

KÖRPERHALTUNGEN



Bitte eine erwachsene Person, dich zu fotografieren, während du die Körperhaltung einnimmst, die den unten aufgeführten Haltungen und Emotionen entspricht. Du kannst auch raten lassen, welches Gefühl du nachahmst. Die Beschreibungen können dir dabei helfen.



Haltung des Selbstvertrauens: Kopf hoch, Schultern zurück, Hände in die Hüften, Füße leicht auseinander, den Leuten in die Augen schauen, lächeln.



Haltung der Wut: Geballte Fäuste, zusammengepresste Lippen. Zornesfalten im Bereich der Augenbrauen. Starrer Blick.



Haltung der Überraschung: Augen weit geöffnet, Augenbrauen hochgezogen, der Mund öffnet sich.



Haltung der Freude: Lächeln mit offenem Mund, was zu kleinen Falten in den Augenwinkeln führt. Die Wangenknochen heben sich. Deine Arme können sich nach oben bewegen.



Angsthaltung: Augenbrauen hochgezogen und zusammengezogen, Augenlider hochgezogen, Lippen nach innen geschürzt.



Ekelhaltung: Nase gerümpft, Unterlippe nach unten.



Haltung der Traurigkeit: Die Augenlider hängen herab, der Blick ist leer und abwesend. Die Mundwinkel fallen nach unten.

Für die erste Stufe die Sprache anpassen und nur ein paar Gefühle (Freude, Traurigkeit, Wut, Angst) nennen.