



Minibörse -

Ideen für die Ministrantinnen- und Ministrantenpastoral

Weiterführendes Material zu **Heft 3/2017**

zu **Gruppe III**



Fragebogen

Körperhaltungen

1. Meine Körperhaltung war:



2. So geht es mir nach diesen drei Minuten:

	gar nicht	ein bisschen	mittel	ziemlich	sehr
Ich bin entspannt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin verkrampft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe Schmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin konzentriert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin müde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich bin verwirrt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich habe etwas gelernt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. In mir hat die Haltung etwas ausgelöst, nämlich ...

4. Diese Haltung ist praktisch, wenn ...

5. Am liebsten möchte ich in dieser Haltung sein, wenn ...

6. Um besonders gut in dieser Haltung sein zu können, brauche ich ...

7. Im Alltag nehme ich diese Haltung ein, wenn ...

8. Niemals werde ich diese Haltung einnehmen, wenn ...

9. Wenn andere mich so sehen denken sie, dass ...

10. Mir ist klargeworden, dass ...



Trimory

Körperhaltungen



Gehen



Stehen



Sitzen



Knien



Liegen



Ich möchte
ein Ziel
erreichen.



Ich möchte
gut sehen
oder hören.



Ich möchte
Rast machen
oder in Ruhe
beobachten.



Ich möchte
jemandem
zeigen, wie
sehr ich ihn
liebe.



Ich möchte
mich
ausruhen.



Ich bin
unterwegs
zu Gott.



**Ich bin
bereit für
Gott.**



**Ich höre
auf Gott.**



**Ich mache
mich klein
vor Gott.**



**Ich brauche
Hilfe von
Gott.**

