

Elimination

Partnerübung

Beschreibung

In einer Traverse wurde mit Tape eine Route markiert. Nacheinander bouldern die Teilnehmenden die Route, wobei jede*r ein Tape von einem Griff entfernt, der für nicht unbedingt notwendig befunden wird. Die Route wird dadurch nach und nach schwieriger, wobei alle Teilnehmenden sie noch schaffen sollten.

Material/Wand

Klebeband/Tape

Traverse mit vielen Griffen/Tritten

Therapeutische Themen

soziale Beziehungen, Kommunikation/Kooperation, Verantwortung/Abhängigkeit, Problemlösen, Leistungsfähigkeit einschätzen, Selbstwert/Stolz

Leitfragen

Welche Rolle nimmt jedes Mitglied ein? Wie gelingt es der Gruppe, dass die Strecke auch für "schwächere" Mitglieder noch schaffbar bleibt? Gelingt es überhaupt? Wie früh/spät wird die Route für "fertig" erklärt?

Variationen

Die Übung kann vor allem dadurch variiert werden, indem zu Anfang mehr oder weniger Griffe oder indem auch Tritte markiert werden.

Tipps

Ganz wichtig ist es, darauf zu achten, dass die Route für alle schaffbar bleibt und niemand aus der Gruppe "zurückgelassen" wird.

Am Schluss darf gemeinsam getüftelt und nicht zu früh aufgegeben werden! Der Spaß entsteht, wenn die eigenen Erwartungen übertroffen werden und noch mehr Griffe entfernt werden können, als für ursprünglich möglich gehalten.

Am besten eignet sich die Übung im Anschluss an die Übung [Boulder kleben](#), wobei hier die selbst geklebte Route als Ausgangspunkt verwendet werden kann.