

OEFENINGEN VOOR GROEPEN

150 KORTE OEFENINGEN

THERAPIE - OPLEIDING - TRAINING

41 De overgang van huis naar groep

Doelstelling: Afsluiten, Groepscohesie, Inlevingsvermogen, Starten, Vitaliseren

Proces: G / Ex / Mat0

Werkvorm: Drama, Speels

Groepsgrootte: maximaal 12

Tijdsduur: 15 minuten

Instructie

- (Voor een groep die 's morgens begint.) Iedereen beeldt tegelijkertijd uit wat hij gedaan heeft voordat hij in de groep kwam, zoals wakker worden, opstaan, ontbijten, hiernaartoe komen.
- De begeleider geeft hierbij de verschillende fasen aan.

Varianten

- Iets soortgelijks is ook mogelijk als afsluiting van een groepsbijeenkomst. Iedereen beeldt het afscheid uit, het naar huis gaan, hoe het is om thuis te komen, enzovoort. Dit kan de overgang tussen het in-de-groep-zijn en daarbuiten vergemakkelijken.
- In plaats van uitbeelden kan ook volstaan worden met alle gebeurtenissen alleen in de fantasie nog eens te laten beleven:
 - Je ligt nog in bed... Nu word je wakker. Gaat dat vanzelf? Of word je gewekt?... Wat vind je van deze nieuwe dag? Heb je zin of juist niet?
 - Eventueel kan de begeleider tussendoor vragen stellen, waar de groepsleden om de beurt een kort antwoord op geven.