



VORBEREITUNG

Überlegen Sie sich vorab einige Emotionen, die die Teilnehmenden darstellen sollen, wenn Sie „Einfrieren“ rufen.

ABLAUF

Die Teilnehmenden bewegen sich durch den Raum. Nach einiger Zeit ruft die Gruppenleitung: „Einfrieren!“ Die Teilnehmenden bleiben auf der Stelle stehen und müssen die Aufgabe der Gruppenleitung erfüllen. Die Gruppenleitung gibt nun eine Emotion vor, die die Teilnehmenden durch Gestik, Mimik und Bewegung zeigen sollen.

Beispiel: Zum Gefühl „Du bist verliebt“ gehen die Teilnehmenden beschwingt, lächelnd durch den Raum und sehen die anderen schwärmerisch an.

Haben alle Teilnehmenden die Aufgabe erfüllt, bewegen sich alle wieder normal durch den Raum bis zum nächsten „Einfrieren“ und zur nächsten Aufgabe.

Im Anschluss beschreiben die Teilnehmenden, wie sie sich bei den jeweiligen Aufgaben gefühlt haben: Was fiel ihnen leicht? Bei welcher Emotion hatten sie Schwierigkeiten? Wie haben sie die Stimmungen ausgedrückt?

Variante:

Zwei Teilnehmende verlassen vorher den Raum und kommen bei jedem „Einfrieren“ rein. Nun müssen sie erraten, welche Emotionen die anderen Teilnehmenden darstellen. In der anschließenden Reflexion erklären sie, was warum leichter oder schwieriger zu erraten war.

ZIEL

Die Teilnehmenden finden spielerisch einen Zugang zum Thema Emotionen. Sie erkennen, dass Menschen Gefühle unterschiedlich darstellen.

ARBEITSFORM

Gruppenarbeit Kleingruppe (3-7),
Gruppenarbeit mittlere Größe (7-16),
Gruppenarbeit Großgruppe (>16)

DAUER

15 Minuten

PHASE



EINSTIEG

MATERIAL

Kein Material nötig

ENTWICKLUNGSSTUFE



VORSCHULALTER



GRUNDSCHULALTER



JUGENDALTER