

EMOTIONS- WETTERBERICHT



Dauer: 10 min
Timing: Flexibel



Gruppengröße:
Flexibel

Lernziele:

- Gefühle erkennen, benennen und ausdrücken können
- Bedürfnisse wahrnehmen und formulieren
- Empathie entwickeln - auch für andere

Material:

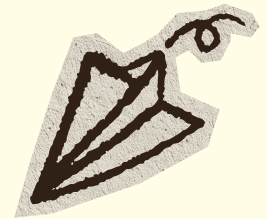
- keins nötig ;)
-
-

Durchführung

Zum Start oder Ende beschreibt jede Person die eigene Stimmung mit einem kurzen Wetterbild, zum Beispiel: sonnig, windig, bewölkt, wechselhaft, Gewitter, leichter Regen. Wer mag, ergänzt einen kurzen Satz dazu, etwa: „Ich bin heute etwas bewölkt, weil ich müde bin“ oder „Ich bin sonnig, weil ich mich aufs Training freue.“

Variation:

Statt Wetterbildern können auch Farben, Tiere oder Symbole genutzt werden.



Worauf ihr achten solltet:

Beiträge bleiben freiwillig und kurz. Niemand muss Gründe nennen, wenn er oder sie das nicht möchte.

