



# Schwarm

## Reflexion von Gruppendynamiken und Konflikten

### Ziele

- Bezug zur Gruppe wird gestärkt
- Gruppendynamiken werden nachvollziehbar
- Abstrahierung von Konflikten zwischen Menschen und dadurch das Erkennen dieser Konflikte
- Bewegungs- und Konzentrationstraining

### Zeit

45 – 90 Minuten

### Material

- angemessene Raumgröße

### Ablauf

Die komplette Gruppe (bei zu großen Gruppen wird die Gruppe in zwei Kleingruppen geteilt) bekommt drei Regeln, nach denen sie sich in einem Schwarm positionieren sollen. Während der ganzen Übung soll nicht gesprochen werden.

1. Regeln:
2. Gleicher Abstand zu allen im Schwarm (nicht zu groß, nicht zu klein).
3. Alle in einem Schwarm schauen in eine Richtung.
4. Die vorderste Person gibt die Bewegung vor.

Falls es Probleme beim Aufstellen gibt, wird ein Rechteck für den Schwarm vorgegeben. Durch die ständige Bewegung der Person vorne wechselt gleichzeitig die vordere Person, da alle in die gleiche Richtung schauen. Lasst den Schwarm einige Minuten ausprobieren, bis er sich wie eine Einheit bewegt. Achtet darauf, dass es zunächst langsame, bedachte Bewegungen sind. Nachdem der Schwarm warm geworden ist und den Raum erkundet hat, wird die Gruppe in zwei Schwärme

aufgeteilt. Die jeweiligen Schwärmen bekommen eine Aufgabe, ohne dass der andere Schwarm etwas davon mitbekommt (z.B. durch Zettel oder zwei Teamer\*innen, die es den Schwärmen gleichzeitig sagen). Der eine Schwarm bekommt die Aufgabe: „Der andere Schwarm möchte euch infiltrieren. Lasst das nicht zu!“ Der Andere: „Ihr wollt euch dem anderen Schwarm anschließen. Dieser ist skeptisch, überzeugt ihn!“ Schaut den folgenden Bewegungsabläufen zu und greift dann ein, falls es zu körperlichen oder emotionalen Überrumpelungen kommt. Nach einiger Zeit wird die Übung beendet.

### **Auswertung**

Im Plenum werden die Erfahrungen ausgetauscht.

- Was haben die Personen erlebt?
- Was waren die Aufgaben?
- Wie war das Bewegen in der Gruppe für dich?
- Gibt es einen Bezug zu einer persönlichen Situation?
- Gab es Situationen, die besonders herausgestochen haben?

---

Online verfügbar: <https://rise-jugendkultur.de/material/schwarm/>

RISE ist ein Projekt des [JFF](#). Der Aufbau der Plattform wurde in den Jahren 2019 bis 2021 gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien.