

## Warm-ups: Aufwärmen im Seminar

**SPIELE.** »Warm-ups« sind Bewegungsübungen oder Denkübungen. Sie bringen die Teilnehmer nach der Mittagspause oder langen Informationsphasen wieder in Schwung.

»Unternehmensalltag«

**Material:** 2 Bälle, 1 Flasche

**Dauer:** 10 Minuten

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen stellen sich im Kreis auf.

**1. Runde:** In der ersten Runde wird der Ball in willkürlicher Reihenfolge von einem Teilnehmer zum nächsten weitergeworfen. Dieser Ball stellt den Alltag des Unternehmens dar. Jeder merkt sich, von wem ihm der Ball zugeworfen worden ist und an wen er weitergeworfen wurde. Wer bereits an der Reihe war, verschränkt die Arme, so dass er nicht ein zweites Mal den Ball erhält. Sobald alle Teilnehmenden den Ball einmal gefangen haben, wirft der letzte den Ball an den Trainer zurück.

**2. Runde:** Die Teilnehmenden werfen sich den Ball zu und behalten dabei die Reihenfolge der ersten Runde bei. So simulieren sie den Alltag des Unternehmens mit dem immer gleichen Trott. Nach einigen Runden führt die Trainerin bzw. der Trainer den Dienstweg des Unternehmens ein. Dies ist eine Flasche, die im Kreis linksherum weitergereicht wird. Das heißt, der Dienstweg bewegt sich langsam von einem Zuständigen zum nächsten. Gleichzeitig dazu wird der Alltag des Unternehmens fortgesetzt. Nach einigen Runden werden allseits beliebte Sonderaufgaben vergeben. Dazu wird ein weiterer

größerer Ball eingeführt. Sonderaufgaben können einen zu jeder Zeit treffen und werden nicht in einer festgelegten Reihenfolge geworfen. Dieser Ball wird in beliebiger Reihenfolge von einem Teilnehmenden zum anderen weitergeworfen. Nachdem nun die beiden Bälle und die Flasche im Umlauf sind und alle Teilnehmenden in Aktion sind, wird die Übung beendet.

**Erweiterung:** Abteilungsumstrukturierung. Klatscht einer der Teilnehmenden einmal in die Hände, wird die Abteilung umstrukturiert. Alle Braunhaarigen (oder alle Brillenträger etc.) wechseln die Plätze. Die Schwierigkeit besteht darin, die Wurfreihenfolge des Alltags beizubehalten. Klatscht einer der Teilnehmenden zweimal in die Hände, wechseln alle, die keine braunen Haare haben (oder alle ohne Brille etc.), die Plätze. 0

**»Das Stromspiel«**

**Dauer:** 5 - 10 Minuten

**Material:** keines  
Die Teilnehmenden stellen sich im Kreis auf. Sie geben sich den »Strom« gegenseitig weiter, indem sie in die Hände klatschen und so den Strom von einem zum anderen weitergeben. Klatscht eine Person zweimal in die Hände, ändert der Strom die Richtung. Der Strom, der vorher linksherum weitergegeben wurde, läuft nun rechtsherum. Mit überkreuzten Armen kann der Strom abgeblockt werden. Die Person, die den Strom weitergeben wollte, muss ihn zurücknehmen und ihn in eine andere Richtung weitergeben. Durch Werfen kann der Strom dann auch an einen beliebigen Teilnehmenden weitergegeben werden.



Dr. Stefanie Gerlach (links) und Inga Squarr sind Trainerinnen und Beraterinnen bei der SPE Unternehmensberatung GmbH, Walldorf (Tel: 0 62 27/73 38 30). Sie sind auf gehirngerechte IT und insbesondere auf SAP-Schulungen spezialisiert.

Nach einer Proberunde scheidet derjenige aus, der einen Fehler begeht.

\* »Ritter oder Schurke?«

**Material:** keines

**Dauer:** 5-15 Minuten

**Durchführung:** Als Erstes werden 2 oder 3 Teams gebildet. Der Trainer trägt nachfolgenden Fall im Plenum vor. Die Teilnehmenden müssen den Fall lösen. »Während einer Geschäftsreise kommen Sie auf eine einsame Insel. Diese Insel wird von Rittern und Schurken bewohnt. Die Eigenschaft der Ritter ist es, immer die Wahrheit zu sagen, während die Schurken immer lügen. Auf der Insel begegnen Sie drei Personen. Sie fragen die erste Person »Was bist du Ritter oder Schurke?« Leider geht ein starker Wind, so dass Sie die Antwort der ersten Person nicht verstehen können. Sie wenden sich an den Zweiten »Was hat der eben gesagt?«. Die zweite Person antwortet »Er hat gesagt, er sei ein Schurke!« Daraufhin mischt sich die dritte Person mit der

Bemerkung ein »Glaub ihm nicht, er lügt.« Ihre Aufgabe ist es, herauszufinden, ob es sich bei der dritten und der zweiten Person um einen Ritter oder einen Schurken handelt.« **Lösung:** Bei der dritten Person handelt es sich um einen Ritter, bei der zweiten um einen Schurken. Diese Lösung ergibt sich aus der Antwort der ersten Person, die nicht genau zu verstehen war. Handelt es sich bei dieser Person um einen Ritter, beantwortet sie die erste Frage »Bist du Ritter oder Schurke?« wahrheitsgemäß mit »Ich bin ein Ritter«. Ist die erste Person ein Schurke wird sie bei der Antwort auf die erste Frage Lügen und damit ebenfalls antworten »ich bin ein Ritter«. Die erste Antwort ist also in beiden Fällen »Ritter«, daraus kann man das Wesen der beiden übrigen Personen ableiten. Die zweite Person hat in ihrer Antwort gelogen und ist folglich ein Schurke, während die dritte Person die Wahrheit sagte und damit ein Ritter ist.