



6 Berührungsritual

Absicht	Jeder TN soll eine Berührungsängste abbauen
Quelle	R. Mähr
Stichworte	Persönlich, Intim
Anzahl Personen	6 – 12
Ort	indoor oder outdoor
Zeit	
Beschreibung	<p>Voraussetzung diese Ritual ist die Bereitschaft der TN, sich gegenseitig zu berühren und sich berühren zu lassen. Dies muss unbedingt absolut freiwillig sein. Der Leiter erklärt zuerst den Ritualablauf.</p> <p>Die folgenden Abläufe sind immer zu zweit gedacht. Die Rollen werden nacheinander gewechselt. Zum Wechsel von einer zur nächsten Übung schlägt er einen Gong.</p> <p>Je 2 TN stehen Rücken an Rücken und berühren die Handflächen der ausgestreckten Arme. Danach drehen sie sich und umarmen sich.</p> <p>Ein TN liegt ausgestreckt auf den Bauch und wird von seinem Partner vom Scheitel bis zur Sohle abgetastet oder abgeklopft.</p> <p>Variante: Alle TN stehen im Kreis. Je ein TN geht von einem zum anderen Teilnehmer und klopft diese vom Scheitel bis zur Sohle ab.</p>
Material	Berührungen sind etwas sehr intimes und müssen daher sehr vorsichtig angegangen werden. Die Grenze muss im Voraus mit den TN abgeklärt werden.
Tipps	Das Berühren, vor allem von fremden Personen, kann teils heftige Reaktionen auslösen. Diese müssen von der Leitung ernst genommen und thematisiert werden.
Verfasser	R. Mähr
Datum	05.03.16