

OEFENINGEN VOOR GROEPEN

150 KORTE OEFENINGEN

THERAPIE - OPLEIDING - TRAINING

94 Mimisch doorgeven van een object

Doelstelling: Concentratie, Fantasie en creativiteit, Spontaniteit, Starten

Proces: G / Ex / Mat0

Werkvorm: Drama

Groepsgrootte: kan groter zijn dan 12

Tijdsduur: 10 à 15 minuten

Instructie

- De groepsleden gaan staan of zitten in een kring.
- Eén iemand begint en kneedt mimisch met zijn handen uit 'klei' een bekend of fantasievoorwerp. (Door als begeleider als eerste te beginnen, kan de bedoeling van de opdracht snel duidelijk worden.) Als de 'kneider' tevreden is over zijn vorm, geeft hij het voorwerp door aan zijn buurman. Deze neemt het voorwerp in ontvangst, betast de vorm ervan en laat zich hierdoor inspireren om tot een eigen vormgeving te komen.

Varianten

- Een variatie hierop is het geven en ontvangen van een cadeautje. Een groepslid begint met het creëren van een concreet of een fantasiecadeautje.
 - Vervolgens kiest hij iemand uit de groep aan wie hij het wil geven. (Het kan ook zo zijn dat eerst de persoon wordt uitgekozen en dat er vervolgens een bijpassend cadeautje wordt gemaakt.) De gever brengt het cadeautje naar de desbetreffende persoon toe en gaat weer terug naar zijn eigen plaats.
 - De ontvanger neemt het cadeautje aan en doet er iets mee (zomaar het eerste wat er in hem opkomt zonder er te veel over na te denken, bijvoorbeeld hij steekt de bloem achter zijn oor). Vervolgens vervaardigt hij een cadeautje voor iemand anders.
- Enigszins gestoeld op eenzelfde idee is de volgende oefening.
 - De groepsleden staan in een ruime kring.
 - Eén lid begint met het overgooien van een denkbeeldige bal naar een ander in de kring. Dit kan een klein licht balletje zijn of een grote zware, een grote luchtige strandbal of een keiharde hockeybal.
 - Degene die de bal vangt, vangt deze op een manier die past bij het type bal dat hij toegeworpen krijgt. Al spelend verandert de ontvanger de bal in zijn eigen type bal en gooit deze vervolgens weer naar een andere over.
 - Een mogelijk vervolg op deze variant is het fictief spelen van een bestaand balspel, zoals basketbal of volleybal. Uiteraard is hier een grote groepsruimte voor nodig.

Opmerking

Het geven en ontvangen van een cadeautje kan louter als opdracht gezien worden om de creativiteit en fantasie te stimuleren. Vanuit het oogpunt van interactie kan men er echter dieper op ingaan, zoals: wie gaf aan wie wat voor een cadeautje? Hoe was het om te geven en te ontvangen? Wie ontving er opmerkelijk veel, geen of weinig cadeautjes? Wat zegt dit over de positie in de groep?