







Gefühle-Quartett

Gefühle konstruktiv zu leben ist eine große Herausforderung, mit der wir Erwachsene aber auch Kinder immer wieder konfrontiert werden. Im Vorschulalter werden wesentliche Teile der Persönlichkeit und der sozialen Kompetenzen entwickelt. Das Erlernen von emotionalen und sozialen Fähigkeiten ist daher besonders für Kinder dieses Alters eine wichtige Herausforderung. Nach dem Motto „Alle Gefühle sind o.k.“ sollen Kinder lernen, ihre eigenen Gefühle wahrzunehmen und verantwortungsvoll mit diesen umzugehen.

Für das Gefühle-Quartett wurden einige so genannte Grundgefühle – Traurigkeit, Glück, Angst, Mut, Wut und Zufriedenheit – ausgewählt, die dazu anregen sollen, sich mit der bunten Vielfalt an Gefühlen zu beschäftigen. Das Spiel besteht aus sechs Quartetten. Die vier Karten eines Quartetts mit gleichfarbigem Rand setzen sich aus zwei unterschiedlichen Motiven zusammen, somit kann das Quartett auch als Memory für die jüngere Altersgruppe verwendet werden.

1

Ziel des Quartetts ist es, Gefühle differenziert bei sich und anderen wahrnehmen, unterschiedliche Gefühle benennen und Gefühle anderer verstehen zu können. Die angeführten Spiele bieten verschiedene Möglichkeiten, sich mit dem Thema „Gefühle“ auseinander zu setzen. Im Vorfeld aller Spiele sollten die Karten mit den Kindern betrachtet und besprochen werden.

Gefühle-Quartett

Bevor die Karten gemischt werden, sollen die Kinder die einzelnen Karten und die verschiedenen darauf dargestellten Gefühle in Ruhe betrachten. Nach dem Mischen werden alle Karten ausgeteilt. Ein Kind beginnt und fragt ein anderes Kind nach einer bestimmten Karte (z.B. Hast du ein zufriedenes Kind), die es für die Bildung eines Quartettes braucht. Falls das gefragte Kind diese Karte hat, muss es sie abgeben. Das Kind darf solange weiterfragen, bis jemand eine gesuchte Karte nicht besitzt. Nun ist dieses Kind an der Reihe mit Fragen. Wer ein Quartett hat, legt es auf den Tisch. Gewonnen hat das Kind mit den meisten Quartetten.

2

Memory

Da jedes Quartett aus zwei gleichen Karten besteht, können insbesondere jüngere Kinder damit auch Memory spielen. Die Kinder sollen dazu zuerst in aller Ruhe die Bilder genau betrachten. Danach wird gemischt und nach bekannten Regeln Memory gespielt.

Gefühlspantomime

Die Kinder setzen sich in einen Kreis. Ein Kind zieht eine Karte, die von den anderen Kindern nicht gesehen werden darf. Es betrachtet seine Karte in Ruhe und stellt nun das darauf abgebildete Gefühl pantomimisch dar. Die anderen Kinder müssen erraten, um welches Gefühl es sich handelt. Wer es als erstes erkennt, darf die nächste Karte ziehen.

Gefühlsgeschichten

Die Kinder setzen sich in einen Kreis und jedes Kind sucht sich eine Karte aus. Die Kinder betrachten diese in Ruhe und versuchen nun die Geschichte des Kindes auf ihrer Karte den anderen Kindern zu erzählen.

3

Theaterstück

Es werden Gruppen zu je zwei oder drei Kindern gebildet, die jeweils eine Karte ziehen und anschließend der Gruppe eine Szene rund um das auf der Karte dargestellte Gefühl vorspielen. Die anderen Kinder müssen erraten, welches Gefühl die Kinder darstellen.

So fühl ich mich

Die Kinder setzen sich in einen Kreis, die Karten werden offen in der Mitte aufgelegt. Jedes Kind sucht sich eine Karte aus. Die Betreuungsperson fragt nach, ob ein Kind seine Karte zeigen und erzählen will, warum es sich diese ausgesucht hat. Wichtig ist, dass kein Kind dazu gedrängt werden darf.

Foto-Collage

Die Kinder machen von ihrem ganzen Körper möglichst große Fotos, auf denen sie unterschiedliche Gefühle darstellen. Die Fotos werden dann jeweils in vier Teile zerschnitten: Kopf, Brustbereich, Bauch und Beine. Nun können die Kinder mit den Bildteilen unterschiedliche Collagen gestalten oder versuchen die vier Teile eines Kindes richtig zusammenzustellen.

4

Jedes Kind ist wie eine Blume: „Es braucht viel Wärme, viel Licht, viel Vertrauen und viel Zeit, um aufzublühen. Wir Erwachsenen sind wie Gärtner: Wir hegen und pflegen die Knospen, bis sie zur Entfaltung kommen. Was für eine wunderbare Aufgabe, die uns der Schöpfer da übertragen hat!“

Hermann Gmeiner
Gründer der SOS-Kinderdörfer

5

