



Konzept:

Blind Challenge – Impulsevent

Ziel:

- Wahrnehmung sensibilisieren
- Potentiale und Ressourcen spüren und nutzen lernen

Inhalt:

- Sinnespotentiale mittels aktiver Wahrnehmungen im Dunkeln bewusst machen
- Kommunikation und Vertrauen mittels Teambuildingaktionen im Dunkeln stärken
- das Erlebte reflektieren
- Interaktiver Impulsvortrag „Out of the dark“.

Programm:

Nach einer Begrüßung werden die Teilnehmer auf das bevorstehende Erlebnis sensibilisiert. Beim Intro zu meiner Person und dem einschneidenden Ereignis der Erblindung werden die Teilnehmer aus ihrer „Komfortzone“ in eine neue unbekannte Situation versetzt. Mittels Schlafbrillen werden die Teilnehmer „erblindet“ in die Sinnesparcours geführt.

Sinnesparcours:

Hier erfahren und erleben die Teilnehmer, welche lebenspraktischen Fertigkeiten von mir neu erlernt werden mussten, um mein Leben neu zu arrangieren.

Auf dem Sinnesparcours durchlaufen sie die Bereiche:

- Tasten
- Hören
- Riechen
- Erkennen

Aktionsparcours:

- Kommunikation, Vertrauen und die Wahrnehmung eigener körperlicher Aktionen in Ausnahmesituationen stehen hier im Vordergrund.
- Zweier-Teams bewältigen gemeinsam den Aktionsparcours
- Jedes Team besteht aus Explorer (blind) und Guide (sehend), die mittels Kommunikation die Hindernisse des präparierten Parcours gemeinsam bewältigen.
- Um zu gewährleisten, dass beide Teamkollegen das Erlebnis jeweils als Explorer und Guide erfahren können, werden nach halber Strecke die Rollen getauscht.

Gemeinschaftsaktion:

- Zum Abschluss erleben die Teilnehmer aktiv die Blindensportart Torball. Eine einfache Variante des Ballcounting wird zuerst erklärt (S. Anhang _Ballcounting) und anschließend in zwei Gruppen gespielt.
- Hierbei werden insbesondere Konzentration, Stille und Wahrnehmung deutlich angesprochen.
- Das Spiel kann entweder als Gemeinschaftsaktion in einer großen Gruppe gespielt werden, oder als Wettkampf zwischen zwei Gruppen

Nach einer kurzen Erfrischungspause wird die Reflektion initiiert.

Reflektion:

- Die individuellen Wahrnehmungen, Empfindungen und Erkenntnisse werden in der Gruppe besprochen.
- Was lässt sich auf die berufliche Ebene übernehmen?

Impulsvortrag:

Der Vortrag zeigt meinen Weg von der Erblindung bis hin zu den sportlichen Erfolgen und abenteuerlichen Erlebnissen. Es bietet einen Einblick, wie ich mich neu entdecken und annehmen lernen musste, um einen neuen Weg zu finden, einen Weg mit neuen Lebenswerten Lebensinhalten und Erfolg.

Schwerpunkte dieses interaktiven moderierten Vortrags sind:

- Erkennen und Wahrnehmen der eigenen Fähigkeiten, Potentiale und Verhaltensweisen in unbekanntem Situationen
- neue Wege gehen, Perspektiven finden, Ziele fokussieren
- Teambildung, Leadership
- Konkurrenz und Synergien, Erfolg und Misserfolg
- eigene Grenzen überwinden, neue Dimensionen spüren, Ressourcen generieren, persönliche Energiemanagement optimieren