

Gesichter merken



Folgende Wahrnehmungsübung lässt viele Variationsmöglichkeiten zu. Hier habe ich einige Vorschläge, wie man damit umgehen kann, je nachdem, welchen Wahrnehmungsbereich man bevorzugt trainieren möchte:

1. **Training des OG:** Die/der Trainer/in stellt aus den vorhandenen Teilen ein Gesichtsbild zusammen. Der oder die Trainingskandidat/in merkt sich das Bild. Das Bild wird zugedeckt und der oder die Trainingskandidat/in versucht es nachzubauen. Hierfür sollte man die Vorlage mehrfach kopieren, damit alle Teile doppelt und doppelte Gesichtsteile wie Ohren und Augen links- und rechtseitig vorhanden sind. Wenn man möchte, kann man aber auch unterschiedliche Augen- und Ohrenpaare kombinieren.
2. **Training der OS:** Der oder die Trainingskandidat/in soll sich die Reihenfolge merken, in der die einzelnen Teile zu einem Gesicht zusammengebaut werden und es in derselben Reihenfolge nachbauen. Oder: Die Teile werden nicht zu einem Gesicht, sondern als optische Serie gelegt, müssen memoriert und reproduziert werden.
3. **Training der OD:** Die/der Trainer/in baut ein Bild, das sich die zu trainierende Person merkt. Danach verändert die/der Trainer/in eine Kleinigkeit am Bild und die/der Trainingskandidat/in soll die Veränderung erkennen. Oder: Ein Bild wird konstruiert und soll genauso nachkonstruiert werden.
4. **Training der AD und des AG:** Die/der Trainer/in „diktiert“ ein Bild, das von der Trainingskandidatin oder dem Trainingskandidaten anhand der vorgegebenen Gesichtsteile gebaut werden soll. Anschließend soll diese/r die Bildbeschreibung verbal rekonstruieren.
5. **Training der AS:** „Bilddiktat“ mit den kopierten Gesichtsteilen. Im Anschluss soll die/der Trainingskandidat/in verbal rekonstruieren, was er/sie gebaut hat.







