkommen recht. Er glaubte ganz tief daran, dass jeder Mensch künstlerisch wirken kann. (Anmerkung: Manchmal habe ich für diese beiden Paten spezielle Positionen im Raum installiert, an denen ich dann stehe, während ich darauf hinweise).*

*Nun ist es an Euch, künstlerisch zu wirken. Ihr habt die Aufgabe, mit diesem Material hier so etwas wie eine Installation zu machen. Das geht ganz einfach. Als erstes geht Ihr jetzt zu dem Materialberg, der Euch am meisten anspricht. Dann schauen wir, dass Ihr in etwa in gleich großen Gruppen seid. Okay, das macht mal genau jetzt!"*

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen stehen erfahrungsgemäß sehr schnell beim entsprechenden Material. Ich achte darauf, dass es nicht unbedingt mehr als fünf Teilnehmer je Gruppe sind. Mehr las-

se ich nur bei sehr großen Gruppen zu. Erfahrungsgemäß lassen sie sich sehr leicht bitten, die Gruppe zu wechseln.

„So, jetzt sucht Euch in der Gruppe einen der Sätze aus, die hier auf dem Boden liegen, und stellt dessen Aussage in Form der Installation dar. Dafür habt Ihr ungefähr 15 Minuten Zeit. Danach machen wir einen Rundgang, also eine Vernissage, und Ihr stellt Eure Installation den anderen vor. Und jetzt los!"

Alternativ zu den ausgelegten Sätzen kann es auch Vorgaben geben wie:

- der Wert XY
- die Führungsleitlinie XY
- der Kundennutzen XY
- die Teamressource XY
- die Geschichte/Story XY
- oder, oder, oder …

Nun lassen Sie die Teilnehmer agieren und halten sich dezent im Hintergrund. Nach einer Weile, in der Regel zwischen 15–20 Minuten, sind alle fertig. Wenn nicht, geben Sie ruhig noch ein wenig Zeit oben drauf.

Anschließend moderieren Sie durch die Vernissage, es werden alle Installationen vorgestellt. Dies dauert je nach Gruppen 5 bis 10 Minuten. Sofern die Intervention für sich alleine steht und nicht in einen größeren Kontext eingebunden ist, bietet sich danach immer noch eine kurze Abschlussrunde im Kreis an.

**Persönlicher Tipp:** Immer wieder bitte ich in den Tagungshotels auch die Crew des Hauses um Hilfe bezüglich des Materials. Es ist erstaunlich, was ich dabei schon alles an Material zusammen bekommen habe: Duschhauben, Streichhölzer, leere Flaschen, Bestecke …

*„Letztes Jahr auf einem großen Kongress kamen viel mehr Leute zusammen, als sie dachte. Da hat sie sich kurzerhand vom Hotel weiße Tischdecken geben lassen. Also ehrlich, ganz am Schluss hatte sich dann eine Teilnehmerin in eine solche Decke eingehüllt und saß dort als lebende Installation."*

*Kommentar/ Erfahrungen*

- Spezielle, spannende Locations geben dieser Intervention noch einen zusätzlichen Drive.
- Mögliche Nebenwirkungen oder Einschränkungen: Die Materialfülle möchte bewegt werden! Manch ein Tagungsraum kommt hier an seine Grenzen.

Stimmen aus vergangenen Abschlussrunden:

- „Ich hätte nie gedacht, dass ich so kreativ sein kann."
- „Es war faszinierend, wie wir Hand in Hand gearbeitet haben."
- „Sogar die ernsten Themen, wie die Tierversuche unseres Konzerns, hatten ihren Platz."
- „Ich bin überrascht, wie schnell und einfach ich mit meinen Kollegen, die ich bisher nicht kannte, in Kontakt gekommen bin."
- „Ich habe gar nicht gemerkt, wie die Zeit verging."
- „Was für Ergebnisse, so tiefgründig, ich bin begeistert."

**Ein Kommentar aus Sicht einer Teilnehmerin**.
Sie möchte anonym bleiben.

*„Angesichts des genannten Themas dachte ich erst einmal an den Begriff Blasphemie, nur Gott kann doch Welten erschaffen … Noch mit dieser Irritation beschäftigt, hörte ich Barbara Messers nächste Aufgabe, sich zu einem der Materialberge zu begeben und dabei den zu wählen, der uns Teilnehmerinnen – es war ein Workshop anlässlich des internationalen Frauentages, also nur Frauen – jeweils am meisten anzieht. Auf dem Boden des großen Kursraumes fanden sich mehrere große Berge: einer aus Büchern und einer Wäscheleine, einer aus leeren Marmeladengläsern und weißen Bohnen, einer aus Unmengen von Schlüsseln, Schließzylindern und kleinen Kunststofftieren, einer aus einer hölzernen Eisenbahn und zahllosen kleinen Streichholzschachteln. Zielsicher lenkte ich meine Schritte zu den Schlüsseln und den Tieren … – wo ich alleine stehen blieb! Zwar hoffte ich einen Moment, es würde noch jemand zu mir kommen, aber die anderen Gruppen begannen sofort, sich kurz abzusprechen oder zu arbeiten. Tshhh, arbeiten … ich hatte keine Lust, etwas anderes als mit den Schlüsseln zu machen … – Und doch: Ich musste mich zu einer anderen Gruppe begeben*

*und entschied mich für die Gläser und die Bohnen. Immerhin hatten die ja schon mal den Glückbezug, seit ich vorher im Seminar die Bohnengeschichte gehört hatte (in Glücksmomenten lässt man eine Bohne von der linken in die rechte Hosentasche wandern).*

*Die anderen vier Teilnehmerinnen hatten schon begonnen, sich mit den einzelnen Gläsergrößen und Deckelformen zu beschäftigen, diese zu öffnen, zu schließen, das eine oder andere Glas mit Bohnen zu befüllen und eine schiefe Gläsermauer zu bauen. Unterschiedliche Glasgrößen wurden mutig durch untergelegte Bohnen ‚balanciert' und ‚ausgeglichen'. Alles in allem wirkte dieses etwa 20– 30 cm hohe Arrangement wenig stabil und Vertrauen erweckend, aber zumindest ‚kreativ'. Dass unsere Paten Josef Beuys und Pippi Langstrumpf ihre Freude an diesen spielenden Erwachsenen bzw. an dem Ergebnis der Glasmauer gehabt hätten, stand außer Frage für mich!*

*Ohne ‚unnötige Worte' griff ich zu, begann eine Bohne in eines und zwei Bohnen in ein anderes Glas zu legen und diese Gläser waagerecht hintereinander auf den Boden zu legen, 90° gedreht zur schiefen Mauer. Noch während ich das dritte Glas zu öffnen begann, griff eine Frau mein ‚Ein-Bohnen-Glas', füllte es vollständig mit Bohnen auf und stellte es hinter die Glasmauer, wo gerade eine zweite Reihe zu entstehen begann. Eine kurze Irritation schoss durch mich, aber ich sagte freundlich: ‚Ach, das Glas hatte ich doch gerade schon hingelegt'. Fast zeitgleich sagte eine andere Frau: ‚Aber das hat sie doch gerade schon hingelegt.' Als die letzten Worte der beiden Sätze fast unisono zu hören waren, mussten wir loslachen. Dabei fielen der ‚Gläserdiebin' beim Lachen einige Bohnen aus der Hand – auf einen der Deckel und hinterließen dabei ein wunderbares Geräusch. Sofort hatte die Gruppe eine neue Idee. Kurz abgesprochen, unterzogen wir alle noch unverbauten Gläser einem Klangtest und arrangierten sie so, dass beim Fallenlassen der Bohnen ein richtiges kleines Konzert entstand. – Wer wann an der Reihe war, welchen Deckel zu nutzen, wie viele Bohnen auf den Deckel auftrafen, wer sich wie die Bohnen wieder zusammensuchte, um von neuem zu beginnen, bedurfte keiner Absprache. Eine ungeahnte Dichte entstand, eine Vertrautheit zwischen Work-*

*shopteilnehmerinnen, die sich erst seit einer Stunde kannten und doch miteinander agierten, als täten sie seit Tagen nichts anderes. – Wir hatten die Zeit vergessen, waren so intensiv mit den Bohnen-Glasklängen beschäftigt, dass uns Barbara Messer förmlich in die Jetztwelt zurückholen musste. Intuitiv hatten wir eine Gläser-Klangwelt erschaffen, die uns allen fünf ein wohl unvergessliches Erlebnis geschenkt hatte. Kein Zweifel, ich war glücklich – gleich zwei Bohnen wanderten in die rechte Hosentasche …*

*Für mich selbst war das Erstaunlichste, dass ich beim Entfernen meines Glases nicht wütend aufbrauste und meine Idee verteidigte, sondern zwar irritiert, aber doch wohlwollend zuließ, dass die andere Teilnehmerin etwas Neues schuf. Die Atmosphäre in dieser Gruppe, ja im ganzen Raum, verbot geradezu ‚Gezicke' und Beharren auf den eigenen Absichten. Ich fühlte mich sofort als Teil der Gruppe und im Nachhinein muss ich sagen, dass mir wohl intuitiv klar war, dass es um etwas ‚Größeres' ging, was nur gemeinsam hervorzubringen war."*

*Technische Hinweise*

- **Zeitbedarf:** ca. 30 Minuten, um den Raum vor Ort einzurichten. 15–30 Minuten je Durchgang, je nach Vorgabe und Aufgabenstellung ggf. auch mehr.
- **Vorbereitung/Material:** wie oben dargestellt. Für die Materialsammlung und das Verpacken benötigen Sie mindestens einige Stunden.
- **Teilnehmerzahl:** 6 bis 120 Teilnehmer

# 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**