

Das Elefanten- und das Trampel- Spiel

Zwei spielerische Übungen zur Reflexion eigener Gewalttätigkeit und Autoritätsgläubigkeit.

Das Elefanten- und das Trampel - Spiel stammen aus der Tradition des gewaltfreien Widerstandes und lehnen sich an die MILGRAM-Experimente der 1970er Jahre zur Gehorsamsbereitschaft der Menschen an. „Ganz normale, nette Menschen“, so erkannte damals Prof. Stanley Milgram, die nur schlicht ihre Aufgaben erfüllen und keinerlei persönliche Feindseligkeiten empfinden, können Menschen misshandeln und zu Handlangern in einem grausigen Vernichtungsprozess werden. Schlimmer noch: selbst, wenn ihnen die zerstörerischen Folgen ihres Handelns vor Augen geführt und klar bewusst gemacht werden, so verfügen doch nur vereinzelt Menschen über genügend Standfestigkeit, um der Autorität Widerstand entgegenzusetzen (siehe auch „autoritärer Charakter“ oder den Film: „Die Welle“)

Beide Übungen eignen sich besonders gut für junge Leute und beginnen mit einem Gespräch über die Frage, wie sich alltägliche Gewalt äußert und ob es so etwas bei uns selber gibt. Bei ersten Anzeichen stockenden Gesprächsflusses kann die Diskussion durch diese Übungen unterbrochen werden.

Das Elefanten-Spiel

Zeit: ca. 1 Stunde / TN-Zahl: als Elefanten max. 25, als Elefantenjäger ca. 5, alle anderen sind Beobachter (UN-Blauhelme) / Material: Teppichboden wäre gut, Plakat, zum notieren der gemeinsamen Spielregeln. Es empfiehlt sich, alle härteren Gegenstände (Uhren, Brillen, Gürtelschnallen, Schuhe) abzulegen. Die Gruppe teilt sich. Eine größere Gruppe spielt den Elefanten und setzt (nicht stehen!!) sich zusammen auf den Boden, jede/r hält und klammert sich am anderen fest, so dass aus der Elefantengruppe eine in sich geschlossene Einheit entsteht. Die andere, kleinere Gruppe hat nun die Aufgabe, den Elefanten wieder auseinander zu nehmen, zu ziehen, kitzeln, usw.

Es gibt nur eine einzige Regel: Keine Gewalt. Dies besagt, dass das jeweilige Maß an „Kraftaufwand“ (Kraft ist nicht Gewalt!) von jedem selber auch verantwortet werden muss. Für jede/n ist es jederzeit möglich, den eigenen Einsatz zu reduzieren, zu verändern oder abubrechen. Von daher wäre es möglich, den Elefanten z.B. durch Kitzeln, Liebkosungen, Verlockungen etc. aufzulösen; das Gegenteil ist aber in der Regel der Fall. Nach anfänglichen zaghaften Versuchen, beginnen die Elefantenjäger kräftig zu ziehen und der Elefant heftiger zusammenzuhalten und zu stöhnen. Gerade die Elefanten-Leute scheinen plötzlich Lust dabei zu empfinden, wenn ihnen das Bein oder der Arm lang gezogen wird.

Wichtig ist bei dieser Übung, das „Spiel“ durch „Regeln“ zu begleiten. Dazu sollte ein größeres Plakat mit der Überschrift „Regeln“ und dem Untertitel „Nicht erlaubt ist:“ aufgehängt werden. Schon vor dem Spiel können nun Regeln benannt werden (Haare ziehen, kneifen, spucken, treten, boxen, Geschlechtsteile anfassen, Kleidung zerreißen ...). Während des Elefantenspieles hat außerdem jede/r die Pflicht und das Recht, jederzeit laut „Stopp“ zu rufen, wenn Gewalt auftaucht. Das Spiel wird bei einem „Stopp“ sofort durch den/die Anleiter/in – Trainer/in (TR) unterbrochen, das Stopp wird begründet als neue Regel formuliert, auf dem Plakat fixiert (z.B.: Arme umdrehen, kratzen, würgen usw.) und weiter geht es.

Diese Regel-Entwicklung ist notwendig und sinnvoll, weil die TN selber in diesem Spiel die unmittelbare Erfahrung machen, dass gemeinsam abgestimmte, ausgehandelte (und eingehaltene) Regeln (und Werte) gut für sie, sinn- und wertvoll sind. Durch die Wiederholung (Übung) solcher und ähnlicher (Kampfes-) Spiele verinnerlicht sich mit der Zeit das gemeinsame Regelwerk.

Hinweis: TN die bei dieser Übung lieber nicht mitmachen wollen, können als „UN-Blauhelme“ mit in das Spiel eingebaut werden. Wichtig ist dabei, auch mit ihnen Regeln zu vereinbaren: Nicht in das Spiel eingreifen, keine Kommentare abgeben, nicht anfeuern oder unterstützen, um gezielt beobachten und nach dem Spiel berichten zu können (z.B. darüber, dass i.d.R. die Elefanten während des Spiels

vergessen, STOPP zu rufen und stattdessen Au oder Äh schreien und sich nachher beschweren, es sei Gewalt passiert - obwohl sie diese durch ein rechtzeitiges STOPP hätten stoppen können).

Sinn macht es, nach der Übung, das Plakat mit den Regeln als Erinnerung und auch Ort für neue Reibungsprozesse öffentlich, z.B. in der Schule, im Jugendzentrum usw. (am Ort des Geschehens, damit der Bezug bestehen bleibt) auszuhängen.

Reflexion: War Gewalt im Spiel? Hat jemand Zerrungen, Prellungen, Verletzungen? Warum ist dieser oder jener Arm so rot? Pulsiert das Herz, was ist mit der Atmung, war das nun ein Spiel, Ernst oder was? Warum haben manche Elefanten nicht losgelassen, als Schmerz ins „Spiel“ kam? Welche Wirkungen hatten bei dieser Übung Elemente wie „körperliche Nähe“, Zusammengehörigkeitsgefühl und vorgegebene „Spiel-Regeln“? Hat Gewalt Lust gemacht? Was war spaßig bei dieser Übung? Welche Erfahrungen haben die Elefantenjäger/innen gemacht, haben sie Gewalt (und wenn ja warum) oder nur Kraft angewandt? Welche Signale erhielten sie von den Elefanten? Was haben die UN-Beobachter erlebt?

Spannend entwickelt sich auch immer wieder die Frage, wie bei diesem „Spiel“ Gewalt entstehen konnte und wer dafür die Verantwortung trägt. Der Versuch, das eigene (gewalthaltige) Verhalten bei diesem Spiel „anderen in die Schuhe zu schieben“ (z. B. den Anleiter/innen, dem Spiel selber usw.) ist wesentlicher Anlass für einen Reibungsprozess zur Eigenverantwortung.

Warnung für die Praxis: Wir haben dieses Elefantenspiel mit Leuten (fast) aller Altersgruppen „gespielt“. Dabei kann es passieren, dass einige TN tatsächlich härtere Gewalt ausüben. Dies sollte sofort zur Unterbrechung führen und zur Fragestellung, ob es sich hier um ein Spiel oder um eine Schlägerei handelt. Warum wurde Gewalt von wem ausgeübt, wie wurde diese erfahren? Was ist denkbar, um aus diesem Spiel ein „richtiges“ Spiel zu machen?

Genau um diese „spielerischen“ Lernerfahrungen geht es. Von uns selber vorgetragene Moral, Wertungen und Regeln wären eher kontraproduktiv.

Bei dieser Übung können Kinder, Jugendliche und Erwachsene den Sinn von Werten und Regeln im wahrsten Sinne des Wortes „begreifen“ und entwickeln! Also bitte, lasst sie auch selber eigene Regeln erfinden (und den Wert dieser Regeln selber benennen).

Das Trampelspiel

thematisiert insbesondere den „autoritären Charakter“. Es sollte nie isoliert, sondern als Teil eines didaktischen Methodenrepertoires stattfinden, bei dem Vorerfahrungen, fast wie bei einem Test, überprüft werden können: Sind die TN in der Lage, auch in kritischeren Situationen Selbstkontrolle zu bewahren?

Bei dieser Übung geht es zum einen um viel Vertrauen, zum anderen aber um die Entwicklung von Eigenverantwortung auch dann, wenn die „Lust“ am Spiel die Vernunft und die Verantwortung für das eigene Verhalten zu überlagern versucht.

Zeit: ca. 20 min. / TN-Zahl: ab ca. 10 TN, / Material: Teppichboden wäre gut, ein Topf o.ä. um später den Takt lauter anzeigen zu können.

Die TN werden in zwei etwa gleich große Gruppen unterteilt.

Gruppe 1 legt sich auf den Boden und streckt Arme und Beine auseinander, (wichtig: Arme und Beine der TN sollen weit ab gestreckt liegen).

Gruppe 2 erhält jetzt den Auftrag, sich im Kreis zwischen die Liegenden zu stellen und im Kreis herum (im Uhrzeigersinn) vorsichtig über sie zu steigen. Dabei sollen sie auch zwischen den Armen und Beinen der TN auftreten.

Es gibt nur eine Regel: über die Leute steigen ohne sie zu berühren oder sie gar (durch Tritte) zu verletzen.

Wer glaubt, sich nicht an diese Regel halten zu können, kann bei diesem Spiel nicht mitmachen. Jede/r kann jederzeit aufhören. Zunächst sollen alle sehr langsam gehen, dann wird das Tempo langsam erhöht.

Der/die Anleiter/in ermuntert nun die Gruppe immer wieder, schneller und schneller zu werden. Um diese Aufforderung zu unterstützen, hebt der/die Anleiter/in langsam die Stimme, wird lauter und bestimmter in der Aufforderung; dabei kann auch ein Topf o.ä. genutzt werden, um den Takt lauter anzuzeigen.

Bei steigender Geschwindigkeit kann der/die Anleiter/in dann auch noch auf einen Stuhl steigen, um ein Hierarchiegefälle entstehen zu lassen (außerdem hat man als Anleiter/in einen besseren Überblick über das was passiert und ob jemand jemanden berührt oder tritt).

Anschließend Gruppenwechsel!

Warnung: Vorsicht! Bei dieser Übung geht es sowohl um die Verführbarkeit als auch um die zu entwickelnde Selbstkontrolle und Eigenverantwortung der Teilnehmenden. Weil wir wissen, wie leicht Menschen verführt werden können, geht es hier nicht um das Bloßstellen einzelner TN, sondern um die Ermutigung, die Verantwortung für das eigene Verhalten (auch in Stress-, Lust-, Spaß-, Spiel- und ähnlichen Situationen) zu übernehmen und zu praktizieren.

Reflexion: „Wie war es: unten zu liegen - oben zu gehen?“ „Was glaubt Ihr, warum wir diese Übung gemacht haben?“

Was hätte man tun können, um die Spielregel einzuhalten.

Was war wichtiger: Die Lust am Spiel, der Befehlston, die Stimmung, die eigene Verantwortung ...?

Es gibt kaum eine richtige oder falsche Antwort. Ziel ist vor allem die Thematisierung von Eigenverantwortung.

Ziel: Die TN sollen erfahren können, dass es in solchen und ähnlichen Situationen schnell dazu kommen kann, dass Eigenverantwortung abgegeben und gerne anderen (hier z.B. der Taktgeber/in) als „Schuld“ in die Schuhe geschoben wird.

Die TN stabilisieren und benennen ihre eigene Verantwortlichkeit auch für solche Situationen, die man leicht anderen anlasten könnte.

Quelle: [Gewaltakademie Villigst](#)

Nach oben_