

Hör-Spaziergang

AUFGABENFELD	Stück
FORM	Aktives Zuhören
GRUPPE	Einzel- oder Partner:innenübung
MATERIAL	-
DAUER	ca. 20 Minuten

In unserem Alltag blenden wir viele Geräusche aus – das passiert ganz automatisch. Besonders rücken sanfte Geräusche, wie etwa die unserer natürlichen Umgebung, schnell in den Hintergrund. Wenn wir aber ganz genau hinhören, können wir viele interessante Geräusche bemerken. Probieren wir es doch mal aus!

Du kannst diese Übung alleine oder mit einer/einem Partner:in machen. Gehe an einen Ort wie zum Beispiel einen Park oder einen See und geh los. Beim Spaziergang solltest Du (und Dein:e Partner:in) am besten still bleiben, damit Du Dich komplett auf das Hören konzentrieren kannst.

Beim Hören kannst Du auf ein einziges Geräusch achten oder auf alle gleichzeitig. Versuch doch, zwischen den beiden Arten abzuwechseln, und schau, wie das ist! Wichtig ist, dass Du offen für alle Geräusche bist und sie so aufnimmst, wie sie sind – auch, wenn Dir mal eines vielleicht nicht gefallen sollte.

Sei beim Spaziergang offen und neugierig! Bleib auch gerne stehen oder setz Dich hin, wenn Du mal genauer auf ein bestimmtes Geräusch hören willst. Von interessanten Geräuschen kann man sich super fühlen lassen und auch neue Wege entdecken.

Versuche nach dem Spaziergang, jemandem zu beschreiben, wie sich der Ort, den Du klanglich erforscht hast, anhört. War es dort leise, laut? Vielleicht haben die raschelnden Blätter geklungen wie Rasseln? Vielleicht hat der Schlamm geschmatzt, wenn man durch ihn gelaufen ist? Wenn Du den Hörspaziergang mit einer/einem Partner:in gemacht hast, könnt Ihr Euch gegenseitig erzählen, was Ihr alles bemerkt habt. Wie würde Dein:e Partner:in den Ort beschreiben, und wie Du?

Reflexion: Sind Dir beim Hörspaziergang Geräusche aufgefallen, die Dir sonst nicht aufgefallen wären?

Wie hat es sich angefühlt, einfach mal ausschließlich hinzuhören?

Wenn Du eine:n Partner:in hattest: Sind Euch die gleichen Geräusche aufgefallen? Worin unterscheiden sich Eure Eindrücke?