

FÜNF RIECHÜBUNGEN

Nehmen Sie einen Satz Karten.

Schauen Sie sie noch nicht an.

Gehen Sie ein wenig an diesem Ort umher.

Sobald Ihnen danach ist:

Schauen Sie die erste Karte an - und folgen Sie den Anweisungen.

Sobald Sie diese Anweisungen befolgt haben, nehmen Sie die nächste Karte.

Wenn Sie alle fünf Anweisungen befolgt haben, legen Sie den Kartenstapel wieder dort ab, wo Sie ihn aufgenommen haben.

1. NAHAUFNAHME

Bleiben Sie hier stehen, an diesem Ort, an dem Sie gerade diese Karte lesen.

Versuchen Sie, sich sehr vorsichtig, langsam und umsichtig eine*r der anderen Teilnehmer*innen an dieser Übung anzunähern:

aber bleiben Sie sofort stehen, wenn Sie meinen, das Parfüm, den Körpergeruch, den Geruch von Accessoires, Kleidung oder Requisiten eine*r Teilnehmer*in zu riechen.

Verharren Sie an diesem Ort - solange wie Sie mögen und sich dabei wohlfühlen.

2. ABSTAND

Sie stehen nun eindeutig zu nahe bei eine*r anderen Teilnehmer*in:

versuchen Sie bitte, sich sehr vorsichtig, langsam, umsichtig wegzubewegen:

aber bleiben Sie sofort stehen, wenn Sie meinen, das Parfüm, den Körpergeruch, den Geruch von Accessoires, Kleidung oder Requisiten eine*r Teilnehmer*in nicht mehr riechen zu können.

Verharren Sie dann an diesem neuen Ort - solange wie Sie mögen und sich dabei wohlfühlen.

3. FANG!

Wir haben in diesem Raum einen bestimmten Gegenstand mit einem sehr starken Geruch versteckt.

Wir verraten Ihnen nicht, was es ist.

Finden Sie mit ihrem Geruchssinn diesen Gegenstand - und verraten Sie es einem unserer anwesenden Teammitglieder.

Nehmen Sie sich dafür soviel Zeit wie Sie mögen und solange Sie sich dabei wohlfühlen.

4.UNTERSCHIEDE

Dieser Ort hier hat ganz besondere Gerüche.

Was sind das für Gerüche?

Sie können dies vielleicht herausfinden, wenn Sie kurz nach draußen gehen, versuchen, sich ein Bild von den Gerüchen dort zu machen - und wieder hereinkommen.

Nehmen Sie sich dafür soviel Zeit wie Sie mögen und solange Sie sich dabei wohlfühlen.

5. GERUCHS-SELBST

Wie riechen Sie selbst?

Riechen Sie an wenigstens drei Stellen an Ihrem eigenen Körper, Ihrer Kleidung, Ihren Accessoires oder Requisiten.

Wie unterscheiden sich diese Gerüche, die Sie sind von den Gerüchen, die Sie ansonsten hier wahrnahmen?

Sie können eine*r anderen Teilnehmer*in von diesen Erkenntnissen nun erzählen.

Nehmen Sie sich dafür soviel Zeit wie Sie mögen und solange Sie sich dabei wohlfühlen.