

Spiele zum Thema „Gefühle“

von Mag.^a Barbara Schreier von der Abteilung Gesundheit, Jugend und Familie
des Magistrates der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee

Mögliche Spiele in der Klasse:

Stille Post mit Gefühlen:

Verschiedene Gefühle werden auf Zettel geschrieben und in einen Sack geworfen. Jetzt stellen sich alle Kinder in einem Kreis auf und zwar so, dass sie sich immer den Rücken zuwenden.

Ein Kind zieht einen Gefühls-Zettel aus dem Sack und merkt sich das Gefühl. Nun klopf es dem nächste Kind im Kreis auf die Schulter und versucht, nur mit der Mimik (*dem Gesichtsausdruck*) das Gefühl zu zeigen. Dann muss das nächste Kind das Gefühl im Kreis weitergeben. Das geht nach dem Prinzip der Stillen Post so lange weiter, bis das Gefühl beim letzten Kind im Kreis angekommen ist. Dort wird dann überprüft, um welches Gefühl es sich handelt.

Gefühlsdusche:

Die Kinder bilden einen Sitzkreis. Zwei Kinder dürfen sich – mit dem Rücken zu den anderen Kindern – in die Mitte des Kreises setzen. Jetzt sollen alle Kinder, den Kindern in der Mitte positive Gefühle zuwerfen. Es dürfen nur gute Gefühle und Eigenschaften „geworfen werden“. Die beiden Kinder in der Mitte sollen nur zuhören.

Anschließend können die Kinder gefragt werden, wie sie sich nach ihrer Gefühlsdusche fühlen und auch wie es war, andere mit positiven Dingen zu „bewerfen“.

Weitere Übungen für die Schülerinnen und Schüler:

1. Welche Grundgefühle kennst du? Schreibe sie auf! Versuche sie auch aufzumalen!
2. Wie kannst du dich fühlen?
3. Überlege dir, was dir gute Gefühle macht:
4. Überlege dir, wobei du ein schlechtes Gefühl hast:
5. Warum ist es gut, manchmal Angst zu haben?
6. Was kannst du tun, wenn du wütend wirst?
7. Welche Gefühle hast du heute schon empfunden?