

OEFENINGEN VOOR GROEPEN

150 KORTE OEFENINGEN

THERAPIE - OPLEIDING - TRAINING

6 Unieke belevenis

Doelstelling: Groepscohesie, Kennismaken, Starten, Zelfexpressie

Proces: G / Ex / Mat0

Werkvorm: Speels, Verbaal

Groepsgrootte: maximaal 12

Tijdsduur: 30 minuten

Instructie

- De groepsleden zitten in een kring.
- De begeleider vraagt hun een eigen belevenis te bedenken waarvan zij denken dat deze uniek is. Dat wil zeggen dat zij verwachten dat (bijna) niemand van de groep dit beleefd heeft.
- Om de beurt vertellen alle groepsleden hun unieke belevenis.
- Korte nabespreking.