

**C Mit den eigenen und den Gefühlen anderer umgehen****Besuch auf dem Bauernhof**

<b>Absicht:</b>	das eigene Körpergefühl sensibilisieren
<b>Altersgruppe:</b>	ab 4.Klasse
<b>Anzahl:</b>	bis zu Klassenstärke
<b>Zeitraumen:</b>	20 Minuten pro Vierergruppe
<b>Vorbereitung/Material:</b>	Arbeitsblätter kopieren
<b>Voraussetzung:</b>	vertrauensvoller Umgang in der Gruppe, Erfahrungen mit körperlichen Berührungen

**Übungsablauf:**

Die Kinder finden sich zu dritt zusammen. Ein Kind entwickelt aus den Clustern (s. AB) eine kleine Geschichte und trägt diese innerhalb der Kleingruppe vor. Ein Gruppenmitglied malt die Geschichte auf dem Rücken des dritten Kindes nach. Dann wird gewechselt. Die Kinder dürfen Berührungen, welche ihnen nicht angenehm sind, äußern und ablehnen.

**Mögliche Berührungen:**

Bäuerin ...	mit den Fingerspitzen Umriss einer Gestalt malen
begrüßen ...	großflächiges, leichtes Reiben mit den Handflächen
Blumen ...	mit den Fingerspitzen Blumen malen
Hühner picken ...	leicht mit den Fingerspitzen klopfen etc.

**Auswertung:**

Welche Gefühle waren dir angenehm?

Welche Gefühle waren dir unangenehm? Konntest du zu unangenehmen Gefühlen „Nein!“ sagen? Hat deine Partnerin / dein Partner darauf reagiert?

**Anmerkung:**

Die Kinder sollten vor Beginn der Übung darauf hingewiesen werden, dass nur angenehme Berührungen erlaubt sind.

**Fundort/Idee:**

In Anlehnung an H. Bergmann: Entspannung im Schulalltag, Berlin 1998