

# Begegnung mit verbundenen Augen – sieht man mehr, wenn man nichts sieht?

Bei Nightball ist alles etwas anders: Die Tore machen Musik, das Spielfeld ist mit einer Art Sicherheitsgurt umgrenzt und die Teilnehmer haben verbundene Augen. Denn Nightball ist mehr als ein Sport – die Trainingsmethode soll Teammitglieder verschiedener Kulturen einander näher bringen.

Die Spielregeln entsprechen etwa denen von Basketball: Die Mitspieler laufen, zielen, dribbeln – aber alles ohne das Tor oder ihre Teamkollegen zu sehen. Um den Akteuren die auditive Orientierung zu ermöglichen, werden alle Utensilien bei Nightball zum Klingen gebracht. Aus den gegenüberstehenden Nightballtoren mit Treffersensoren ertönt Musik. Bei einem gelungenen Wurf stimmen die Tore ein Treffersignal an. Die Helme und der das Spielfeld umspannende Gurt geben den Teammitgliedern die nötige Sicherheit, um sich auf diese aussergewöhnliche Erfahrung einzulassen.

## Visuelle Wahrnehmung beeinflusst den ersten Eindruck

Ziel der Trainingsmethode Nightball ist, dass jedes einzelne Mitglied einer Gruppe mit Hilfe der anderen einen eigenen Treffer erzielen muss. Die Zeiten werden gestoppt, denn eine gute Strategie und eine wirklich gut funktionierende Kommunikation führen zu einem schnellen Erfolgserlebnis. Erschwerende Bedingung ist, dass nach jedem gelungenen Treffer das Tor auf das gespielt wird, wechselt. Die Teilnehmer müssen also ihre verbleibenden Sinne einsetzen und ihren Mitspielern permanent mitteilen, was sie tun und wo sie sich befinden. Ganz unvorbereitet sind die Akteure zum Glück nicht: Vor dem Nightballspiel durchlaufen alle in Zweiergruppen, bestehend aus einer sehenden und einer nichtsehenden Person, einen Lernparcours.

Nightball wird seit 15 Jahren weltweit eingesetzt, um die Zusammenarbeit in Teams voranzubringen. Viele Unternehmen schätzen die sofort erkennbaren und nachhaltigen Effekte, die durch Nightball in Kombination mit theoretischen Konzepten gewonnen werden.

In erster Linie werden die Seminare in Team- und Leadership-Programmen durchge-

führt, Nightball ist jedoch auch eine gute Methode für interkulturelle Management-Trainings. Beim Zusammentreffen mit Menschen aus unterschiedlichen Kulturkreisen führen Unsicherheit, Unwissen über fremde Kulturen und Stereotypen oft zu Spannungen im Umgang miteinander. Der so genannte erste Eindruck von einer unbekanntem Person basiert in hohem Masse auf der visuellen Wahrnehmung. Und diese wird bei Nightball einfach ausgeschaltet: Die Akteure begegnen sich – zumindest auf optischer Ebene – wertfrei. Wenn die Teammitglieder in der ersten Übung gemeinsam mit Hilfe der Tormusik das Spielfeld erkunden, kommt es zu bereichernden Erfahrungen. Menschen treffen sich, berühren sich, lachen miteinander und freuen sich, eine andere Person gefunden zu haben.

## Hundertprozentiges Vertrauen in die Mitspieler ist notwendig

In den folgenden Partnerübungen, bei denen sich eine Person mit Augenbinde absolut auf die «führende» Person verlassen muss, wird der Vertrauensaufbau trainiert. Was braucht ein Mensch, um einer anderen Person blindlings zu vertrauen? Wie kann ein führender Mensch Vertrauen vermitteln? Die Teilnehmer rennen schnell, ohne dabei etwas zu sehen. Dafür ist ein hundertprozentiges Vertrauen notwendig. Die Eigenwahrnehmung und die Sensibilität für die Bedürfnisse der anderen werden gestärkt. Beim Zupassen des Balls schaffen zielgerichtete, klare Kommunikationsbotschaften die Grundlage für einen gelungenen Pass zum Gegenüber.

Haben alle Teilnehmer die Übungen durchlaufen, wird in der Gruppe eine Strategie entwickelt, wie die oben genannte Aufgabenstellung gut gelöst werden kann. Dabei



Foto: z/vg

Den Gummiball kann man auch mit geschlossenen Augen kaum verfehlen.

gelten klare Regeln. Nur wenn sie eingehalten werden, kann ein Team die Aufgabenstellung erfolgreich meistern.

Am Ende des Seminars wird gefeiert: das beinahe Unmögliche möglich gemacht zu haben in einer multikulturellen Gruppe, mit der man sich aufgrund der aussergewöhnlichen Erfahrung nun sehr verbunden fühlt. Der Respekt füreinander ist gewachsen. Die Spielregeln für ein gutes Miteinander sind geklärt.

Ursula Lange

### Die Trainingsmethode

Nightball kann als Trainingsmodul von Trainern oder HR-Leitern in bestehende Team- oder Leadership-Entwicklungsprogramme integriert werden. Die Seminare bestehen nicht nur aus praktischen Blöcken mit Nightball, sondern wechseln sich mit theoretischen Einheiten ab. Die Gruppengrößen variieren zwischen 6 und 48 Teilnehmern. Zu Beginn werden die Lernziele vereinbart, die die Führungskräfte oder das Team erreichen wollen. Bereits nach einem dreistündigen Training zeigt Nightball deutliche Effekte in den Teams, wie eine Studie des Lehrstuhls für Pädagogische Psychologie der Universität Freiburg belegt: Die Teammitglieder werden sich der eigenen Kommunikations- und Verhaltensstrukturen bewusster, die Motivation auch in Zukunft das Verhalten im Team zu optimieren, steigt. Nightball erhielt mehrfache Auszeichnungen in der Kategorie Innovative Trainingsmethode.



### Die Autorin

Dipl. Psychologin **Ursula Lange** leitet die Lange-Erfolg Unternehmensberatung für Team- und Führungskräfteentwicklung. Mehr Infos: [www.lange-erfolg.de](http://www.lange-erfolg.de)