



Icebreaker Methoden.

Als erfahrener Trainer wissen Sie, wie wichtig eine gute Lernatmosphäre für eine gelungene Schulung darstellt. Die Lernbereitschaft steigt bei den Teilnehmenden und Erlerntes verfestigt sich nachhaltig im Gedächtnis. Hier unser Tipp, starten Sie mit den Icebreakern spielerisch in den Tag, bauen Sie es zwischendurch ein oder schließen Sie mit einem Blitzlicht ab.

Diese kleinen und kurzen Interventionen aktivieren und fördern den Austausch zu und unter den Teilnehmenden.

Icebreaker können ein Angebot sein, das Seminar intensiver zu erleben, niemand sollte jedoch dazu gezwungen werden.

1. DREI GEMEINSAMKEITEN

Geeignet ist dieses Spiel für kleine und große Gruppen. Es erzeugt ein positives Gruppengefühl und schafft eine gute Grundlage zum Kennenlernen in der Gruppe.

Anleitung: Teilen Sie ihre Seminargruppe in Paare oder Kleingruppen (3–4 Personen) ein. Geben Sie ihnen 5 Minuten Zeit, um drei Gemeinsamkeiten zu finden. Das können Hobbies, gesprochene Sprachen, Kindheitserlebnisse, Lieblingsessen, Schuhgröße oder Ähnliches sein. Anschließend

präsentiert jede Gruppe ihre 3 Gemeinsamkeiten den restlichen Teilnehmern. Die Präsentation kann über das White Board erfolgen oder einfach nur mündlich. Als Beispiel: „Wir sind Maria, Paul und Gregor und wir alle mögen chinesisches Essen, fahren gerne Fahrrad und waren schon in Australien“

Wir empfehlen Ihnen mehrere Durchgänge, damit jeder Teilnehmer mit möglichst vielen anderen Teilnehmern in den Austausch tritt und Gemeinsamkeiten entdeckt, was für ein gesteigertes Sympathieempfinden sorgen kann.

Zeitraumen: ca. 10–15 Min.



2. EINE WAHRHEIT, EINE LÜGE

Das Spiel kann entweder in der großen Gruppe (max. 20 Personen) oder in wechselnden Paaren durchgeführt werden. Es ist gut geeignet, um erste Barrieren zu überwinden und die Gruppe miteinander vertraut zu machen. Da die Teilnehmer die Fakten selbst wählen können und es keine Vorschriften gibt, ist die Gefahr, dass sich Teilnehmer unangenehm berührt fühlen, sehr gering.

Anleitung: Jeder Teilnehmende erzählt einen wahren und einen falschen Fakt über sich. Die Gruppe muss raten, welcher Fakt wahr ist und welcher nicht.

Zeitraumen: 5 Min.

3. LITTLE KNOWN FACT

Hierbei geht es darum, die Stimmung aufzulockern, vor allem dann, wenn es im Seminar über den bloßen Austausch von berufsbezogenen Fakten hinausgehen soll.

Anleitung: Die Teilnehmer stellen sich in der Runde mit Name und sonstigen Informationen vor (z. B. Alter, Beruf, Position, etc.) und nennen zusätzlich einen Fakt, den nicht viele Leute über sie wissen (z. B. ein geheimes Talent, einen Spitznamen, etc.).

Zeitraumen: ca. 5–10 Min.

4. BLITZLICHT

Das Spiel eignet sich gut, um jeden Teilnehmer zu involvieren und ein allgemeines Gefühl für die Stimmung in der Gruppe zu entwickeln. Auf diese Weise werden auch zurückhaltende Teilnehmer aktiviert.

Anleitung: Jeder Teilnehmer sagt in der Runde in einem Wort, wie er sich gerade fühlt, beziehungsweise was er von dem Training erwartet. Alternative: jeder Teilnehmende äußert sich, wie er das Seminar empfunden hat und sagt mit einem Wort, was er mit nach Hause nimmt.

Zeitraumen: 5 Min.

5. ASSOZIATIONEN

Dieses Spiel eignet sich besonders gut als Einstieg in ein neues Thema. Da es keine falschen Antworten gibt und man spontan sagen soll, was einem in den Kopf kommt, muss niemand Sorge haben, etwas Unpassendes zu sagen. Der Bewegungsaspekt der Übung aktiviert die Teilnehmer zusätzlich.

Anleitung: Nehmen Sie einen weichen Ball und werfen Sie ihn einem Teilnehmer zu. Dabei sagen Sie ein Wort. Die Person, die den Ball fängt, nennt ihrerseits etwas, was sie damit assoziiert und wirft den Ball dann weiter und der nächste sagt, was er mit dem zuvor genannten Begriff assoziiert.

Zeitraumen: ca. 5 Min.