

Assoziationen

Übung zur Auflockerung und Förderung der Kreativität

Voraussetzungen

TN-Zahl: Es können beliebig viele TeilnehmerInnen mitspielen

Vorbereitungszeit: -

benötigte Materialien: Ein Sofa oder drei Stühle

Dauer: nach eigenem Ermessen bzw. von vornherein ein Ziel vereinbaren

Beschreibung

Man stellt das Sofa oder die drei Stühle so im Raum auf, dass alle TeilnehmerInnen hinsehen und ohne Hindernis hingehen/-laufen können. Dann setzt sich die erste Person freiwillig oder bestimmt in die Mitte (auf den mittleren Stuhl oder in die Mitte des Sofas) und nennt einen beliebigen Begriff. Daraufhin nehmen zwei weitere Personen (einfach aufstehen und hinlaufen) links und rechts von der ersten Person Platz und nennen einen Begriff, den sie mit dem erstgenannten Begriff assoziieren (z.B. 1. Person: Wasser; Person links: Badewanne; Person rechts: trinken). Die Person in der Mitte muss sich nun entscheiden, welcher der beiden Begriffe ihr eher zusagt – sie steht dann auf und nimmt die betreffende Person mit. Die Person, deren Begriff nicht gewählt wurde, setzt sich nun in die Mitte und nennt einen neuen Begriff (der mit den vorher genannten nichts zu tun haben muss), daraufhin kommen wieder zwei Personen dazu und nennen ihre Assoziationen.

Variante (als Gruppenübung): Man kann die Übung auch ohne Sofa oder Stühle durchführen und sie gleichzeitig zu einer kleinen Gruppenübung machen. Dafür stellt man die TeilnehmerInnen im Kreis mit dem Rücken nach innen auf. Dann nennt man einen beliebigen Begriff – die Gruppe hat nun folgende Aufgabe: Es müssen Assoziationen zum vorher genannten Begriff genannt werden. JedeR darf/muss dabei genau einmal zu Wort kommen. Sprechen zwei Personen gleichzeitig, fängt die Übung von vorne an. Die TeilnehmerInnen dürfen währenddessen über nichts anderes sprechen und sie dürfen auch im Vorfeld keine Strategie vereinbaren. (Eine Assoziationskette kann z.B. folgendermaßen aussehen: Trainerin: Wetter; 1. TN: Sonne; 2. TN: Strand; 3. TN: Urlaub; 4. TN: Tauchen; etc.).

Vorsicht: Falls diese Variante für die Gruppe schwierig umzusetzen ist, ist eine Nachbesprechung/Reflexion unbedingt erforderlich – daraus lassen sich Schlüsse über die Rollenverteilung in der Gruppe sowie die Kommunikationsstruktur ziehen.