

# OEFENINGEN VOOR GROEPEN

## 150 KORTE OEFENINGEN

THERAPIE - OPLEIDING - TRAINING

---

### 96 Wees een dier

**Doelstelling:** Fantasie en creativiteit, Inlevingsvermogen, Spontaniteit, Starten, Vitaliseren, Zelfexpressie

**Proces:** I / Ex / Mat0

**Werkvorm:** Drama, Speels

**Groepsgrootte:** kan groter zijn dan 12

**Tijdsduur:** 20 minuten

---

#### Instructie

- Iedereen neemt een dier in gedachten dat hij zou willen zijn en creëert ergens in de ruimte een plek voor zichzelf die de woning wordt van dit dier. Hij bouwt met materiaal uit de ruimte (tafels, stoelen, kussens, enzovoort) een woning die bij het dier past (een hol, een boomtak, een nest, een honingraat, enzovoort) en gaat erin zitten. Iedereen neemt vervolgens de gedaante aan van zijn gekozen dier.
- Langzaam komen alle dieren tevoorschijn gekropen en beginnen zich uit te rekken en te wassen.
- De begeleider stelt steeds korte vragen: hoe beweeg je je? wat voor eten lust je? wat zie je om je heen?, enzovoort.
- Vervolgens gaat iedereen op zoek naar eten en ontmoet elkaar.
- Tot slot nodigt de begeleider ieder dier uit om zichzelf voor te stellen aan de groep.

#### Opmerking

Deze oefening kan naar believen verlengd worden. De begeleider kan allerlei opdrachten geven, zoals:

- je zoekt een speelkameraadje en gaat met hem spelen;
- je ziet een vijand en raakt in gevecht.