



4.3.4 Gefühlspantomime



Ziel

Dies ist eine Aktivität zur Erforschung der Gefühle.



Dazu braucht man

- etwas Platz



Ablauf

Rufen Sie den Kindern ein Gefühl zu.

Die Kinder sollen nun auf eine Weise durch den Raum gehen, die dieses Gefühl zum Ausdruck bringt.

Nach einer angemessenen Pause rufen Sie ein anderes Gefühl.

Beginnen Sie mit grundlegenden Gefühlen wie glücklich, wütend, stolz, traurig.

Nach einer Aufwärmphase können Sie Gefühle nennen, die den Kindern weniger geläufig sind, z. B. beschämt, hilflos, bloßgestellt (je nach Alter der Gruppe).

Um eine differenziertere Wahrnehmung der Gefühle zu erreichen, können Sie den Kindern auch anbieten, sich gemeinsam über bestimmte Gefühle in bestimmten Situationen auszutauschen.