

abweisend	fragend	plappernd
aggressiv	fröhlich	polternd
albern	frustriert	provozierend
angeberisch	gefährlich	quirlig
angeekelt	gelangweilt	rechthaberisch
angespannt	gemütlich	ruhig
ängstlich	genervt	sachlich
ärgerlich	gereizt	sanft
aufdringlich	gerührt	säuselnd
aufgekratzt	gespannt	schluchzend
aufgeregt	gestresst	schnippisch
bedrückt	glücklich	schockiert
befremdlich	grinsend	schüchtern
begeistert	hastig	schwungvoll
beharrlich	hoffnungsvoll	sehnsuchtsvoll
bekommen	höflich	siegend
belehrend	holprig	skeptisch
beleidigt	interessiert	spöttisch
belustigt	ironisch	spröde
bemüht	irritiert	sprudelnd
beruhigend	jubilend	stockend
besorgt	keuchend	strahlend
bestimmt	kichernd	streitlustig
bestürzt	kleinlaut	streng
bitter	konfus	träge
böse	kraftvoll	traurig
boshaft	kratzbürstig	trozig
distanziert	kühl	überfordert
distanzlos	lächelnd	überrascht
drohend	lachend	überschwänglich
düster	lässig	unbeteiligt
ehrfürchtig	lieb	ungeduldig
eifrig	liebevoll	unruhig
einfühlsam	lustig	unsicher
empört	lustlos	verbissen
engagiert	misstrauisch	verlegen
enthusiastisch	motivierend	verliebt
entrüstet	motiviert	verträumt
entschlossen	müde	verwundert
entsetzt	mutig	verzweifelt
enttäuscht	nachdenklich	voller Taten-
ergriffen	neckend	drang
erleichtert	nervös	vorsichtig
ernst	neugierig	weinend
erschrocken	nieder-	widerwillig
erschüttert	geschlagen	wütend
erstaunt	nüchtern	zerbrechlich
euphorisch	optimistisch	zischend
fasziniert	panisch	zögerlich
forsch	pessimistisch	zornig



Konfus, kraftvoll, kratzbürstig? Oder zischend, zögerlich, zornig?

Stimmungen

Stimmungen

Mit Stimmungen sind Adjektive gemeint, die eine innere Haltung beschreiben. Sie helfen euch, euer Sprechen und Spielen abwechslungsreicher und interessanter zu gestalten. Sie bieten vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten, denn die Liste der möglichen Stimmungen ist lang. Und es ist möglich, sie zu kombinieren. Denkt euch auch weitere aus. Hört hin, wenn andere spielen und sprechen, wie wirkt das auf euch? Schreibt die Begriffe auf Karteikarten und macht eure eigene Sammlung.

Auf der Karte → Stimmungswechsel findet ihr ein Beispiel, wie ihr Stimmungen nutzen könnt.

So könnt ihr diese Karte nutzen

1. Ihr wollt einen Text sprechen oder eine Szene spielen und braucht Ideen, wie ihr sie gestaltet? Sucht dafür vorab Stimmungen aus und schreibt sie jeweils auf eine Karteikarte oder ihr kopiert die Vorderseite dieser Karte für alle.

- Eine große Auswahl an Stimmungen kann ein vielfältiger und inspirierender Ideenschatz sein.
- Wenn ihr es einfach halten wollt, nehmt nur wenige und leicht verständliche Stimmungen, zum Beispiel fröhlich, wütend oder müde.
- Ihr könnt auch Gesichter malen, statt die Begriffe aufzuschreiben.

2. Die Karten könnt ihr an einer Seite des Raums auf den Boden legen oder als Inspiration bei einem Raumlaf auf dem Boden verteilen. Steht ihr im Kreis, könnt ihr sie auch kreisförmig in die Mitte legen. Nutzt ihr Kopien, nehmt sie in die Hand.

3. Die beschriebenen Karten dienen euch als Inspiration. Wenn euch während der Probe andere Stimmungen einfallen, könnt ihr diese natürlich auch verwenden.