

C Mit den eigenen und den Gefühlen anderer umgehen

Gefühle in Bewegung

Absicht:	Gefühle bei anderen wahrnehmen, Gefühle am Gesichtsausdruck und an der Körperhaltung erkennen, auch die Gefühle anderer achten
Altersgruppe:	ab 1. Klasse
Anzahl:	ganze Klasse
Zeitraumen:	30 Minuten
Voraussetzung:	Übung „Alle Menschen haben Gefühle“
Vorbereitung/Material:	-/-

Übungsverlauf:

Die Klasse wird in zwei Gruppen aufgeteilt. Die Kinder der Gruppe A sind Fremdbeobachter und setzen sich an den Rand. Die Kinder der Gruppe B sind Selbstbeobachter. Sie gehen kreuz und quer durch den Raum. Die Gruppenleiterin sagt den B-Kindern: Stell dir vor, du hast Angst. Gehe ängstlich durch den Raum. Die A-Kinder beobachten die B-Kinder und versuchen festzustellen, ob sie an deren Mimik und Körperhaltung erkennen können, dass sie ängstlich sind. Sie beobachten, was sich verändert, wenn die Gruppenleiterin den B-Kindern den Auftrag erteilt, wütend, freudig/glücklich, überrascht, angeekelt, traurig durch den Raum zu gehen.

Die B-Kinder versuchen zu erspüren, wie sich ihre Mimik und ihre Körperhaltung verändern, je nach dem, wie sie sich gerade fühlen.

Nachdem die B-Kinder die sechs Grundgefühle dargestellt haben, finden sich jeweils ein A- und ein B-Kind zusammen und sprechen über ihre Beobachtungen.

Anschließend (oder in der nächsten Stunde) wechseln die A- und B-Kinder ihre Gruppen, so dass jedes einmal Fremd- und einmal Selbstbeobachter war.

Anmerkung:

Obwohl die Gruppenleiterin die Gruppe anspricht, benutzt sie die Du-Form. Dadurch fühlt sich jedes einzelne Kind direkter angesprochen.

In der 1. Klasse muss die Übung evtl. in verkürzter Form durchgeführt werden.

Auswertung:

Warum war es schwierig (leicht) dir vorzustellen, du seiest ängstlich?

Hast du Unterschiede in deiner Körperhaltung bemerkt, welche?

Warum war es schwierig (leicht) zu erkennen, dass die anderen Kinder ängstlich waren?

Fundort/Idee:

M. Wichniarz