

Helena Heß

# BILDERBUCHKARTEN

»Alex, abgeholt!«

von Danielle Graf, Katja Seide und Günther Jakobs

8 Karten  
für das  
Kamishibai

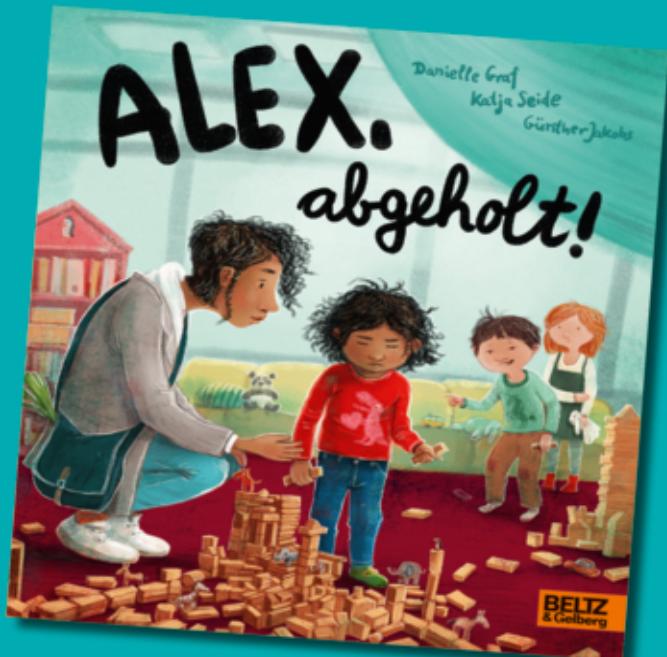
Helena Heß

## BOOKLET zum Umgang mit Bilderbuchkarten

aus »Alex, abgeholt!« von Danielle Graf,  
Katja Seide und Günther Jakobs

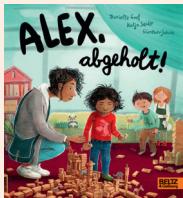


BELTZ



BELTZ

Dieses Booklet zu den Bilderbuchkarten bezieht sich auf:



Danielle Graf, Katja Seide, Günther Jakobs  
»Alex, abgeholt!«  
Bilderbuch, Pappe  
Beltz & Gelberg, Weinheim

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Die Verlagsgruppe Beltz behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

GTIN 4019172600303

1. Auflage 2026

© 2026 Beltz Nikolo in der Beltz Verlagsgruppe GmbH & Co. KG  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
service@beltz.de  
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Kristina Wippert-Walburg  
Herstellung und Satz: Marah Ehret  
Umschlagbild: © 2021 Günther Jakobs  
Gestaltungskonzept: Atelier Bea Klenk, Bea Klenk / Sabina Riedinger  
Illustrationen aus: © 2021 »Alex, abgeholt!« von Danielle Graf, Katja Seide, Bilder © 2021  
Günther Jakobs  
Druck und Bindung: Pario Print Krakow  
Printed in Poland

Weitere Informationen zu unseren Autor:innen und Titeln finden Sie unter: [www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhalt

1

## Grundlagen Kamishibai

- Was ist ein Kamishibai?  
»Alex, abgeholt!« – Bindung und »Container«  
Aufbau des Booklets

2  
2  
2  
4

2

## Die Bilderbuchkarten

- Bilderbuchkarte 1: Alex abgeholt!  
Bilderbuchkarte 2: Ein Kuschelnest  
Bilderbuchkarte 3: Die schiefe Socke  
Bilderbuchkarte 4: »Lass uns gehen!«  
Bilderbuchkarte 5: Das Gewitter  
Bilderbuchkarte 6: Mama ist erschöpft  
Bilderbuchkarte 7: Die Sonne hinter den Gewitterwolken  
Bilderbuchkarte 8: Was eine Freude

5  
5  
7  
10  
13  
16  
18  
21  
24

# Grundlagen Kamishibai

## Was ist ein Kamishibai?

Schon immer haben sich Menschen Geschichten erzählt – am Feuer, im Kreis der Familie, auf Reisen oder in großen Gemeinschaften. Geschichten waren und sind eine Möglichkeit, Erfahrungen weiterzugeben, Wissen zu teilen und Gefühle auszudrücken. Für Kinder sind Geschichten wie ein Fenster in die Welt. Sie lernen, aufmerksam zuzuhören, Bilder im Kopf entstehen zu lassen, Zusammenhänge zu verstehen und eigene Erlebnisse einzuordnen. Geschichten regen die Sprache und die Fantasie an, fördern Empathie und stärken das gemeinsame Erleben.

Eine besondere Form des Geschichtenerzählens ist das Kamishibai – ein japanisches Erzähltheater, das im frühen 20. Jahrhundert entstand. Das Wort bedeutet »Papiertheater« (»Kami« = Papier, »Shibai« = Theater). Damals zogen Erzähler:innen mit Fahrrädern von Dorf zu Dorf, auf dem Gepäckträger ein kleiner Holzkasten mit Flügeltüren (»Butai«). In diesen Kasten wurden Bildkarten eingeschoben, und während Kinder und Erwachsene gespannt zusahen, erzählten die Sprecher:innen die Geschichte. Kamishibai war Unterhaltung, Erzählkunst und Begegnung.

Heute findet man das Kamishibai in vielerlei Kontexten wieder: in Schulen, Kindergärten, Bibliotheken oder auch in therapeutischen Gruppen. Es macht Geschichten gemeinsam erlebbar und regt an,

die darin steckenden Themen zu besprechen. Das Besondere des Kamishibai liegt in der Verbindung von Bild, Sprache und Miteinander: Die großformatigen Bilder sind für alle sichtbar, während der/die Erzähler:in frei oder mit Textvorlage erzählt und im direkten Kontakt mit der Gruppe steht. Durch die Art des Erzählens – Pausen, Betonung und Stimmfarbe, Staunen, Fragen und Mitreden – entsteht ein besonderer Raum des Miteinanders.

Besonders wertvoll ist das Kamishibai, wenn es um komplexe Themen wie Gefühle, Freundschaft, Konflikte oder Empathie geht. Sie bleiben nicht abstrakt im Hintergrund, sondern können auf mehreren Ebenen gefühlt, erarbeitet und verinnerlicht werden. Die Kinder sehen die Gefühle auf den Bildern, hören sie in der Erzählung und können im Gespräch eigene Erfahrungen teilen. So haben sie die Möglichkeit, das Thema in ihrem eigenen Tempo und entsprechend ihrem Entwicklungsstand zu verstehen und zu verarbeiten. Eine Kamishibai-Vorführung verbindet Sprachförderung, Fantasie, Konzentration und soziales Lernen auf eine natürliche und spielerische Weise – genau das, was Geschichten schon immer getan haben.

## »Alex, abgeholt!« – Bindung und »Container«

»Alex, abgeholt!« ist ein Bilderbuch von Danielle Graf und Katja Seide für Kinder ab ca. zwei Jahre über das Abholen von der Kita. Alex ist in der Kita und hat sich gerade den Bauklotz geangelt, um den Turm noch höher zu bauen, da rufen andere Kinder auf einmal: »Alex, abgeholt!« Alex freut sich: Mama! Doch der Turm muss noch fertig werden. Warum kommt Mama immer falsch? Alex ist froh und enttäuscht zugleich.

Ein zentrales Thema dieser Bilderbuchkarten ist die Bindung. Bindung meint die verlässliche Beziehung zwischen einem Kind und seinen Bezugspersonen. Sie ist wie ein unsichtbares Band, das hält, auch wenn man sich gerade nicht sieht. Für Kinder ist Bindung der sichere Hafen, ein wohliges Nest, zu dem sie zurückkehren können, wenn die Wellen des Alltags zu hoch schlagen. Dieses Gefühl »Da ist jemand immer für mich da, ganz egal wie es mir geht« gibt Mut und Vertrauen, die Welt zu erforschen.

## »Was ist Bindung?

Bindung ist die Grundlage für alles Lernen, Entdecken und Wachsen. Sie entsteht, wenn Kinder erleben, dass jemand zuverlässig für sie da ist, sie versteht, tröstet und ihnen Halt gibt. In dieser Sicherheit können sie die Welt erkunden, Beziehungen eingehen und Vertrauen entwickeln, in andere und in sich selbst.

Eine stabile Bindung wächst im Alltag. Sie entsteht in vielen kleinen Momenten: wenn wir feinfühlig auf Signale reagieren, Bedürfnisse ernst nehmen, Nähe zulassen und auch nach Konflikten wieder Verbindung anbieten. Selbst ein schwieriger Start bedeutet nicht, dass Bindung verpasst wurde. Beziehung kann sich jederzeit weiterentwickeln, wenn Kinder spüren, dass wir ihnen zugewandt und verlässlich bleiben.

Übergänge wie das Abholen aus der Kita sind für Kinder besonders sensibel. Einerseits bedeuten sie Abschied – vom Spielen, von den Freund:innen, vom vertrauten Tagesrhythmus. Andererseits wartet etwas Neues: das Zuhause, Aktivitäten, Zeit mit Mama oder Papa. Zwischen diesen beiden Polen hin- und hergerissen zu sein, überfordert viele Kinder. Bindung wirkt in solchen Momenten wie ein Anker. Sie signalisiert dem Kind: »Egal wie laut dein Sturm gerade ist, du bist gehalten.«

## Die Rolle der Fachkräfte im Übergang

Kinder sind erschöpft von ihrem Kita-Alltag, Eltern haben häufig einen Arbeitstag hinter sich und bringen ihre eigenen Erwartungen, Sorgen oder Hoffnungen mit. Genau hier können pädagogische Fachkräfte eine wichtige Brücke sein: Sie sehen beide Seiten und können den Übergang dadurch begleiten und erleichtern.

Für die Kinder bedeutet das: Fachkräfte übersetzen ihre Signale, benennen Gefühle (»Du bist gerade sehr müde, das war auch ein langer Tag.«) und schaffen damit eine erste Entlastung. Sie machen deutlich: Dein Verhalten ist verständlich, deine Gefühle dürfen da sein.

Für die Eltern bedeutet es: Fachkräfte können Unsicherheit nehmen, indem sie erklären, dass es normal ist, wenn Kinder beim Abholen mit Tränen, Wut oder Rückzug reagieren. Ein kurzer Satz wie: »Das ist ein Zeichen, dass Alex sich bei Ihnen sicher fühlt« oder »Alex hat heute so viel geschafft, jetzt darf alles raus« kann Eltern den Druck nehmen, sofort alles »lösen« zu müssen.

So werden Fachkräfte zu einer Art Containment für Eltern und Kinder zugleich, sie halten die Situation aus, geben Worte, Orientierung und Sicherheit. Manchmal reicht schon ein kurzer Blickkontakt

oder eine mitfühlende Bemerkung, um Eltern zu entlasten: »Du bist nicht allein, wir sehen das und es ist in Ordnung.«

Dass im Kamishibai auch die Elternperspektive auftaucht, greift genau diesen Punkt auf: Eltern werden als Teil des Systems ernst genommen. Ihr Erleben – die Vorfreude, die Erschöpfung, die Unsicherheit – darf benannt werden. So entsteht Verständnis für alle Beteiligten. Fachkräfte können diesen Gedanken aufnehmen und im Alltag nutzen: Sie sind nicht nur für die Kinder da, sondern begleiten Eltern ebenso, indem sie die Spannungen von Übergängen sichtbar machen und mittragen.

### **Warum Alex geschlechtsneutral bleibt**

Alex ist auch hier im pädagogischen Begleitmaterial – genau wie im Bilderbuch –geschlechtsneutral gehalten. Es wird nicht gesagt, ob Alex ein Junge oder ein Mädchen ist. Das ist kein Zufall, sondern eine wichtige Entscheidung. Denn so können sich alle Kinder mit Alex identifizieren. Jedes Kind kennt das Gefühl von Freude, Wut, Traurigkeit oder Überforderung – ganz egal, ob es Junge, Mädchen oder etwas dazwischen ist.

Wenn wir Alex nicht eindeutig einem Geschlecht zuordnen, bleibt der Blick frei für das, was wirklich im Mittelpunkt stehen soll: die Gefühle. Es geht nicht darum, ob Mädchen öfter weinen oder Jungen schneller wütend werden. Gefühle gehören allen Menschen. Kinder lernen durch Alex: Es ist normal, wütend zu sein, traurig zu sein, Nähe zu brauchen oder auch mal alles doof zu finden – unabhängig davon, welches Geschlecht man hat.

In der Geschichte spielt Vielfalt generell eine wichtige Rolle: Da ist Dalias Mama mit Hijab, ein Kind im Rollstuhl, verschiedene Familienkonstellationen mit zwei Mamas oder zwei Papas. Diese Vielfalt

ist wertvoll, weil sie Kindern zeigt: So unterschiedlich Familien auch aussehen, so verschieden Menschen auch sind – alle gehören dazu, alle haben Gefühle. Es gibt nicht nur »einen richtigen« Weg, auszusehen, zu leben oder eine Familie zu haben.

Die Bilderbuchkarten eröffnen dadurch einen Raum, in dem Kinder sich wiederfinden können, ohne Schubladen oder Erwartungen. Alex ist – genau wie sie selbst – einfach ein Kind, das Gefühle hat. Und genau das macht es leicht, mit allen Kindern über Gefühle, Überforderung und Bindung ins Gespräch zu kommen.

### **Aufbau des Booklets**

Zu Beginn steht die Bildbeschreibung, die die Situation lebendig macht und kleine Details sichtbar werden lässt. Offene Fragen laden die Kinder dazu ein, das Bild zu betrachten, eigene Erfahrungen zu erzählen und sich miteinander auszutauschen. Ergänzt wird dies durch einen kurzen Input, der mal einen fachlichen Hintergrund aufgreift, mal die Elternperspektive sichtbar macht oder einen Impuls für Fachkräfte bietet. So können neben den Gefühlen der Kinder auch die Erfahrungen der Erwachsenen Raum bekommen. Jede Karte enthält zudem eine kreative Herangehensweise, also eine Spielidee oder Übung, mit der die Kinder das Thema nicht nur besprechen, sondern auch körperlich und spielerisch erleben können. Kurze Überleitungen verbinden die Bilderbuchkarten miteinander, da auf den Karten nicht alle Bilder des Bilderbuchs abgebildet sind.

## Die Bilderbuchkarten

### Bilderbuchkarte 1: Alex abgeholt!



#### Anschauen

Im Gruppenraum einer Kindertagesstätte steht ein rosafarbenes Bücherregal. An der Wand hängen Kunstwerke der Kinder, an der Decke hängt ein Mobile aus blauen Fischen, sie sehen aus wie ein fröhlicher Fischschwarm. Alex spielt mit einigen Freund:innen mit den Holzbauklötzen. Die Kinder haben bereits mehrere Türme gebaut und bauen nun einen ganz großen. Sie sehen dabei konzentriert aus, sind ganz vertieft in ihr Spiel. Zwei Kinder spielen in der Nähe der Tür mit dem Kaufladen. Eins der beiden lacht und schiebt einen Einkaufswagen. Dort, im Türrahmen, steht Alex' Mutter, mit lockigen dunklen Haaren, mit einer hellblauen Jeans, weißem Oberteil und einer lockeren grauen Jacke, ihre smaragdgrüne Tasche umgehängt. »Alex abgeholt«, ruft eines der Kinder.

#### Fragen zu Bild und Geschichte

- Wie siehst du aus, wenn du konzentriert bist? Zeig mal!
- Womit spielst du in unserem Gruppenraum am liebsten?
- Erkennst du die Eltern der anderen Kinder aus der Gruppe?
- Wer kann einen Elternteil beschreiben oder nachahmen und die anderen können raten, wer es ist?
- Fehlt etwas in unserem Gruppenraum?
- Was gefällt dir besonders gut im Gruppenraum?
- Was macht den Raum zu unserem Gruppenraum?
- Hast du schon mal ein Bild oder ein Video von einem Fischschwarm gesehen?
- Wie bewegt sich ein Fischschwarm?
- Hast du schon mal einen Gruppenraum eines anderen Kindergartens gesehen? Was war dort anders? Wie hat es dir dort gefallen?
- Wie ist das für dich, wenn du dein Spielen unterbrechen musst, weil du abgeholt wirst?

#### Fokus: Erlebenswelt der Eltern

Nach einem Arbeitstag komme ich in den Kindergarten, um mein Kind abzuholen.

Wie viele Stunden mein Tag gedauert hat – das spielt keine Rolle. Ich konnte meine Aufgaben erledigen und hatte zwischendurch Luft zum Atmen – dann war er gut. Vielleicht war er anstrengend – mit vielen Terminen und Diskussionen. Manchmal hetze ich los, schon wieder knapp dran. Mein Kind wartet doch schon. Wir sind verabredet, haben noch einen Termin. Manchmal nehme ich mir vor dem Abholen noch einen Moment im Auto. Tief durchatmen. Kraft sammeln, bevor der Alltag weitergeht. Manchmal war die Fahrt ruhig. Kein Stau. Genug Zeit. Manchmal genau das Gegenteil. Jetzt stehe ich an der

Tür zum Gruppenraum, sehe, wie mein Kind mit Freund:innen fröhlich spielt.

Ich freue mich, gleich haben wir Zeit zusammen. Ich spüre die Anspannung. In den letzten Tagen gestaltete sich das Abholen und das Begleiten der Gefühle meines Kindes oft schwierig. Bin ich bereit für einen möglichen Sturm? Freut sich mein Kind auf das, was wir noch vorhaben? Ich wünsche mir so sehr einen entspannten Nachmittag. Vielleicht wird er genau so. Vielleicht voller Spaß.

### *Kreative Herangehensweise*

**Spiel:** »Wir sind ein Fischschwarm«

**Spielidee:** Zusammenhalt, Achtsamkeit, Gemeinschaft

**Einleitung:** In einem Schwarm schwimmen viele Fische. Sie fühlen sich gemeinsam sicherer. Im Schwarm passt jeder Fisch auf den anderen auf. Wenn sie sich bewegen, sieht es manchmal so aus, als wären sie nur *ein* großer Fisch. Fast gleichzeitig drehen, stoppen oder schwimmen sie schneller. Jeder Fisch achtet auf seinen Nachbarfisch, es wird nicht gerempelt oder überholt. Gemeinsam sind sie stark und so kann sie kein großer Fisch erwischen. Mal schwimmt der eine ganz vorn und führt den Schwarm an, mal der andere – jede:r ist mal dran. Keine:r geht verloren, keine:r bleibt allein zurück.

**Wo:** Turnraum, mit Platz im Gruppenraum oder draußen

**Wie:** Ein Kind oder ein:e Erwachsene:r ist der »Leitfisch«. Alle anderen sind Fische im Schwarm, fassen sich an den Händen und schwimmen hinterher. Ist die Gruppe zu groß oder besteht die Gefahr, zu fallen, kann man, auch ohne sich die Hand zu geben, dicht an dicht hinterherschwimmen.

Der Leitfisch bewegt sich langsam durch das Zimmer. Es wird geschlängelt, gestoppt, gedreht oder etwas schneller geschwommen.

Alle anderen folgen hinterher. Doch Vorsicht! Der Schwarm gibt aufeinander Acht – keine:r geht verloren. Ist es für ein Kind zu schnell, sagen die anderen Bescheid.

Nach kurzer Zeit darf ein anderes Kind der Leitfisch sein – jeder, der/die mag, kann einmal erleben, dass er/sie wichtig ist und führen kann.

### *Varianten:*

- Stühle oder andere Gegenstände im Turnraum können als »Algen« als Hindernisse dienen. Je nach Alter und Geschicklichkeit darf nur drum herum geschwommen werden. Das »Darüber-Schwimmen« (z. B. bei Bänken) kann den Fokus mehr auf das Einander-Helfen legen.
- Ein großer »Hai« (pädagogische Fachkraft) kommt – der Schwarm muss sich schnell eng zusammenkuscheln, um sicher zu sein. So kann der Hai keinen einzelnen Fisch packen.
- Der Schwarm löst sich auf, jeder Fisch schwimmt für sich im Raum. Auf den Zuruf »Fischschwarm!« kommt der Schwarm zusammen. Das Auflösen und Zusammenfinden kann auch im Wechsel geschehen.
- Zum Abschluss kann der Schwarm gemeinsam eine Form bilden, z. B. einen Kreis, ein Dreieck, ein Herz etc.

### *Fragen, davor, währenddessen und danach*

- Worauf war es wichtig, zu achten, damit der Schwarm zusammenbleibt?
- Hast du auf deine Nachbarfische geachtet?
- Was war leichter: vorn sein oder hinten sein?
- Wann fühlst du dich im Kindergarten wie in einem Schwarm?

- Wann achtest du auf jemanden?
- Wann achtet jemand auf dich?
- Wann ist es wichtig, zusammenzuhalten?
- Wie merkst du, dass jemand nicht mehr im Schwarm ist?
- Wie war es, der Leitfisch zu sein?
- Wie war es, im Schwarm zu sein?
- Hast du dich im Schwarm sicher gefühlt?
- Was hat dir am Spiel am besten gefallen?

### Überleitung zur nächsten Bildkarte

Alex ist noch ganz vertieft ins Spiel. Da steht Mama in der Tür. Vielleicht ruft ein Kind »Alex abgeholt«. Alex fällt Mama in die Arme und lächelt.

### Bilderbuchkarte 2: Ein Kuschelnest



#### Anschauen

Alex' Mutter sitzt in der Hocke und Alex fällt ihr in die Arme, dass sich die Füße in den Schuhen biegen. Alex kann sie gut umarmen, wenn sie so weit unten ist. Ihre Wange schmiegt sich an Alex' Kopf und sie spürt die Wärme. Mit den Armen kommt Alex gar nicht ganz um Mama herum, ihre Hände liegen auf Alex' Rücken. Sie lächeln beide. Eine Erzieherin mit rötlichen kinnlangen Haaren, einer eckigen Brille, einer dunkelblauen Jeans und einem orangefarbenem Pullover mit dünnen, waagerechten roten Streifen hakt Alex als »abgeholt« von einer Liste auf einer Kladde ab. Aus Mamas Tasche schauen Lauchblätter heraus. Die beiden Kinder, die Alex' Mutter bemerkt hatten, spielen weiter mit dem Einkaufswagen. Erik, Dinh und ein weiteres Kind mit dunklen Haaren, geradem Pony und orangefarbenem Pullover halten Bauklötzte in der Hand und schauen den beiden fröhlich zu, wie sie sich umarmen. Der Turm hat eine Spitze bekommen und ist fertig. Neben dem großen Turm steht noch ein kleiner Turm mit Spitze. Alex verabschiedet sich und sagt nicht nur den Freund:innen, sondern auch dem Turm »tschüss« und »bis morgen«.

## Fragen zu Bild und Geschichte

- Wer sind in der Kita deine Freundinnen und Freunde?
- Mit wem spielst du gerne? Und was?
- Wie geht es dir, wenn du beim Abholen einen deiner Elternteile in der Tür siehst?
- Wann wirst du am liebsten abgeholt? Früh? Spät?
- Bemerkst du sie immer sofort? Oder bist du vertieft ins Spiel?
- Unterbrichst du dein Spiel gerne oder möchtest du manchmal weiterspielen?
- Wirst du manchmal auch von anderen Personen abgeholt als deinen Eltern?
- Wartest du manchmal darauf, dass deine Eltern kommen?
- Bist du manchmal traurig, wenn andere schon abgeholt werden?
- Was hilft dir, wenn du traurig bist, dass du noch nicht abgeholt wurdest?
- Wann hast du das letzte Mal einen großen Turm gebaut?

## Input: Überforderung

Der Kindergartenalltag ist für Kinder voll von Eindrücken. Sie spielen, entdecken Neues, müssen Regeln beachten, Konflikte aushalten, Kompromisse finden und zugleich ihre eigenen Bedürfnisse spüren und mitteilen. Diese Vielzahl an Anforderungen ist wichtig für die Entwicklung. Am Ende eines langen Tages sind die »Akkus« vieler Kinder leer.

Kommt dann ein Elternteil zum Abholen, treffen die Wiedersehensfreude und die Erschöpfung aufeinander. Oft reicht eine Kleinigkeit – die Jacke sitzt nicht richtig, ein Bauwerk muss verlassen werden – und das Kind reagiert mit Tränen, Wut oder Rückzug. Für Eltern ist das manchmal schwer auszuhalten. Sie kommen mit Vorfreude

und der Erwartung, ihr Kind strahlend in die Arme zu schließen, und erleben stattdessen Ablehnung, Widerstand oder einen plötzlichen Gefühlsausbruch. Doch bindungstheoretisch ist genau das ein gutes Zeichen. Kinder lassen ihre starken Gefühle dort raus, wo sie sich am sichersten fühlen. Eltern sind die »sicheren Container«, die Wut, Traurigkeit oder Erschöpfung mit aushalten können.

Katja Seide und Danielle Graf beschreiben in ihrem Buch »Das gewünschteste Wunschkind aller Zeiten treibt mich in den Wahnsinn«<sup>1</sup> genau diese Momente: Kinder brauchen nach einem langen Tag nicht »mehr Gehorsam«, sondern sichere Erwachsene, die ihre Überforderung halten und begleiten. Für Fachkräfte bedeutet das, Eltern zu ermutigen, diese Reaktionen nicht als »Fehlverhalten«, sondern als Ausdruck von Vertrauen und Bindung zu verstehen. Unterstützung kann auch darin bestehen, Eltern Hintergrundwissen über kindliches Bindungsverhalten weiterzugeben – z. B. dass Kinder ihre stärksten Gefühle meist bei den engsten Bezugspersonen zeigen, weil sie sich dort am sichersten fühlen. Ebenso wichtig ist es, mit Empathie auf Eltern zu reagieren und ihre Perspektive wahrzunehmen: Auch für sie ist es nicht leicht, nach einem langen Arbeitstag mit der Wut oder Traurigkeit ihres Kindes konfrontiert zu werden. Wenn Fachkräfte signalisieren: »Wir sehen, dass das für Sie anstrengend ist, Sie sind damit nicht allein!«, fühlen sich Eltern ernst genommen und entlastet. Auf diese Weise können Fachkräfte die Situation für beide Seiten begleiten und durch kleine Rituale, Worte und Verständnis erleichtern.

## Kreative Herangehensweise

**Spiel:** »Sicheres Nest«

**Spielidee:** Sicherheit, Nähe, Achtsamkeit, emotionale Geborgenheit

<sup>1</sup> vgl. »Das gewünschteste Wunschkind aller Zeiten treibt mich in den Wahnsinn« Danielle Graf, Katja Seide, Beltz, 2017

**Einleitung:** Unser Alltag ist bunt und laut und aufregend. Manchmal sind wir wie ein kleiner Vogel, fliegen von einem Erlebnis zum anderen. Der Wind trägt uns, pustet unter unseren Flügeln hindurch, manchmal pustet er uns entgegen und wir werden müde. Jeder Vogel hat ein Nest, in das er zurückkehren kann. Hier ist es weich und warm, er ist sicher und geschützt, hier kann er sich ausruhen, seine Erlebnisse teilen – so wie Alex in den Armen von Mama. Im Nest darf der Vogel ankommen, er ist willkommen und wird gehalten.

**Material:** Decken, Kissen oder andere weiche Materialien und Gegenstände (alles, was es ermöglicht, ein Nest zu bauen)

**Wo:** Gruppenraum oder Turnraum

**Wie:** In kleinen Gruppen von jeweils zwei bis drei Kindern bilden die Kinder mit ihren Armen ein Nest. Sie können sich gemeinsam in einen Halbkreis knien und die Arme ausbreiten, das Nest kann mit Kissen oder Decken etwas gemütlicher gestaltet werden. Nun darf sich ein Kind hineinlegen oder setzen. Die »Nestbauer:innen« können das Kind sanft wiegen wie der Wind die Zweige in einem Baum. Nach einer kurzen Zeit wechseln sich die Kinder ab, sodass jeder: eine: einmal im Nest sein darf.

Für Kinder, die Körperberührungen von anderen nicht mögen, kann auch nur ein Nest aus Kissen und Decken gebaut werden.

**Varianten:**

- Gruppen-Nest: Alle Kinder sitzen eng im Kreis, sodass sich ihre Schultern berühren und sie sich leicht aneinander anlehnen können, und bilden ein »Gruppen- Nest«. Nun kann man sich gemeinsam leicht von einer Seite auf die andere wiegen und so die Geborgenheit der Gruppe spüren. Gemeinsam ist man ein großes Nest. Es können auch die Arme leicht umeinandergelegt werden,

um mehr miteinander verflochten zu sein wie die kleinen Halme in einem Nest.

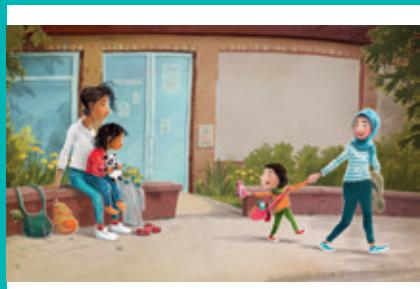
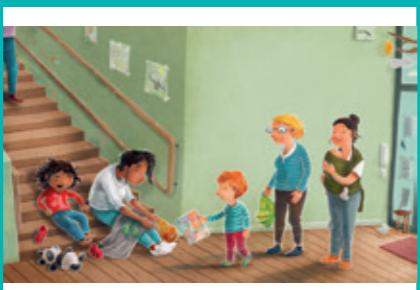
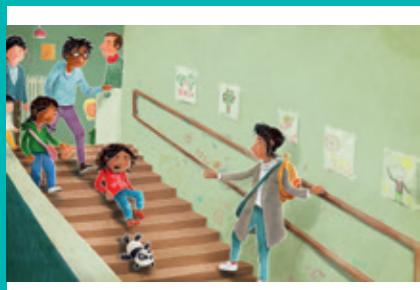
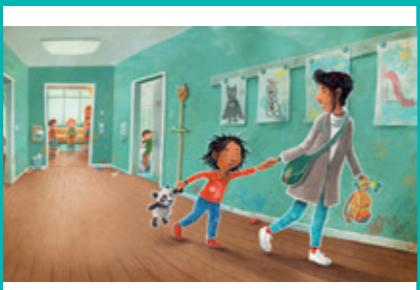
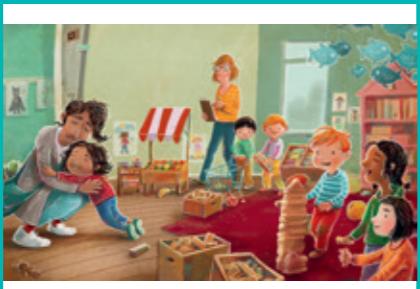
- Die Kinder werden in zwei Gruppen aufgeteilt. Etwa zwei Drittel sind die »Nestbauer:innen«; sie bilden mit ihren Armen ein Nest. Das verbleibende Drittel sind die Vögel. Sie fliegen im Raum umher und dürfen, wenn sie wollen, in ein Nest fliegen. Dann wird getauscht. Wer gerade Vogel war, wird zum/zur Nestbauer:in und ein:e Nestbauer:in darf Vogel sein.

***Fragen, davor, währenddessen und danach***

- Was ist eigentlich ein »Nest«?
- Hast du schon einmal ein Nest gesehen?
- Wie hat es sich angefühlt, im »Kinder-Nest« zu liegen? War es weich, eng, gemütlich oder eher groß und luftig?
- Wie war es, ein Vogel zu sein und ins Nest zu fliegen?
- Was hat dir im Nest gefallen?
- Wolltest du gerne im Nest bleiben oder wieder hinausfliegen?
- Wie war es, ein Nest zu bauen?
- Zeig mal mit den Armen, wie groß dein Nest war.
- Was ist schöner: Vogel oder Nestbauer:in sein?
- Wenn du noch einmal Vogel wärst – was wünschst du dir von deinem Nest?
- Wie fühlt sich die Umarmung von Mama / Papa an? Warm? Riechen sie nach etwas Bestimmtem? Kitzeln dich Haare oder Bart?
- Wer ist für dich wie ein Nest?
- Wenn du ein Vogel wärst, wo würdest du dein Nest bauen?
- Wo könnten hier im Kindergarten Nester sein?
- Wo ist ein sicherer Platz für ein Nest?

# BILDERBUCHKARTEN »ALEX, ABGEHOLT!«

Das Kamishibai-Set zu »Alex, abgeholt!« von Danielle Graf, Katja Seide und illustriert von Günther Jakobs erzählt eine Geschichte von der Abhol-Situation in der Kita und den Weg nach Hause. Alex hat sich den Bauklotz geangelt und kann den Turm nun noch höher machen. Da rufen die Kinder: »Alex, abgeholt!« Alex freut sich: Mama! Doch der Turm muss ja noch fertig werden. Alex ist froh und enttäuscht zugleich. Und schon sind sie da, die ganz großen Gefühle.



Die **9 Bilderbuchkarten im DIN-A3-Format** mit Illustrationen von Günther Jakobs **für das Kamishibai** eignen sich hervorragend für den Einsatz im Kindergarten und in der Krippe. Hierbei können die Kinder über herausfordernde Situationen und über Gefühle sprechen.

## BOOKLET ZUM UMGANG MIT BILDERBUCHKARTEN



Das klar strukturierte Booklet unterstützt Sie beim unmittelbaren Einsatz der Bilderbuchkarten »Alex, abgeholt!« in Ihrer Kita oder Krippe. Es enthält:

- eine Einführung in die Geschichte und Grundlagenwissen zum Erzählen mit dem Kamishibai
- Gesprächsimpulse und Fragen zu: Übergangssituationen, Umgang mit starken Gefühlen, eigene Erfahrungen, Bindung, Bedürfnisorientierung, Trennungssituationen
- kreative Ideen und Aktionen zum Mitmachen und weiterführende Buchtipps

**Alex, abgeholt!**  
Beltz & Gelberg  
Vierfarbiges Bilderbuch Pappe, 22 Seiten  
ISBN 978-3-407-75837-8



### Danielle Graf

schreibt zusammen mit Katja Seide den Blog »Das gewünschteste Wunschkind aller Zeiten treibt mich in den Wahnsinn« ([www.gewuenschtestes-wunschkind.de](http://www.gewuenschtestes-wunschkind.de)). Ihre Wunschkind-Bücher, die sie zusammen mit Katja Seide schrieb, sind seit vielen Jahren auf der Spiegel-Bestsellerliste und wurden in viele Sprachen übersetzt.

### Katja Seide

schreibt zusammen mit Danielle Graf den Blog »Das gewünschteste Wunschkind aller Zeiten treibt mich in den Wahnsinn«. Ihre Wunschkind-Bücher, die sie zusammen mit Danielle Graf schrieb, sind seit vielen Jahren auf der Spiegel-Bestsellerliste und wurden in viele Sprachen übersetzt.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme. Die Verlagsgruppe Beltz behält sich die Nutzung ihrer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

GTIN 4019172600303

1. Auflage 2026

© 2026 Beltz Nikolo in der Beltz Verlagsgruppe GmbH & Co. KG  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
[service@beltz.de](mailto:service@beltz.de)  
Alle Rechte vorbehalten

Layout: nach dem Konzept von Atelier Bea Klenk, Bea Klenk /  
Sabina Riedinger  
Umschlagbild: © 2021 Günther Jakobs  
Lektorat: Kristina Wippert-Walburg  
Herstellung: Marah Ehret  
Druck: Pario Print Krakow  
Printed in Poland

[www.beltz.de](http://www.beltz.de)

GTIN 4019172600303



4 019172 600303