

# OEFENINGEN VOOR GROEPEN

## 150 KORTE OEFENINGEN

THERAPIE - OPLEIDING - TRAINING

---

### 93 Spel improvisaties: transformeer jezelf van het een in het ander

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

**Proces:** G / Ex / Mat0

**Werkvorm:** Drama, Speels

**Groepsgrootte:** kan groter zijn dan 12

**Tijdsduur:** 5 à 10 minuten per opdracht

---

#### Instructie

- Het principe van deze oefening is dat de groepsleden proberen vorm te geven aan een opdracht door middel van spel, geluid en beweging.
- De begeleider noemt de korte spelopdrachten met een dusdanige tussentijd dat de vaart er een beetje in blijft en de groepsleden hun eerste impulsen moeten volgen. Verder is het van belang om de groepsleden uit te nodigen en aan te moedigen om de karakteristiek vooral te overdrijven, het spel groot te maken.
- Een aantal voorbeelden:
  - De groepsleden lopen door elkaar. De begeleider noemt achtereenvolgens een persoon met een bepaalde eigenschap: de geremde, de onzekere, de achterdochtige, de brutale, de lompe, de verfijnde, de hooghartige, de zorgelijke, de precieze, de optimistische, enzovoort.
  - De begeleider noemt achterelkaar een aantal beroepen: kelner, operazangeres, bokser, mannequin, zeeman, prostituee, politieagent, enzovoort.
  - De begeleider noemt een aantal dieren.