

4.3.3 Luftballons der Gefühle



Ziel

Dies ist lebhaftes Spiel, in dem die Geschwister herumlaufen und über ihre Gefühle und die Situation zuhause sprechen können.



Dazu braucht man

- einen Luftballon pro Kind
- Klebe-Etiketten, die zuvor mit unterschiedlichen Gefühlen beschriftet wurden, wie z. B.: wütend, glücklich, traurig, stolz, neidisch, einsam, aufgeregt, ängstlich, erfolgreich
- Musik
- viel Platz



Ablauf

Beginnen Sie die Aktivität, indem Sie die Kinder fragen, ob sie auch der Meinung sind, dass wir alle unterschiedliche Gefühle zu unterschiedlichen Zeiten haben.

Bitten Sie die Kinder, einige der Gefühle zu nennen, die sie gegenüber ihrem Bruder oder ihrer Schwester haben. Fragen Sie nach schönen Gefühlen und nach nicht so schönen Gefühlen. Sagen Sie den Kindern, dass diese Gefühle normal sind und alle Brüder und Schwestern sich in ähnlichen Situationen auch so gefühlt haben.

Bitten Sie nun die Kinder, sich einen Ballon mit einem Etikett zu nehmen und sich in der Mitte des Raums zu verteilen.

Nun sollen sich die Kinder zur Musik bewegen und gemeinsam versuchen, die Ballons in der Luft zu halten.

Wenn die Musik stoppt, muss jedes Kind einen Ballon fangen und in den Händen halten. Dann bitten Sie ein Kind, das Gefühl auf seinem Ballon zu lesen und ein wenig darüber nachzudenken, in welcher Situation es sich so fühlt.

Zum Beispiel: „Ich war glücklich, als ich Geburtstag hatte“
oder „Ich war traurig, als mein Bruder/meine Schwester im Krankenhaus war.“

Stellen Sie die Musik wieder an und wiederholen Sie diesen Ablauf, bis jedes Kind einmal an der Reihe war.