
Rainer E. Kirsten
Joachim Müller-Schwarz

Gruppen Training

Ein Übungsbuch mit 59 Psycho-Spielen,
Trainingsaufgaben und Tests



Rowohlt

Inhalt

| | |
|---|-----|
| Warum Gruppen-Training? | 9 |
| 1. Das Fenster mit dem blinden Fleck | 14 |
| Test: Wie wirke ich auf andere? | 21 |
| Mein Persönlichkeitsprofil | 23 |
| 2. Keiner weiß soviel wie alle | 24 |
| NASA-Weltraum-Spiel | 28 |
| Test: Wie arbeite ich im Team? | 35 |
| 3. Entscheidungsprozesse | 39 |
| »Mipps und Wors« – Wie lösen wir Probleme? | 42 |
| Test: Klimafragen – Warum Gruppen versagen | 42 |
| Ich ... Du ... Er ... | 47 |
| 4. Die Gruppe als Kreativitätsfaktor | 49 |
| Methode »6 – 3 – 5« | 53 |
| »Killer-Phrasen« und »Ideenbremsen« | 57 |
| 5. Kooperation | 61 |
| Spiel der Stummen | 65 |
| Beobachtung des Interaktions-Prozesses | 70 |
| Gruppen-Diagnose | 72 |
| 6. »Kampf der Geschlechter« | 74 |
| Gefangenen-Spiel | 78 |
| Test: Schlechte Angewohnheiten | 82 |
| Können Sie diskutieren? | 86 |
| 7. Wir und die andern | 90 |
| »Gewinnt soviel Ihr könnt!« | 93 |
| Gewinnmöglichkeiten für jede Runde | 97 |
| Zählbogen | 98 |
| Test: Vertrauensbarometer für Gruppen | 99 |
| Wer später kommt hat unrecht | 103 |
| 8. Wer ist der Führer? | 106 |
| Kreis – Kette – Stern | 108 |
| Test: Sind Sie ein X- oder Y-Typ? | 113 |
| Tüchtig oder beliebt? | 116 |

| | |
|---|-----|
| 9. Rückmeldungen | 120 |
| Spieglein, Spieglein an der Wand ... | 126 |
| Regeln für richtiges Feedback | 135 |
| Können Sie überzeugen? | 139 |
| 10. Macht und Liebe | 144 |
| Geben und Nehmen | 150 |
| Gruppennormen | 152 |
| Falsch programmiert? | 156 |
| 11. Absichten und Auswirkungen | 160 |
| Interview-Spiel | 164 |
| Beratungstechnik | 167 |
| Gesprächswiderstände abbauen | 171 |
| Sechs Gesprächsregeln | 175 |
| 12. Körpersprache | 177 |
| Wortlose Begegnungen | 184 |
| Der Schlüssel zu sich selbst | 188 |
| 13. Gespielte Wirklichkeit | 192 |
| Operation Vorstadt | 197 |
| Test: Wie wertet man ein Planspiel aus? | 201 |
| Spielregeln | 205 |
| 14. Lernen und Arbeiten in Gruppen | 209 |
| Turmbau | 213 |
| Gruppenprozeß-Analysen | 215 |
| Test: Fragen zum Rollenverhalten | 218 |
| Test: Fragen zum Lernklima | 220 |
| 15. Wie leitet man Gruppen? | 222 |
| TIM macht Team und Leiter erfolgreicher | 226 |
| Acht Regeln für gruppensdynamische Spiele | 232 |
| »Angeschmiert, mein Lieber!« | 234 |
| Literatur | 237 |