Übung 2

Fröhlich, traurig, aufgeregt – und was fühlst du?

Jeder von uns ist mal besser und mal schlechter gelaunt – so ergeht es auch den Kindern. Ob ausgelassen, traurig oder wütend: Kinder erleben über den Tag hinweg ganz unterschiedliche Gefühle. Diese Übung soll den Kindern helfen, über ihre Gefühle zu sprechen, diese benennen sowie bei sich und anderen erkennen zu können. Welche Gefühle gibt es? Wie äußern sie sich? Muss man sich dafür schämen? Was kann man bei bestimmten Gefühlen unternehmen? Und wie kann man auch mit unangenehmen Gefühlen gut umgehen? Viele Verhaltensweisen werden eher Mädchen und andere Jungen zugeschrieben. Die Übung soll verdeutlichen, dass jedes Kind alle Gefühle zeigen kann – unabhängig des Geschlechts.

Ziele der Übung

- verschiedene Gefühle wahrnehmen und diese benennen können
- Stärkung der eigenen Identität, sich aber auch in Achtsamkeit und Respekt gegenüber anderen üben
- den Kindern zeigen, dass alle Gefühle erlaubt sind

Material

- ein Plüschtier

Vorbereitung

- Überlegen Sie sich für das Plüschtier eine kleine Biografie. Geben Sie dem Plüschtier einen Namen und Hobbys. Wichtig ist dabei, dass die Biografie an die aktuelle Lebenssituation der Kinder anknüpft. Einmal erzählt, sollte sie nicht mehr geändert werden.

Schritt 1

Dauer: 10 – 15 Minuten

- Bilden Sie mit den Kindern einen Sitzkreis auf dem Boden, am besten auf einem Teppich oder vielen Decken.
- Mit diesen Fragen können Sie in das Thema Gefühle mit den Kindern einsteigen:
  - Wie geht es euch gerade? Seid ihr gut gelaunt? Seid ihr wütend? Seid ihr traurig? Was macht euch fröhlich? Was macht euch traurig?
- Sammeln Sie die Antworten und erklären Sie den Kindern, dass wir alle ganz viele und unterschiedliche Gefühle an einem Tag haben: Mal sind wir fröhlich, mal ängstlich, mal aufgeregt, mal wütend, mal traurig …

Schritt 2

Dauer: 10 – 15 Minuten

- Nachdem die Kinder über Gefühle gesprochen und diese aufgezählt haben, probieren Sie verschiedene Gefühle gemeinsam mit den Kindern aus.
  - Lachen Sie herzhaft zusammen, jammern Sie, schreien Sie laut und wütend mit den Kindern und springen Sie gemeinsam fröhlich singend durch den Raum.

Tipp!

Die Kinder können selbst Gefühle benennen, die man gemeinsam in der Gruppe nachspielen kann. Alle Gefühle sind dabei erlaubt. Am Ende des Spiels werden sie dann gemeinsam wieder „abgeschüttelt".



Schritt 3

Dauer: 10 – 15 Minuten

- Nun kommt das Plüschtier mit in den Sitzkreis. Sinn des Plüschtiers ist es, mithilfe einer kleinen Geschichte die Kinder zum Mitdenken, Argumentieren und zum Formulieren von Handlungsstrategien zu bringen. Die Geschichten, die das Tier erzählt, können dabei variieren. Wie eingangs erwähnt, bleibt die Biografie des Plüschtiers aber immer gleich.
- Setzen Sie sich das Plüschtier auf den Schoß und stellen es den Kindern vor. Dabei sagt Ihnen das Plüschtier immer etwas ins Ohr, als wenn es flüstern würde.
- Sie erzählen den Kindern, was das Plüschtier Ihnen gesagt hat (wie zuvor in der Biografie überlegt), zum Beispiel: „Das ist Fritz. Fritz ist 5 Jahre alt und geht in die Kita Kunterbunt. Sein bester Freund heißt Sergej. Fritz ist heute bei uns zu Besuch."
- Im Anschluss geht Fritz durch den Kreis und sagt jedem Kind persönlich Hallo.

Schritt 4

Dauer: 20 Minuten

- Nun erzählen Sie durch Fritz von einer Situation aus seinem Leben, in der es um Gefühle geht. Zum Beispiel: „Fritz spielt gerne mit seinem besten Freund Sergej mit einer großen Burg aus Pappe. Aber gestern hat ein anderes Kind aus der Kita aus Versehen seinen Ball direkt auf die Burg geworfen. Die Burg fiel zusammen und war kaputt. Daraufhin musste Sergej weinen. Fritz möchte Sergej gerne trösten, aber weiß nicht genau, wie."
- Fragen Sie die Kinder anschließend:
  - Woran erkennt Fritz, dass sein Freund Sergej traurig ist?
  - Ist es okay, dass Sergej weint?
  - Und woran erkennt ihr, ob andere Kinder zum Beispiel traurig oder wütend sind?
- Finden Sie gemeinsam mit den Kindern Lösungsansätze, wie Fritz seinem Freund Sergej helfen kann.
  - Was könnte Fritz machen, damit es seinem Freund Sergej wieder gut geht?
  - Habt ihr schon mal anderen Kindern geholfen, wenn sie geweint haben? Und wenn ja, wie?

WICHTIG!

Die Übung verdeutlicht, dass auch negative Gefühle okay sind und jeder einmal traurig sein und weinen kann – egal welches Geschlecht man hat oder ob man groß, klein, alt oder jung ist.

Methoden für die Kitapraxis

Deutsches Kinderhilfswerk



Vielfalt in der Kita

Praxismethoden zu den Themen Vielfalt von Familien und Gefühle

Dieses Begleitmaterial zu der Pixi-Buchreihe des Deutschen Kinderhilfswerkes unterstützt Fachkräfte bei der Auseinandersetzung mit den Kinderrechten, insbesondere mit den Themen Inklusion und Vielfalt in ihrer Einrichtung. Dazu werden zwei Methoden für den Kita-Alltag vorgestellt: Die erste Praxisübung thematisiert Vielfalt von Familien und soll die Offenheit der Kinder für ganz unterschiedliche Familienmodelle fördern. Die zweite Übung beschäftigt sich mit Gefühlen: Welche Gefühle gibt es und wie äußern sie sich? Und wie erkennt man Gefühle von anderen? Die Übung soll dabei helfen, dass Kinder achtsam und respektvoll miteinander umgehen. Das Begleitmaterial richtet sich an pädagogische Fachkräfte und kann mit Kindern ab drei Jahren genutzt werden. Es ist angelehnt an die Pixi-Bücher, kann als Materialpaket über die Zeit gesammelt und in den Kindertageseinrichtungen alltagsnah eingesetzt werden.

Vielfalt von Familien

Familie ist gleich Mutter, Vater, Kind? Heute sehen Familien oft ganz anders aus: Patchwork-Familien mit Halb- und Stiefgeschwistern, alleinerziehende Väter oder zwei Frauen, die gemeinsam ein Kind großziehen.
Die erste Übung sensibilisiert die Kinder, für vielfältige und ganz unterschiedliche Familienentwürfe. Hierbei können sich die Kinder mit Offenheit und wertschätzender Neugier begegnen.
Zusätzlich geht es in der Übung darum zu entdecken, was alle Familien – trotz ihrer Unterschiede – gemeinsam haben.

Gefühle zeigen

Gefühle wahrnehmen, Gefühle äußern und mit ihnen umgehen können – während der Kindheit und Jugend entwickeln sich diese Fähigkeiten, die als „emotionale Intelligenz" bezeichnet werden. Die zweite Übung regt Kinder dazu an, über Gefühle zu sprechen, verschiedene Gefühle zu benennen und den Umgang mit Gefühlen bei sich und anderen zu thematisieren. Auch stereotype Verhaltensmuster („Jungs weinen nicht") werden hinterfragt. Mit der Übung können die Kinder in ihrer eigenen Identität gestärkt werden, sich aber auch in Achtsamkeit und Respekt gegenüber anderen üben.

Vielfalt in der Kita

Schon früh beginnen Kinder sogenannte Vor-Vorurteile zu bilden. Diese werden durch ihre Bezugspersonen geprägt, aber auch durch Bücher, digitale Medien oder Spielsachen. Schon in der Kita kommen gesellschaftliche Bewertungskriterien wie zum Beispiel Geschlecht, Hautfarbe, körperliche Behinderung oder sozialer Status der Familie zum Tragen. Für das Deutsche Kinderhilfswerk stellt eine Auseinandersetzung mit diesen Themen daher einen zentralen Bestandteil frühkindlicher Bildung dar. Das vorliegende Begleitmaterial dient als Anregung, mit Kindern in der Gruppe Vielfalt als bereichernd und wertvoll für das gemeinsame Miteinander zu erleben.

Übung 1

Familie: Wer gehört bei dir dazu?

Die Familie ist die erste und wichtigste Lebensgemeinschaft. Hier erfahren Kinder Geborgenheit, Liebe, Verständnis und Unterstützung. Familien können ganz unterschiedlich aussehen: Es gibt alleinerziehende Eltern, Patchwork-Familien, Großfamilien, mehrsprachige Familien, gleichgeschlechtliche Eltern oder Kinder, die bei Pflegeeltern aufwachsen. Ziel der ersten Übung ist, Kindern näherzubringen, dass jede Familienkonstellation in Ordnung ist. Die Kinder können sich bei dieser Übung ein Bild von ihrer eigenen Familie und den Familien der anderen Kinder machen und verschiedene Familienentwürfe kennenlernen. Zusätzlich geht es in der Übung darum zu entdecken, was alle Familien vereint und was sie gemeinsam haben.



Ziele der Übung

- sich über verschiedene Familienkonstellationen austauschen und sich mit Offenheit und wertschätzender Neugier begegnen
- verstehen, dass es viele unterschiedliche Familienmodelle gibt und dass jede Familie etwas Besonderes ist
- entdecken, was Familie ausmacht

Material

- DIN-A4- oder DIN-A3-Papier/ -Bastelkarton
- bunte kleine Papierstücke
- verschiedenfarbige Wolle
- Filzstifte, Wachsmalstifte, Buntstifte, Stifte in verschiedenen Hautfarben
- Kleber
- Scheren

Schritt 1

Dauer: 10 – 15 Minuten

- Bilden Sie mit den Kindern einen Sitzkreis auf dem Boden, am besten auf einem Teppich, auf Kissen oder vielen Decken.
- Stellen Sie den Kindern folgende Fragen, um gemeinsam eine Vorstellung von Familie zu bekommen:
  - Was ist eine Familie?
  - Was macht ihr zusammen mit eurer Familie? Spielen, vorlesen, essen, kuscheln …
  - Wer gehört zu eurer Familie dazu? Mama? Papa? Großeltern? Hund?
  - Mit wem spielst du gern zu Hause? Wer kocht in deiner Familie am liebsten? Wer holt dich von der Kita ab?

Schritt 2

Dauer: 30 – 40 Minuten

- Alle Kinder setzen sich nun an einen großen Tisch und haben die Aufgabe, ihre eigene Familie zu basteln.
- Jedes Kind bekommt dafür ein Blatt Papier oder Bastelkarton und kann sich eigenständig an den Bastelmaterialien bedienen.
  - Aus der bunten Wolle können zum Beispiel Haare gebastelt und aufgeklebt werden.
  - Um die Familien anzumalen, können die Kinder auch die Stifte in verschiedenen Hautfarben benutzen.
  - Mit den farbigen Papierstücken können Kleidungsstücke für die Familienmitglieder angefertigt werden.

Tipp

Die Kinder dürfen selbst entscheiden, wer alles zu ihrer Familie gehört. Die Methode ist nicht als Wettbewerb gedacht, wer die größte Familie hat. Es ist vollkommen okay, wenn ein Kind zum Beispiel ausschließlich ein Eltern- oder Großelternteil und sonst keine weiteren Personen aufmalt/bastelt.

Schritt 3

Dauer: 15 – 20 Minuten

- Alle Kinder kommen wieder in einem Sitzkreis zusammen.
- Die Kinder können nacheinander ihre fertigen selbstgebastelten Familienbilder vorstellen. Sie können dabei etwas von ihrer Familie erzählen. Warum gehört der Opa zum Beispiel dazu und spielt er oft mit? Was macht die Nachbarin so besonders, dass sie auch zur Familie gehört?
- Es wird sich herausstellen, dass alle Familien unterschiedlich sind. Ziel der Übung ist es, gemeinsam zu erkennen, dass jede Familie etwas Besonderes und in Ordnung ist, so wie sie ist.
- Versuchen Sie zum Abschluss gemeinsam mit den Kindern noch einmal zusammenzufassen, was in jeder Familie gleich ist und was eine Familie – trotz aller Unterschiede – ausmacht. Zum Beispiel: Liebe, Geborgenheit, zusammen essen, gemeinsame Unternehmungen oder sich gegenseitig zu helfen.

WICHTIG!

Die Kinder sehen, dass Familien ganz unterschiedlich sein können und viele Kinder ganz andere Familienkonstellationen als sie selbst haben. Es darf kein Kind wegen einer „untypischen" Familienform gehänselt werden. Vielmehr sollte die Einzigartigkeit jeder Familie als bereichernd für ein Miteinander in Vielfalt herausgestellt werden.

Methoden für die Kitapraxis

Die Pixi-Buchreihe

Die Pixi-Buchreihe des Deutschen Kinderhilfswerkes richtet sich an Kinder von drei bis sechs Jahren und verfolgt neben der inhaltlichen Aufklärung zu den Kinderrechten auch einen inklusiven Ansatz.

Die Unterschiedlichkeit der Menschen wird als Bereicherung verstanden. Inklusion im Hinblick auf die Vielfalt unterschiedlicher Menschen hat zum Ziel, dass alle Menschen sich wertgeschätzt, positiv repräsentiert und handlungsfähig fühlen. Die Figuren in den Büchern, die Zeichnungen und die verwendete Sprache sind bewusst so gewählt, dass sich die real existierende Vielfalt in der Gesellschaft – und eben auch in den meisten Kitas – in den Geschichten widerspiegelt.

Bisher erschienen:









Das Deutsche Kinderhilfswerk und die Kinderrechte

Kinder haben besondere Bedürfnisse in Bezug auf ihre Förderung, ihren Schutz, ihre Mitbestimmung und ihre Entwicklung. Mit den Kinderrechten der UN-Kinderrechtskonvention existiert ein wichtiges und besonderes Dokument mit dem Ziel, ihnen ein Aufwachsen ganz nach ihren individuellen Bedürfnissen zu ermöglichen. Das Deutsche Kinderhilfswerk stärkt und sensibilisiert Kinder in Bezug auf ihre Rechte. Weitere Informationen zu Kinderrechten in der Kita gibt es unter **www.kinderrechte.de/kita.** Materialien für die Arbeit mit Kindern finden Sie unter **www.kinderrechte.de/kinderrechtekoffer.**

IMPRESSUM

Herausgeber:
Deutsches Kinderhilfswerk e.V.
Methodenentwicklung:
Stefanie Gollmer
Text:
Frederike Borchert, Stefanie Gollmer
Redaktion:
Elisa Bönisch, Frederike Borchert, Daniela Feldkamp
Illustrationen:
Dorothea Tust, © 2017 Carlsen Verlag GmbH
Layout:
Gabi Lattke
Druck:
WIRmachenDRUCK, Recyclingpapier

3. Auflage 2024

© Deutsches Kinderhilfswerk e.V.



Deutsches Kinderhilfswerk e. V.

Leipziger Straße 116-118
10117 Berlin
Fon: +49 30 308693-0
Fax: +49 30 308693-93
E-Mail: dkhw@dkhw.de
www.dkhw.de

Gefördert vom

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie leben!