

Gruppenpädagogische und kommunikative Kompetenzen

3.5.1. Vor der Gruppe stehen – Körpersprache und Präsenz

Einleitung/ These

Ein Gespür für die eigene Körpersprache und Präsenz ist grundsätzlich hilfreich für die Anleitung von Gruppen, Gesprächsführung und Moderation. Diese Übungen lassen sich daher gut mit anderen im Modul 4 verknüpfen.

1. Vor der Gruppe stehen (Körpersprache + Präsenz)

Karten
Stifte

- Warming-up: Körperarbeit/ versch. Rollen ausdrücken
- Übung: zu zweit hintereinander: Körperhaltungen raten
- Zu zweit: Haltung entwickeln, wie ein guter Anleiter steht
- Vor der Gruppe Haltungen präsentieren, 3 Eigenschaften auf Karten schreiben

2. Gong einführen:

Gong

- Bei Gong freeze, Wahrnehmung der eigenen Haltung
- Assoziationen von allen: Was drückt diese Haltung aus?

3. Übung: Präsenz

Freier Raum

- Die Präsenzzustände 1-5 (total schlapp bis extrem angespannt) werden im Gehen ausprobiert.
- Eigener Gang: Private Eigenarten wahrnehmen, übertreiben
- Neutraler, aufrechter Gang wird geprobt (größtmögliche Entspannung bei aufrechter Haltung)
- jede/r präsentiert sich vor der Gruppe
- Im Kreis: alle stehen aufrecht

→ Auswertung

4. Fremdwahrnehmung: Wie wirke ich auf andere?

Neutralmasken

- Haltung mit Neutralmaske einnehmen, Gruppe assoziiert Eigenschaften

**Gruppenpädagogische und kommunikative
Kompetenzen**

**3.5.1. Vor der Gruppe stehen –
Körpersprache und Präsenz**

5. Stimm- Übungen

Freier Raum

- Spiel: 4 Leute gegenüber, dahinter 1 aus der anderen Gruppe, jede Gruppe versucht, ihrem Mitglied einen Satz zuzurufen, 1 Punkt pro Satz.
- 1 Satz sprechen: leise- lauter- schreien, in verschiedenen Gefühlen sagen.
- Zungenbrecher deutlich sprechen.

6. Sprech- Übungen

Gegenstände

- Werbung für die eigene Sache machen:
jede/r bekommt einen Gegenstand, abwechselnd als Marktschreier die Sache verkaufen oder als Kunstobjekt erklären.
- 1 min frei sprechen über ein Nonsense- Thema.