



## BEWUSSTE HÖCKEINSTIEGE FÜR STARKE TEAMS WIR ALS TEAM – TEAMFÖRDERUNG IN 15 MINUTEN

### «Aura»

Eine ruhige, vertrauensvolle Stimmung ist für diese Spiele nötig.

**Aura:** Zwei Leute stehen einander mit geschlossenen Augen und aneinander gelegten Handflächen gegenüber. Sie drehen sich einmal um ihre Achse und versuchen dann, die Handflächen des Gegenübers wieder zu finden.

**Aura im Kreis:** 5 bis 8 Personen stehen im Kreis, die Handflächen der Nebeneinanderstehenden sind aneinander gelegt. Sie drehen sich einmal um sich selber und finden sich wieder.

**Fussspitzen:** Wie Aura im Kreis, aber die Fussspitzen berühren sich und müssen nach der Drehung wieder gefunden werden.

**Ohrläppchen:** Die absolute Steigerung von Aura: Die im Kreis stehenden fassen sich rechts und links an den Ohrläppchen, schliessen die Augen, lassen los, drehen sich im Kreis und versuchen, die Ohrläppchen ihrer Nachbarn wieder zu finden. Hier ist es dann vielleicht vorbei mit der Ruhe im Raum 😊

Anschlussfragen:

Was war an dieser Übung am schwierigsten? Fühltest du dich wohl bei der Übung?

Weshalb, weshalb nicht?