



Leseprobe aus Boos und Schmidt, Mut - Starke Gefühle erleben, ISBN 978-3-407-72758-9
© 2017 Beltz Nikolo in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-72758-9>

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER ...

Kitas sind Orte der Begegnung und zugleich Erfahrungsräume. Sie ermöglichen Kindern, in der Auseinandersetzung mit sich und anderen ihre Potenziale zu entfalten: Kreativität und Fantasie zu entwickeln, Erfahrungen und Wissen zu sammeln, Vorlieben und Abneigungen zu entdecken – sich Weltwissen anzueignen. In Ihrer täglichen Arbeit begleiten Sie die Kinder ein Stück auf diesem Weg des Entdeckens, indem Sie ihnen Erfahrungen ermöglichen, die an ihre Lebenswelt anknüpfen. Und wie kann das besser gelingen als mit Geschichten und Figuren, die die Kinder bewegen und zum Fragenstellen anregen? In Bilderbüchern erfahren Kinder von kleinen und großen Dingen, erleben Fantastisches und Realistisches, Nachdenkliches und Lustiges – sie entdecken die Welt mit Bilderbüchern.

Die Kinder können durch Projekte und Angebote, die sich auf Bilderbücher und ihre starken Charaktere beziehen, eigenaktiv und mit allen Sinnen die Welt erschließen. Indem die Kinder malen, bauen, basteln, forschen, sich bewegen, Fragen stellen und Antworten finden, ihre Kita und ihre Umwelt entdecken, lernen sie ganzheitlich mit allen Sinnen. Mit diesem Projektheft möchten wir Sie bei Ihrer Arbeit unterstützen. Die Projektideen und Angebote knüpfen immer wieder an die Bilderbücher »Heute bin ich«, »Schaf ahoi«, »Gui-Gui. Das kleine Entodil«, »Das große und das kleine NEIN« und »Peter und der Wolf« an und ermöglichen Ihnen, ausgehend von der Geschichte mit den Kindern Zugänge zu starken Gefühlen in Bezug auf Mut zu erleben und kennenzulernen. Die Ideen sind schnell und einfach umzusetzen, sodass auf dringliche aktuelle Fragen und Situationen Bezug genommen werden kann.

In einem einleitenden Kapitel erhalten Sie eine kurze Einführung in den Themenschwerpunkt »Mut«. In den darauffolgenden Projektkapiteln finden Sie zu den fünf Bilderbüchern kreative Projektideen und Angebote, die ohne großen Zeit- und Materialaufwand durchgeführt werden können. Zu jeder Projektidee erfahren Sie auf einen Blick, welche pädagogischen Ziele Sie mit dem jeweiligen Projekt erreichen können, für welches Alter und wie viele Kinder sich die Projektideen eignen, wie lange die Vorbereitung und die Durchführung des Projektes dauern und welche Materialien

Sie benötigen. Tippkästen geben Ihnen weitere Anregungen für die Umsetzung in die Praxis. Die Zeitangaben können nur ungefähre Angaben sein, denn letztendlich kommt es darauf an, wie viele Kinder an dem Projekt teilnehmen und wie viel Zeit Ihnen im Tagesverlauf zur Verfügung steht. Ebenso können die Altersangaben nur Anhaltspunkte sein, denn Sie kennen Ihre Kinder am besten und wissen, über wie viel Vorerfahrung die Kinder beim Spielen, Bauen und Sich-Bewegen verfügen. Die Gruppengrößen werden unterschieden nach:

- KG = Kleingruppen, also 2 bis 10 Kinder
- GG = Großgruppen, also 10 und mehr Kinder

Auf den Seiten 62 und 63 finden Sie eine Übersicht der einzelnen Projekte, in der die Ziele nochmals genannt werden und Sie auf einen Blick sehen, welche Bildungsbereiche die Ideen und Angebote noch fördern. Möchten Sie sich tiefer gehend mit den Themen der Hefte beschäftigen, finden Sie auf Seite 64 weiterführende Literatur.

Nun wünschen wir Ihnen viel Vergnügen beim Lesen dieses Heftes und bei der Durchführung der Ideen in Ihrer Kita!



MEIN MUT TUT GUT

»So ist das also. Wenn man immer leise und schüchtern
Nein sagt, hören die Leute nicht hin. Man muss schon
laut und deutlich Nein sagen.«

Zitat aus: Das große und das kleine NEIN

Wenn Erwachsene Kinder nach Mut fragen, erzählen sie von ihren Helden, von Kämpfen gegen gefährliche Tiere oder vom Sprung von der hohen Mauer. Aber wer mit Mut in Berührung kommen will, muss sich weder in Achterbahn noch in die Wildnis begeben. Wer weiß, worauf er achten muss, sieht ihn überall um uns herum, in den allergewöhnlichsten Momenten. Gleichzeitig kann Mut in ebendiesen Momenten geübt werden. Es sind die ganz kleinen Schritte, die Kinder im Kindergartenalter gehen, die sie am Ende zu einem mutigen Menschen machen. Und »Mut, das ist ganz sicher, gehört am notwendigsten von allen menschlichen Eigenschaften zum Glück«, sagte der Erzieher Johann Heinrich Pestalozzi. Alle Kinder sind mutig. Sie gehen jeden Tag einen Schritt weiter als am Tag zuvor. Manche dieser Schritte sind

sehr, sehr klein, andere sind erstaunlich groß. Unsere Aufgabe als Begleiter/innen ist es vor allem, ihnen nicht im Weg zu stehen.

Wichtig ist dabei: Mut und Angst schließen sich nicht aus. Die meisten mutigen Menschen berichten, dass sie erst ihre Furcht überwinden mussten, um dann eine mutige Tat vollbringen zu können. Angst gehört dazu, wenn man mutig sein will.

Wenn ein Kind Angst vor einer Aufgabe hat, dann ist das eine gesunde Reaktion: Es weiß z. B., dass es wehtut, von einem hohen Baum herunterzufallen, es weiß nicht, ob es sich bis ganz nach oben traut. Es erinnert sich vielleicht daran, dass es beim letzten Mal schon nach den ersten Metern zittrige Knie und feuchte Hände bekam. Jedes Kind kann selbst am besten einschätzen, ob es eine Aufgabe schaffen kann oder

nicht. Ein Kind, das jetzt hochklettert, obwohl es weiß, dass es zu schwer ist, verhält sich nicht mutig, sondern leichtsinnig.

Die Griechen unterschieden ganz klar zwischen Mut und Wagemut und schätzten den blinden Leichtsinns gar nicht. Ein Mann, der sich blindlings in eine gefährliche Situation begab, galt nicht als mutig, sondern als tollkühner Hitzkopf, dem die Klugheit des Mutes fehlte. Und auch das müssen und können Kinder lernen: Unterscheiden zwischen Mut und Wagemut. Oft ist es sogar mutiger, zu sagen: »Ich traue mich nicht«, als auf ein Klettergerüst zu klettern, das mir noch zu hoch ist. Denn der Mut, die eigene Wahrheit mitzuteilen im Angesicht sozialer Ablehnung – »du bist ja feige« – das kostet wirklich Überwindung.

Andreas Dick beschreibt in seinem Buch »Mut«, dass zu Mut auch gehört, dass wir bei uns bleiben: »Echtheit angesichts sozialer Missbilligung oder Zurückweisung«. Wenn ein Kind es wagt, zu sagen: »Ich kann das nicht, es ist zu hoch«, riskiert es ein enttäuschtes Gesicht, bleibt aber echt und authentisch – wahrlich echter Mut.

MUT ALS GRUNDLAGE FÜR EIN GELINGENDES LEBEN

Mut gilt vielen Pädagog/innen als Grundlage für ein gelingendes Leben. Er sei die Voraussetzung für das Glück, schrieb schon Demokrit. Zu wissen, wo die eigenen Grenzen sind, sie zu wahren und zu kommunizieren, ist ein wichtiger Entwicklungsschritt. Das ist für Erwachsene nicht immer einfach. Wenn die Tante keinen Kuss kriegt, ist sie vielleicht beleidigt. Wenn wir die Kinder aber in ihren eigenen Grenzen bestärken, werden sie weniger leicht Opfer von körperlichen Übergriffen.

Diesen Mut werden unsere Kinder noch brauchen. Wir machen uns und den uns anvertrauten Kindern ein Geschenk für ihr ganzes Leben, wenn sie schon früh lernen, mutig zu sein; wenn sie lernen, ihre Meinung zu haben, ihre Wahrheit zu sagen, auf ihren Bauch zu hören und für ihre Ziele einzustehen.

All das wird ihnen später auf dem Schulhof zugutekommen, wenn sie starkem sozialen Druck ausge-

setzt sind. Wenn beispielsweise alle rauchen – rauche ich entgegen meiner Überzeugung mit? Oder bin ich ehrlich und sage: »Das schmeckt mir nicht« oder »Ich will das nicht«? Das mutige Kind – und auch jede und jeder mutige Erwachsene! – steckt in einem »Dilemma zwischen sozialer Ablehnung, wenn Mut gezeigt wird, und dem Verlust der ethischen Integrität oder Authentizität, wenn Mut nicht gezeigt wird«, wie Dick es beschreibt.

Die Frage nach Mut begleitet uns aber noch weiter: Werden wir den Mut haben, unserer ersten großen Liebe zu gestehen, dass wir Tag und Nacht an sie denken? Wenn wir gelernt haben, dass wir nach einem »Ich traue mich nicht« genauso lieb gehabt werden wie vorher, stehen die Chancen dafür gut. Die Kinder werden auch schon im Kindergarten bisweilen bei Mutproben entscheiden müssen, ob sie mitmachen oder nicht. Ihre Erfahrung mit Mut wird darüber entscheiden, ob sie den Mut haben, einzugreifen, wenn Mitschüler/innen einen Schwächeren ausgrenzen oder als Erwachsener, wenn Neonazis Parolen grölen.

Mut gehört zu den Eigenschaften, die unser Leben entscheidend beeinflussen. Niederlage oder Erfolg, Verzweiflung oder Hoffnung, Einsamkeit oder Glück – Mut hat einen entscheidenden Anteil daran, wie unser Leben verläuft. Wer weiß, wie Mut entsteht und wie man ihn stärken kann, hält ein wichtiges Puzzle-Teil für ein gelingendes Menschenleben in der Hand.

WAS MAG ICH, WAS MAG ICH NICHT?

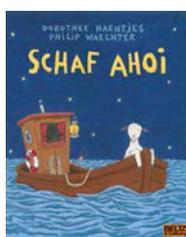
Was kann ich tun, wenn ich etwas sehe, das ich nicht sehen will? Wenn ich etwas höre, das ich nicht hören will? Wenn ich etwas fühle, das ich nicht fühlen will? Kinder reagieren auf solche Situationen oft mit einer Stressreaktion, indem sie schlagen, wegrennen, schubsen, sich wegrehen oder schreien. Das ist ein erster wichtiger Schritt.

In diesem Projektheft wollen wir herausfinden, welche Möglichkeiten es darüber hinaus gibt, und diese einüben. Denn richtig mutig ist es, wenn ich mich so wehere, dass ich keinem wehtue, keine Gewalt anwende und trotzdem meine Grenzen wahre. Und das kann nur passieren, indem ich laut und deutlich NEIN sage, meine

In »Heute bin ich« von Mies van Hout drücken Fische ihre Gefühle aus. Das ist besonders deshalb so anregend, weil Fische ja bekanntlich stumm sind. Sie zeigen uns, dass wir auch ohne Worte sehr deutlich zeigen können, wie es uns selbst geht. Und dass wir, wenn wir genau hinsehen, auch bei anderen sehen können, wie es ihnen geht, selbst wenn sie es nicht in Worte fassen können.



In »Schaf ahoi« von Philip Waechter und Dorothee Haentjes haben wir das Jungschaaf Berthold als Außenseiter in der Schafsgruppe. Er ist ein Einzelkind, überbehütet, kopflastig. Die anderen Jungschaafe respektieren ihn nicht – bis zu dem Tag, an dem sie feststellen, dass auch Berthold Qualitäten hat, die die Gruppe braucht. Und als Berthold klug genug ist, zwar Hilfe zu holen, aber nicht zu petzen, festigt er seine Position zusätzlich.



In »Gui-Gui. Das kleine Entodil« von Chih-Yuan Chen hält Gui-Gui enormem Druck stand: Die »garstigen Krokodile« wollen seine Familie auffressen. In diesem Fall kann Gui-Gui das Problem nicht alleine lösen und zieht seine Familie ins Vertrauen. Gemeinsam stellen sie sich den Angreifern und lösen das Problem auf ihre Weise.



Das Bilderbuch »Das große und das kleine NEIN« von Gisela Braun und Dorothee Wolters zeigt ein Kind, das an seinem Mut sichtbar wächst. Es liefert damit eine wunderbare Vorlage dafür, Kindern zu zeigen, wie ihr Mut größer werden kann und wie sie selbst an ihrem Mut wachsen können. Es gibt uns außerdem die Möglichkeit, zu üben, dass wir Grenzen deutlich setzen müssen, damit andere sie verstehen. In dem Buch will dem kleinen Nein eigentlich niemand etwas Böses, die Erwachsenen hören einfach nur nicht deutlich genug, was das Kind möchte.



Peter soll nicht in den Garten gehen – der Wolf könnte kommen. In »Peter und der Wolf« von Sergej Prokofjew ist das Kind erst leichtsinnig, weil es die Worte des Großvaters nicht beachtet. Aber als der Wolf kommt, findet Peter eine Lösung, die in jeder Facette mutig ist: Er holt sich die Hilfe vom kleinen Vogel, er geht Risiken ein, aber begibt sich niemals in unkalkulierbare Gefahren. Als er am Ende den Wolf gefangen hat, beweist er Großmut – und auch dort steckt das Wort »Mut« drin. Die musikalische Umsetzung des Märchens erlaubt uns zusätzlich, musisch orientierte Kinder mit entsprechenden Angeboten anzusprechen.



HEUTE BIN ICH



»Der Leser schwimmt förmlich durch die Bilder: einsam, zornig, scheu, nervös, glücklich ... und begegnet dabei außergewöhnlichen Fischen.«

Zitat aus: Heute bin ich

Kinder brauchen Gefühle, um eine starke Persönlichkeit ausbilden zu können. Auch gibt es Kinder, die nicht weniger Gefühle haben als andere, doch sind sie nicht oder nur selten in der Lage, diese zu zeigen. Es ist dabei verblüffend, wie wenig Mittel es bedarf, damit Gefühle ausgedrückt werden können. Gefühle zu haben, ist gut, wenn man damit umgehen kann. Es sensibilisiert für die Gefühle anderer und die eigenen.

Anhand des Buches »Heute bin ich« können wir Kindern vermitteln: Wie kann ich Gefühle anderer erkennen und benennen? Wie sieht jemand aus, der traurig, böse, glücklich oder erstaunt ist? Mit wunderschönen, farbigen Fischen illustriert Mies van Hout in ihrem Buch die Gefühlswelt, in der wir alle schwimmen.

Es erfordert viel Mut, Gefühle darzustellen und zuzulassen – auch für uns Erwachsene. Wie oft lächeln

wir, obwohl wir eigentlich gerade traurig sind. Wir haben uns wehgetan und lachen den Schmerz weg. Wenn Kinder ihre Gefühle nach außen transportieren dürfen, lernen sie zweierlei: Sie lernen den Mut, sich zu zeigen. Und sie lernen, dass sie angenommen sind mit allen Gefühlen, die sie in sich tragen.

Genauso wichtig ist es, zu erkennen, wie ein anderer sich fühlt. Wenn ich die Gefühle der anderen erkennen kann, öffnen sich Verhaltensoptionen.

Jedes Kind soll wissen, dass das Gefühl, das es gerade hat, sein ganz persönlicher Schatz ist, den es in sich trägt. Auch wenn alle anderen glücklich sind, darf ich traurig sein. Wenn alle anderen traurig sind, darf ich glücklich sein.

Wie fühlt sich der Fisch?

Ziele

→ Gefühle erkennen

Alter

4 bis 6 Jahre

Gruppengröße

KG

Dauer

10 bis 15 Minuten

Materialien

→ Bilderbuch »Heute bin ich«

MIT DEN FISCHEN DURCH DIE GEFÜHLE SCHWIMMEN

Welche Gefühle gibt es? In dieser Aktion erzählen die Kinder zunächst, wie sie den Fisch erleben, der ihnen gezeigt wird. Woran erkennen sie, wie der Fisch sich fühlt und wie der Fisch sein Gefühl zeigt?

VORBEREITUNG

● Setzen Sie sich mit den Kindern in den Sitzkreis.

SO GEHT'S

- Zeigen Sie ihnen nacheinander die einzelnen Bilderbuchseiten.
- Fragen Sie jeweils: »Wie fühlt sich dieser Fisch?« Wenn sie eine Antwort bekommen, lautet die daran gekoppelte nächste Frage: »Woran erkennst du das?«

● Die Kinder können jetzt frei assoziieren. Geben Sie möglichst vielen Kindern die Möglichkeit, sich über die einzelnen Fische zu äußern, so erhalten Sie unterschiedliche Sichtweisen. Andere Ansichten sind dabei weder richtig noch falsch, denn ein und derselbe Ausdruck kann von jedem Kind unterschiedlich gedeutet werden. So kann derselbe Fisch von einem Kind als gelangweilt und von dem anderen als beleidigt angesehen werden.

ABSCHLUSS

● In den nächsten Tagen kommen Sie immer wieder auf die Gefühle der Fische zurück. Nutzen Sie auch im Alltag als Spiegelung für die Kinder die erarbeiteten Begriffe.

TIPP

Kommen Sie im Alltag, z. B. beim Streitschlichten, auf das Buch zurück: »Welcher Fisch fühlt sich so, wie du dich gerade fühlst?« Dann kann das Kind den entsprechenden Fisch zeigen, was ihm leichter fällt, als das Wort zu benutzen.

Wissen

Studien zeigen, dass Mütter mit Jungen weniger über Gefühle sprechen als mit Mädchen. Daher fällt es Jungen anfangs oft schwerer. Dies ist aber nicht geschlechtsspezifisch, sondern einfach eine Frage der Übung.

Zum großen NEIN werden

Ziele

- Mut entwickeln
- überzeugendes Neinsagen lernen
- Stimme einsetzen und wahrnehmen lernen

Alter

3 bis 6 Jahre

Gruppengröße

KG

Vorbereitungszeit

10 Minuten

Dauer

45 Minuten

Materialien

- Tamburin oder andere Musikinstrumente



MUT LÄSST KINDER WACHSEN

Im Buch steht das kleine Nein auf und macht sich groß und brüllt und wird sehr ernst. Danach ist das Mädchen gewachsen. Ziel des Spieles ist jetzt, dass die Kinder das richtige Neinsagen lernen, überzeugend und gewachsen.

VORBEREITUNG

- Kinder stehen im Kreis. Sie stehen in der Mitte des Kreises.

SO GEHT'S

- Sie fordern die Kinder auf, alle gleichzeitig »Nein!« zu sagen mit der Erklärung: »Mach dich groß, aufrechte Haltung, Kopf erhoben, festen Stand, schau ernst und sage das Ganze laut und deutlich, mit fester Stimme.«
- Die Kinder bekommen Zeit, das »Nein!« auszuprobieren. Dann gehen Sie zu jedem Kind hin und deuten an, es über den Kopf streicheln zu wollen. Das Kind soll so überzeugend »Nein!« sagen, dass Sie einen Schritt zurück machen. Die Kinder dürfen sich überlegen, ob sie die Hände zur Abwehr benutzen möchten oder nicht.

ABSCHLUSS

- Zum Abschluss dürfen die Kinder durch den Raum gehen. Sie schlagen ein Tamburin oder andere Musikinstrumente. Immer wenn die Musik verstummt, sagen die Kinder laut »Nein!« mit der entsprechenden Geste. Bis zum nächsten Tag sollen sie das üben.

