

Emotion und Interaktion, Teamtasks und Höhlentour

Ort:	Grabenstetten/Bad Urach
Umfang:	1 Tag (von ca. 9 Uhr - ca. 16.30 Uhr mit Mittagspause)
Ablauf :	<ol style="list-style-type: none">1. Begrüssung, Vorstellung Tagesablauf, Sicherheitshinweise (25'-30')2. Teil 1: "Interaktion": Teamtasks/Impulstraining in Kleingruppen und in der Gesamtgruppe (150')3. Mittagspause (60')4. Begrüssung, Einweisung, Sicherheitshinweise Höhlentour7. Einkleiden Höhlenanzüge, Helm und Beleuchtung (10')8. Teil 2: "Emotion": Begehung Höhle (120 - 150')9. Gemeinsamer Abschluss, Auswertung (20 - 30')

Inhalt Teamtasks, Vormittag: Teamtasks bieten ein weit reichendes Potential, um nachhaltige Veränderungen in einer Gruppe zu verursachen. In einer entsprechenden Übungssituation treten Problematiken des Tun und Handelns in gleicher Form auf, wie auch in der Praxis. Nur die Wahrnehmung des eigenen Verhaltens und die Dynamik des Teams ist um ein vielfaches höher - sie werden intensiver und bewusster wahrgenommen. In der sich unmittelbar an die Übung anschliessenden Reflexion können sichtbar gewordene Themen angesprochen und systematisch aufgearbeitet werden.

Typisch für unsere Teamtasks ist: Man kommt nur gemeinsam zum Ziel. Der Spaß am gemeinsamen aktiven Handeln und die Förderung der Zusammenarbeit stehen im Mittelpunkt dieser Übungen. Die Aufgaben müssen immer gemeinsam gelöst werden - ein Einzelkämpfer wird den Erfolg der gesamten Gruppe gefährden. Es geht darum, sowohl Fähigkeiten als auch Schwächen einzubringen und jeden Teilnehmer an der richtigen Stelle einzusetzen. Kooperation lässt sich also trainieren. Die Zusammenarbeit ist bei unseren Teamtasks notwendig und wird somit nachhaltig gefördert.



Die besonderen Merkmale von Teamarbeit (Kommunikation, Kompromissbereitschaft, Respekt/Akzeptanz, Ressourcen einteilen usw.) werden durch die Teamtasks für jeden Teilnehmer erlebbar gemacht und verdeutlichen das eigene Verhalten in der Gruppe.

Die Aufgaben werden von einer Trainerin/einem Trainer anmoderiert, begleitet und gemeinsam mit den TeilnehmerInnen impulshaft ausgewertet.

Entsprechend der zu erwartenden Gruppe, werden wir geeignete Teamtasks auswählen.

Inhalt Höhle, Nachmittag: Trockenhöhle

Nach der Begrüßung rüsten wir uns für die Tour. Ein Helm mit Stirnlampe und ein Schutzoverall sind unerlässliche Utensilien - diese werden von Syntura bereitgestellt.

Nach einer kurzen Wanderung kommen wir am Eingang der Höhle an. Und dann geht es auch gleich los - wir tauchen ein in die Dunkelheit. Wer noch nie das Gefühl erlebt hat, im Inneren der Erde zu sein, ist eventuell etwas erschrocken. Doch nach einer kurzen Pause legt sich die Aufregung. Die Sinne stellen sich langsam auf die neue Situation ein und das Erlebnis beginnt.



Die zu begehende Höhle ist ca. 400 Meter lang und es herrscht eine durchschnittliche Temperatur von ca. 8 Grad. Die Trockenhöhle ist relativ eng, so dass Erwachsene sich oftmals in gebückter Haltung vorwärts bewegen müssen. Kinder jedoch können in dieser Höhle fast immer aufrecht gehen. Die Trockenhöhle ist nicht hochwassergefährdet und somit bei jedem Wetter durchführbar. Eine wirklich tolle Aktion, um die Welt der Höhlen kennenzulernen. Ein mystisches und faszinierendes Erlebnis, welches nachhaltig in Erinnerung bleibt.

Voraussetzungen: keine	durchschnittliche körperliche Fitness, keine Platzangst, Trittsicherheit, ausgeprägten Knieprobleme
Termin:	Zwischen April und Ende September/individueller Termin.
TeilnehmerInnen:	ab 6 Personen
Leistungen:	Konzept und Durchführung des Tages durch qualifizierte Guides von Syntura, Helm, Beleuchtung (elektrisch), einteiliger Schutzoverall
Nicht enthalten:	Transfers, Verpflegung