



# Kurzanleitung: Icebreaker-Karten für gelungene Vorstellungsrunden

## Auf einen Blick

Diese Icebreaker-Karten sind speziell konzipiert für:

- Seminareinstiege und Trainingsbeginne
- Netzwerktreffen und neue Teamzusammensetzungen
- Workshops mit Teilnehmenden, die sich nicht kennen
- Teambuilding-Maßnahmen
- Konferenzen und berufliche Veranstaltungen
- Bildungsveranstaltungen mit unterschiedlichen Zielgruppen

## Die Stärken der Icebreaker-Karten

### Was die Karten bewirken können:

- **Einfachen Einstieg ermöglichen:** Erleichtern den Start in die Vorstellungsrunde
- **Tiefe schaffen:** Fördern persönlichere und authentischere Vorstellungen als standardisierte Abfragen
- **Atmosphäre verbessern:** Etablieren von Beginn an eine positive und offene Grundstimmung
- **Kennenlernen vertiefen:** Bieten Impulse, die über oberflächliche Informationen hinausgehen
- **Gemeinsamkeiten entdecken:** Lassen verbindende Elemente zwischen den Teilnehmenden sichtbar werden
- **Neugierde wecken:** Fördern das Interesse aneinander und den weiteren Austausch

## Schnellstart-Anleitung

### Vorbereitung

1. **Kartenauswahl:** Wählen Sie 15-20 Karten aus, die zum Kontext Ihrer Veranstaltung passen
2. **Material vorbereiten:** Drucken Sie die Karten aus (idealerweise farbig und auf festem Karton)
3. **Raumgestaltung:** Stellen Sie Stühle im Kreis auf oder schaffen Sie eine andere einladende Sitzordnung
4. **Zeitplanung:** Rechnen Sie mit ca. 1-2 Minuten pro Person für die Vorstellung

## Die 3 bewährten Einsatzmethoden

### 1. Klassische Vorstellungsrunde (für Gruppen bis 15 Personen)

1. Legen Sie die ausgewählten Karten in der Mitte aus oder fächern Sie sie verdeckt auf



2. Jede Person zieht eine Karte, die sie anspricht
3. Geben Sie 1-2 Minuten Bedenkzeit
4. Beginnen Sie selbst mit der Vorstellung als Modell (Name + Antwort auf die Karte)
5. Die Vorstellung geht reihum durch die Gruppe
6. Schließen Sie mit einem kurzen Resümee, das Gemeinsamkeiten hervorhebt

## **2. Partner-Kennenlernen mit Vorstellung (für größere Gruppen)**

1. Teilen Sie die Gruppe in Paare ein
2. Jedes Paar erhält 2-3 Karten zur Auswahl
3. Die Partner interviewen sich gegenseitig zu den gewählten Fragen (je 5 Minuten)
4. Anschließend stellt jede Person ihren Partner/ihre Partnerin kurz der Gesamtgruppe vor
5. Fokussieren Sie bei großen Gruppen auf das Interessanteste aus dem Gespräch

## **3. Thematische Kleingruppen (für interaktiveren Einstieg)**

1. Sortieren Sie die Karten nach Themenbereichen (z.B. beruflich, persönlich, Zukunft)
2. Bilden Sie entsprechende Themenecken im Raum
3. Teilnehmende wählen eine Themenecke nach Interesse
4. In den Kleingruppen zieht jede Person eine Karte zum Thema
5. Austausch in der Kleingruppe (10-15 Minuten)
6. Jede Gruppe teilt zentrale Erkenntnisse oder Gemeinsamkeiten mit allen

## **Einsatz der verschiedenen Themenbereiche**

### **1. Persönliche Erfahrungen und Werte (Karten 1-10)**

**Besonders geeignet für:** Tiefergehende Kennenlernprozesse, Wertediskussionen, Team-Entwicklung

**Einsatztipp:** Diese Karten eignen sich gut für Gruppen, die längerfristig zusammenarbeiten werden. Sie schaffen von Anfang an eine tiefere Verbindung.

### **2. Berufliches und Kompetenzen (Karten 11-20)**

**Besonders geeignet für:** Berufliche Kontexte, Fachveranstaltungen, Projektteams

**Einsatztipp:** Ideal für berufliche Settings, in denen die Teilnehmenden ihre Expertise und ihren Hintergrund teilen sollen, ohne zu formell zu wirken.

### **3. Persönlichkeit und Selbstreflektion (Karten 21-30)**

**Besonders geeignet für:** Persönlichkeitsentwicklung, Coaching-Gruppen, kreative Workshops

**Einsatztipp:** Diese Karten fördern Authentizität und Selbsterkenntnis. Betonen Sie, dass jede/r nur das teilen soll, womit er/sie sich wohlfühlt.



#### 4. Ziele und Wünsche (Karten 31-40)

**Besonders geeignet für:** Jahresauftakt-Meetings, Visionsentwicklung, Motivationstrainings

**Einsatztipp:** Hervorragend für Veranstaltungen, die auf Zukunftsgestaltung ausgerichtet sind. Schaffen eine vorwärtsgerichtete, positive Energie.

#### 5. Interessen und Freizeit (Karten 41-50)

**Besonders geeignet für:** Lockere Einstiege, diverse Gruppen, erste Begegnungen

**Einsatztipp:** Bieten einen niedrighschwelligigen Einstieg und enthüllen oft überraschende Gemeinsamkeiten zwischen den Teilnehmenden.

#### 6. Zwischenmenschliches und Perspektiven (Karten 51-60)

**Besonders geeignet für:** Diversity-Trainings, interkulturelle Gruppen, Kommunikationsseminare

**Einsatztipp:** Fördern das Verständnis für unterschiedliche Perspektiven und schaffen eine Grundlage für respektvolle Zusammenarbeit.

### Anpassungen für verschiedene Kontexte

#### Für Businesskontexte

- Wählen Sie vorwiegend Karten aus den Bereichen "Berufliches und Kompetenzen" sowie "Ziele und Wünsche"
- Ergänzen Sie mit 1-2 leichteren persönlichen Fragen für Balance
- Achten Sie auf einen klaren zeitlichen Rahmen
- Verknüpfen Sie die Vorstellungsrunde mit den Inhalten oder Zielen der Veranstaltung

#### Für Bildungskontexte

- Mischen Sie Karten aus verschiedenen Bereichen für Vielfalt
- Betonen Sie den Lernaspekt: Was möchten die Teilnehmenden lernen?
- Berücksichtigen Sie unterschiedliche Alters- und Bildungshintergründe bei der Kartenauswahl
- Schaffen Sie eine unterstützende Atmosphäre für unsichere Teilnehmende

#### Für internationale Gruppen

- Wählen Sie Karten, die kulturübergreifend gut funktionieren
- Vermeiden Sie zu persönliche oder kulturell sensible Themen
- Geben Sie mehr Zeit für Nicht-Muttersprachler

- Bieten Sie bei Bedarf Übersetzungshilfen an



## Für Online-Veranstaltungen

- Bereiten Sie die Karten digital vor (z.B. als Präsentation oder in einem virtuellen Whiteboard)
- Nutzen Sie die Chat-Funktion für die initiale Kartenauswahl
- Achten Sie auf kürzere Redebeiträge als in Präsenzveranstaltungen
- Etablieren Sie klare "Sprechregeln" für die virtuelle Umgebung

## Praktische Moderationstipps

### Vor der Vorstellungsrunde

- **Eigene Vorbereitung:** Überlegen Sie sich Ihre eigene Antwort als Modell
- **Setting klären:** Erläutern Sie Zweck und Ablauf der Vorstellungsrunde
- **Zeitrahmen kommunizieren:** Geben Sie eine Orientierung zur Redezeit pro Person
- **Sicherheit schaffen:** Betonen Sie die Freiwilligkeit bei der Tiefe der Antworten

### Während der Vorstellungsrunde

- **Guter Start:** Beginnen Sie selbst mit einer authentischen, aber zeitlich angemessenen Vorstellung
- **Aktives Zuhören fördern:** Würdigen Sie Beiträge durch Aufmerksamkeit, nicht durch Kommentare
- **Tempo anpassen:** Passen Sie das Tempo an die Gruppendynamik an
- **Verbindungen herstellen:** Weisen Sie behutsam auf Gemeinsamkeiten hin
- **Zeit im Blick behalten:** Leiten Sie bei Bedarf sanft zum nächsten Beitrag über

### Nach der Vorstellungsrunde

- **Zusammenfassung:** Heben Sie Gemeinsamkeiten und Vielfalt in der Gruppe hervor
- **Überleitung:** Verbinden Sie die Erkenntnisse mit dem weiteren Programm
- **Visualisierung:** Halten Sie ggf. zentrale Stichworte auf einem Flipchart fest
- **Vernetzung fördern:** Ermutigen Sie zu weiterführenden Gesprächen in den Pausen

## Lösungen für typische Herausforderungen

### Herausforderung: "Einige Teilnehmende sind sehr schüchtern."

#### Lösung:

- Bieten Sie einfachere Einstiegsfragen für diese Personen an
- Ermöglichen Sie die Vorstellung in Kleingruppen statt vor allen
- Beginnen Sie mit einer kurzen Paaraustausch-Phase vor der Vorstellung im Plenum

- Betonen Sie, dass kurze Antworten völlig in Ordnung sind



## **Herausforderung: "Einzelne Personen reden sehr lang."**

### **Lösung:**

- Vereinbaren Sie vorab ein Zeitlimit oder ein nonverbales Signal
- Bieten Sie konkrete Leitfragen: "Was ist dein wichtigster Punkt dazu?"
- Würdigen Sie den Beitrag und leiten Sie freundlich weiter
- Bei wiederholtem Auftreten: Sanduhr oder Timer einsetzen

## **Herausforderung: "Die Stimmung ist anfangs sehr verhalten."**

### **Lösung:**

- Starten Sie mit einer kurzen Aktivierungsübung vor der Vorstellungsrunde
- Wählen Sie zunächst leichtere, humorvolle Karten
- Teilen Sie selbst etwas Persönliches oder Überraschendes mit
- Schaffen Sie eine einladende Raumatmosphäre (Getränke, Musik beim Ankommen)

## **Herausforderung: "In großen Gruppen dauert es zu lange."**

### **Lösung:**

- Teilen Sie die Gruppe in Kleingruppen für den Hauptaustausch
- Beschränken Sie die Plenumsvorstellung auf Name plus einen prägnanten Satz
- Nutzen Sie das "Blitzlicht"-Format: Maximal 30 Sekunden pro Person
- Kombinieren Sie die Vorstellung mit einer Soziogramm-Übung im Raum

## **Erweiterungsmöglichkeiten**

### **Kreative Ergänzungen**

- Lassen Sie die Teilnehmenden ihre Antworten skizzieren oder visualisieren
- Ergänzen Sie die verbale Vorstellung durch eine Geste oder Bewegung
- Verbinden Sie die Vorstellungsrunde mit einem "menschlichen Bingo"
- Erstellen Sie eine Fotogalerie mit Kernaussagen der Teilnehmenden

### **Dokumentation und Nachhaltigkeit**

- Fotografieren Sie die Namensschilder mit den gewählten Karten
- Erstellen Sie ein "Gruppen-Mosaik" aus den Kernaussagen
- Bieten Sie die Möglichkeit, die Icebreaker-Fragen für spätere Teamrunden zu nutzen

- Verteilen Sie am Ende leere Karten, auf denen eigene Icebreaker-Fragen notiert werden können

## Erfolgs-Check



Eine gelungene Vorstellungsrunde mit den Icebreaker-Karten erkennen Sie an:

- Entspannteren Gesichtern und offenerer Körperhaltung nach der Runde
- Spontane Rückfragen und Anknüpfungspunkten zwischen den Teilnehmenden
- Lebhafteren Gesprächen in der ersten Pause
- Positiven Rückmeldungen zur Atmosphäre
- Erkennbaren "Aha-Momenten" während der Vorstellungen

---

*Die 60 Icebreaker-Karten sind mehr als nur ein Werkzeug für den Seminareinstieg – sie legen das Fundament für eine vertrauensvolle, offene und produktive Zusammenarbeit. Mit ihrer Hilfe verwandeln Sie eine oft standardisierte Vorstellungsrunde in einen inspirierenden Auftakt, der in Erinnerung bleibt und die Basis für tiefgehende Verbindungen schafft.*