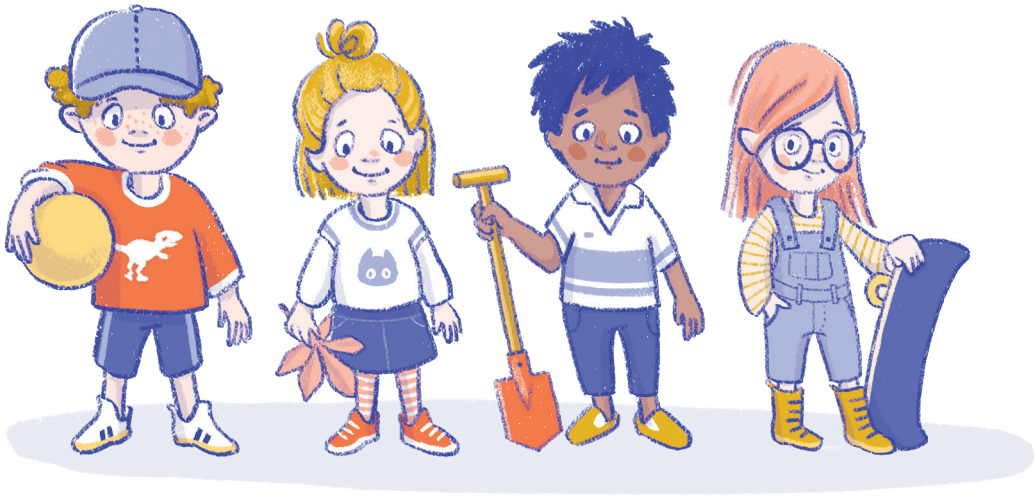
WIR LEBEN
Wir fühlen



Hintergründe, Gedanken und kreative Ideen
zum Fühlen und zu anderen Fragen des Lebens

CARLSEN

WIR LEBEN – DIE IDEE

Was heißt es, ein Mensch zu sein? Wie begegnen wir den großen Fragen des Lebens? Allein oder gemeinsam? Schön, dass Sie Lust haben, auf die Suche nach Antworten zu gehen. Die Buchreihe „Wir leben" beschäftigt sich mit genau diesen grundsätzlichen Lebensfragen, die uns als Menschen auszeichnen. Sie fragt nach Gefühlen und Gedanken, sie thematisiert den Umgang mit der eigenen Vergänglichkeit sowie die Rolle der Liebe in all diesen lebendigen Zusammenhängen. Die Auswahl dieser Themen ist nicht vollständig oder abschließend, sondern in der gemeinsamen Arbeit auf Offenheit, Erweiterung und Entwicklung ausgelegt. Dafür bieten die Bücher Impulse, Gedankenspiele, Geschichten und immer Anknüpfungsmöglichkeiten an unsere gegenwärtige Lebenswelt.

In der Arbeit mit den „Wir leben"-Büchern geht es weniger um Vermittlung spezifischer Methoden und Kompetenzen, sondern um die Übung, sich gemeinsam den eigenen Lebensfragen zu nähern – als Erwachsene genauso wie als Kinder.

Dabei ist die eigene Haltung von besonderer Bedeutung, mit der Sie sich auf ein solches Abenteuer einlassen wollen: Nicht das Erklären oder Erläutern eindeutiger Zusammenhänge oder fachspezifischer Kontexte steht im Fokus, sondern der neugierige Umgang mit einer fraglichen Welt, die wir gemeinsam besser zu verstehen suchen. Ihre Beziehung in dieser dialogischen Arbeit ist also nicht die zwischen Expert*in und Schüler*in, sondern die einer geistigen Forschergemeinschaft (Community of inquiry), in die alle Seiten neue Gedanken einbringen können.

Im ersten Band der Reihe „Wir leben" stehen die Gefühle im Vordergrund. Das Erleben der eigenen Gefühle, aber auch das Erforschen und Gestalten gemeinsamer Gefühlswelten. Zwischen den unterschiedlichen Gefühlsebenen unterscheiden zu lernen, emotionale Zustände, in denen wir erlernte Gefühlswahrnehmungen zum Ausdruck bringen und impulsive Gefühlsausbrüche besser kennenlernen, all dies bereichert den Umgang mit den eigenen Gefühlswelten – für Erwachsene wie für Kinder. Gerade für Kinder ist es wichtig, sich als emotionale und rationale Wesen kennen- und verstehen zu lernen.

Mit vertiefenden Impulsen und Methoden zum Buch „Wir leben – Wir fühlen" möchten wir Sie unterstützen, Kinder dazu anzuregen ihre Gefühle wahrzunehmen, sie zu erkennen und zu benennen. Zentral ist dabei der Wechsel von der individuellen Ebene zur gemeinschaftlichen Perspektive, sodass Gefühle auch als Teil gelingenden sozialen Miteinanders in einer Gemeinschaft sichtbar werden.

Die einzelnen Bände der „Wir leben"-Reihe sind interaktive Vorlesebücher. Sie haben etwa 90 Seiten und sind in kapitelähnliche Abschnitte eingeteilt, die den thematischen Schwerpunkten folgen. Die Themen der Geschichte regen dazu an, ins Gespräch zu kommen. Losgelöst vom Text laden auch die ausdrucksvollen Illustrationen dazu ein, genau hinzuschauen und sich über die Geschichte hinaus mit den Themen auseinanderzusetzen.









EIN ANDERER BLICK

In der gemeinsamen Arbeit mit und an den Themen der Bücher stehen zentrale Methoden und Kompetenzen des sozialen Miteinanders im Mittelpunkt, die zum Teil auseinander hervorgehen und deren Übergänge fließend sind. Im Folgenden werden diese benannt und kurz näher vorgestellt:



1. Vertiefende Wahrnehmung

Hier geht es darum, die eigene Aufmerksamkeit auf das Erleben des Gegenwärtigen zu richten: Was ist tatsächlich der Fall? Was sehe oder spüre ich – ohne es zu bewerten? Was empfinde ich bei der Betrachtung? Die intensive Betrachtung und Reflexion hilft dabei, eigene Bezugs- und Anknüpfungspunkte im Denken zu entwickeln, die neue Perspektiven für die Gruppe öffnen.

2. Kritisches Gespräch

Diese Perspektive ist die Grundlage für ein kritisches Gespräch, in dem ein zweifelndes, differenzierendes Denken geübt werden soll. Unterschiede werden sichtbar und voneinander abgegrenzt, ohne direkt eine Wertung vorzunehmen. Weitere begriffliche Klärungen helfen dabei, das Gesagte zu begründen.

3. Bewusster Perspektivwechsel

Die eigene Perspektive ist nie die einzig mögliche: Von wo schaue ich auf eine bestimmte Situation? Was kennzeichnet diese Perspektive – und könnte sie auch anders sein? Auch hier geht es um sprachliche Fähigkeiten, die sich durch kreative und sinnliche Übungen und Impulse fördern und unterstützen lassen.

4. Begründetes Urteilen

Um sich in diesem Feld der möglichen Perspektiven sprachlich bewegen zu können, braucht es gute Gründe und Anknüpfungspunkte, die in einem sozialen Miteinander vermittelbar sein müssen. Die Frage nach dem „Warum“ steht beständig im Mittelpunkt: Warum denke ich, was ich denke? Und wie könnte ein Grund für einen anderen Gedanken aussehen?

5. Selbstverantwortliches Handeln

Das Erleben von Selbstwirksamkeit und die Übernahme von Verantwortung soll durch die Themen-Buchreihe erfahrbar gemacht werden. Die gewählten Fragen oder Impulse sind eine Einladung, sich über die eigenen Interessen hinaus zu engagieren. Für das, was einen gemeinsamen Zusammenhalt stiftet und damit auch für Geborgenheit und Sicherheit sorgen kann.

EINE FRAGENDE HALTUNG

Offene Fragen bieten viele Möglichkeiten, um unsere gemeinsame Lebenswelt besser verstehen und Dinge darin erklären oder lernen zu können. Auch wenn wir darin nicht immer klare Antworten finden, werden mit einer solchen fragenden Haltung manche Zusammenhänge, Widersprüche oder Konflikte sichtbarer. Der Boden, auf dem wir stehen und unseren Weg zu finden versuchen, wird fester. Daher sind Fragen nicht dazu da, uns zu verwirren oder sicher geglaubtes Wissen zu erschüttern, sondern sie sind das wichtigste Mittel menschlicher Neugierde und Kreativität, um diese Welt gestalten und sich in ihr einrichten zu können.

Was sind große und kleine Fragen?

Dabei ist es wichtig, unterschiedliche Frageebenen voneinander abzugrenzen. Manche Fragen beziehen sich auf eindeutige Zusammenhänge. Wenn es draußen regnet, können wir die Frage danach mit einem „Ja“ beantworten. Wir können auch richtige und falsche Antworten geben, wenn es um Fragen nach mathematischen Gleichungen oder chemischen Formeln geht. Diesen Fragen stellen wir hier die „großen Fragen“ zur Seite. Große Fragen sind nicht wichtiger oder bedeutsamer. Sie beziehen sich aber auf die „großen“ Zusammenhänge des menschlichen Lebens: Wie gelingt Freundschaft? Was geschieht nach dem Tod? Woher kommen die Gedanken? All dies sind Beispiele für große Fragen, auf die es viele mögliche und keine eindeutigen Antworten geben kann. Aber wir können der Auseinandersetzung mit ihnen einen Platz in unserem Leben geben und durch den beständigen Austausch herausfinden, wer wir in dieser Welt sind – und sein wollen.



WAS IST EIGENTLICH EIN GUTES GESPRÄCH?

Es gibt viele verschiedene Arten und Weisen, miteinander zu sprechen. Manchmal fragen wir nur nach der Uhrzeit oder möchten wissen, was es zum Mittagessen gibt, manchmal geht es ums Wetter oder darum, wie das Handballtraining gestern war. Dann gibt es Gespräche, in denen richtig viel passiert, weil wir plötzlich etwas verstehen oder ein neuer Gedanke auftaucht oder eine Frage, auf die wir gemeinsam eine Antwort finden müssen. Aber was ist eigentlich ein gutes Gespräch?

Manche Gespräche sind gut, weil sie zu einer Antwort oder einer Lösung führen. Andere, weil die Themen Spaß machen, um die es geht. Aber es gibt auch Gespräche, die eine besondere Qualität haben, weil wir uns darin gemeinsam mit anderen auf die Suche nach Antworten machen, versuchen, etwas besser zu verstehen oder eine mögliche Lösung von einer anderen zu unterscheiden.

Diese Form des Gesprächs ist offener und beschreibt einen im philosophischen Sinne Dialog – einen gleichberechtigten Austausch unterschiedlicher Sichtweisen, Meinungen oder Argumente. Diese Form des Dialogs geht zurück auf den griechischen Denker Sokrates und wird „Sokratischer Dialog" genannt, auch wenn es dort nicht immer um philosophische Themen gehen muss.

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Gibt es besondere Menschen,
mit denen du besonders gern sprichst?
Kannst du auch mit Tieren sprechen?



DAS SOKRATISCHE GESPRÄCH

Die sokratische Gesprächsführung ist eine offene Form des dialogischen Miteinanders, die nicht darauf ausgelegt ist, eindeutiges Wissen zu vermitteln, sondern gemeinsame Gedanken zu entwickeln. Ein solches Gespräch können wir „philosophisch“ nennen, nicht weil es Inhalte der Philosophie zu vermitteln sucht, sondern eine aus der Philosophie bekannte Haltung nutzt, um die Kinder durch Nachfragen und Überprüfen darin zu unterstützen, eigene Gedanken zu entwickeln.

Es gilt, für Anknüpfungspunkte oder mögliche Verbindungen zwischen den Antworten der Kinder zu sorgen und Argumente zu sammeln, die das Gesagte unterstützen können. Auch Pausenmomente oder kurze Schweigephasen sind in diesem Prozess gewollt. Darin soll deutlich werden, dass es bei vielen Fragen mehr als eine Deutung gibt, die möglich ist, richtig sein kann, aber nicht muss. Kritisches Denken und die eigene Urteilskraft zu stärken, ist dabei das zentrale Anliegen.

Wie gelingt ein Gespräch zu solchen großen Fragen?

Stellen Sie offene Fragen an den Anfang. Lassen Sie die Kinder erzählen, sortieren Sie die Antworten und fassen Sie zusammen. Sammeln Sie die Gedanken unter bestimmten Begriffen und Fragestellungen: Welche Gründe gibt es dafür, dieses oder jenes Gefühl zu empfinden? Warum ist etwas traurig oder schön?

Führen Sie an dieser Stelle gemeinsame Verabredungen für ein sokratisches Gespräch ein. Mithilfe der Symbolkarten erleben die Kinder den Unterschied zwischen den eigenen inneren Bedürfnissen einerseits und den Regeln eines Gesprächs andererseits.

K1: Ein gutes Gespräch

Die abgebildeten Symbolkarten können dabei helfen, die verschiedenen Gesprächshaltungen und Positionen der Gesprächsteilnehmer*innen zu veranschaulichen.

Daraus entstehen eigene Bezüge und Möglichkeiten, eine Frage oder ein Thema unterschiedlich verstehen zu lernen.



DOWNLOADS

Kopiervorlage K1

WAS BEDEUTET EIGENTLICH FÜHLEN?

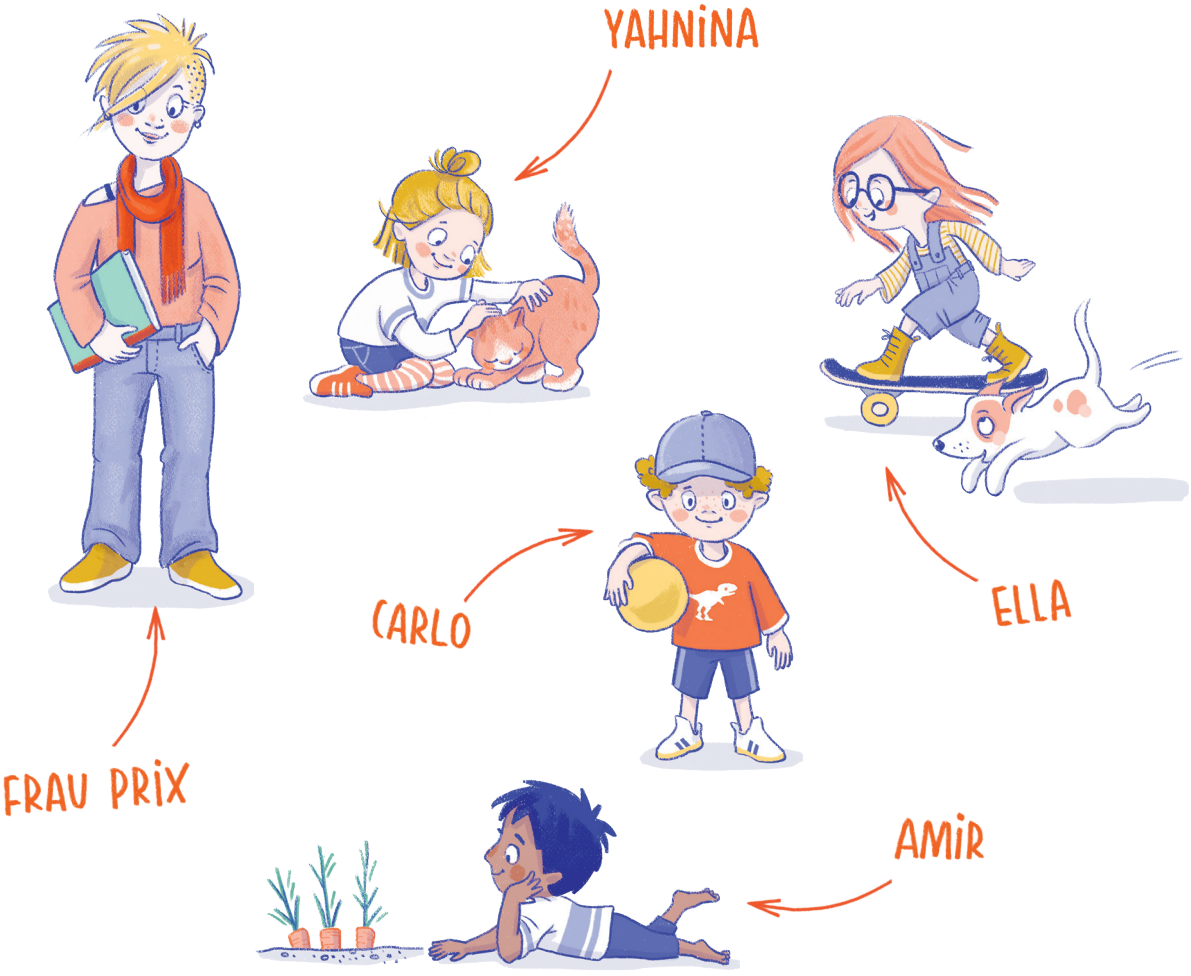
Gefühle spielen in der Lebenswelt der Kinder eine große Rolle. Aber nicht immer fällt es den Kindern leicht, sie auszudrücken. Auch das Erkennen von Gefühlen bei anderen ist nicht selbstverständlich. Die Entwicklung emotionaler und sozialer Kompetenzen ist ein wichtiger Teil jedes sozialen Lebens – und dies gelingt nur, wenn wir dazu im Austausch mit den Kindern bleiben. Ein Anfang könnten die Antworten der Kinder auf diese erste große Frage sein: Was bedeutet eigentlich „fühlen"?

Weiteres Unterrichtsmaterial soll dabei helfen, die Kinder anzuregen, ihre eigenen Gefühle wahrzunehmen, sie zu erkennen und von anderen Gefühlen abzugrenzen. Auch das Benennen und Einordnen der Gefühle anderer und der Zusammenhang, der daraus entsteht, ist ein zentrales Thema, um gemeinsam mit den Kindern den Stellenwert der eigenen Gefühlswelt herauszuarbeiten, gleichzeitig aber auch deutlich zu machen, dass es darum geht, in dieser Welt gemeinsam zu einem guten Handeln zu kommen, das nicht allein durch die eigenen Gefühle (wie z. B. Wut) geleitet sein kann.



UMSETZUNG IM UNTERRICHT

Im ersten Band der Reihe „Wir leben – Wir fühlen“ begleiten Sie die Klasse 1 b durch ihr erstes Schuljahr. Die vier Kinder Yahnina, Carlo, Ella und Amir sind die Hauptfiguren und bekommen jeweils in einem der Bände eine besondere Rolle, sodass die Kinder sie besonders gut kennenlernen werden. In diesem Band ist es Yahnina, die im Vordergrund der Rahmengeschichte steht. Frau Prix ist ihre Klassenlehrerin, die die Kinder mit viel Herz durch den Schulalltag begleitet.



Eine besondere Rolle kommt dem Huhn Mascha in allen vier Bänden zu. Immer dann, wenn im Buch Maschas Hühnerfußspuren auftauchen, finden Sie/die Kinder zu dieser Stelle passende weiterführende Anregungen – entweder in diesem Material und/oder auf der eigenen Website zum Buch.



HEY – SCHÖN, DASS DU DA BIST!

Hier lernen Sie die Klasse 1 b nun ein bisschen genauer kennen. Der Klassenraum bietet einen lebendigen Eindruck vom bunten Leben an der Wiesenbergschule. Schauen Sie sich das Wimmelbild (am besten am Smartboard) mit den Kindern in Ruhe und ganz genau an. Lassen Sie die einzelnen Szenen wirken und regen Sie dazu an, Kontexte und Bezüge der Figuren herzustellen. Wer weiß, was daraus im Lauf der Geschichte noch entstehen wird?

SEITE 14/15



DOWNLOADS
Illustration S. 14/15

Verteilen Sie dazu kleine Klanginstrumente an alle Kinder. Jedes Kind überlegt sich nun leise, welche Farbe sein Klanginstrument hat. Bewegen Sie die Computermaus für alle sichtbar ganz langsam über das Wimmelbild von Motiv zu Motiv. Das Kind/ggf. mehrere Kinder, das/die sich die entsprechende Farbe überlegt hat/haben, auf der die Maus gerade ruht, darf nun sein/ihr Instrument erklingen lassen – und zwar so lange, wie die Maus auf dem Bild-Farbausschnitt ruht.

Niemand spricht bei dieser Übung. Sie erhöhen die Aufmerksamkeit, in dem Sie mit der Geschwindigkeit der Maus spielen. Dabei darf es auch mal laut werden und alle musizieren durcheinander. Im nächsten Moment können Sie wie ein Dirigent Ihr Orchester wieder ruhiger werden lassen.

In einer nächsten Phase können z. B. einzelne Kinder die Führung der Maus übernehmen. Hier lassen sich jede Menge kleine Fragen stellen, wie z. B.:

Wie sieht es im Klassenraum der 1 b aus?
Was mögen in der 1 b wohl für Kinder sein?
Wie heißen sie?
Was passiert dort?
Was findest du in deinem Klassenraum wieder?

WIE DIE ZEIT VERGEHT ...

Bei der Überlegung warum die Bäume ihre Blätter verlieren oder Dinge sich einfach so verändern, stellt sich immer wieder die Frage nach der Zeit und was das eigentlich für eine komische Sache ist.

SEITE 16/17



Das Thema „Zeit“ ist auch für viele Forscher*innen ein großes Rätsel, zu dem es jede Menge Fragen zu stellen gibt: Was ist eigentlich die Zeit? Warum vergeht sie mal schnell und mal langsam und warum ist das für jeden von uns unterschiedlich? So richtig einfache Antworten gibt es darauf nicht, also stellen wir vielleicht als Erstes die „große“ Frage:

Was ist die Zeit überhaupt?

Zeitforscher*innen untersuchen z. B. in der Physik, was Zeit eigentlich ist, ob es sie überhaupt gibt und wie sich etwas so Unsichtbares wie die Zeit begreiflich machen lässt. Aber es gibt auch Zeitforscher*innen, die versuchen herauszufinden, wie Menschen mit ihrer Zeit umgehen, wie schnell oder langsam wir Dinge tun oder lassen – und warum. Und sie fragen sich, ob es wirklich gut ist, wenn wir versuchen, immer mehr Dinge in immer weniger Zeit zu erledigen. Bei dieser Frage können wir sogar selbst zu Zeitforscher*innen werden und einfach mal überlegen, wie kostbar unsere Zeit eigentlich ist.

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Wie fühlt es sich an, dass die Zeit vergeht?
Vergeht sie mal schneller und mal langsamer?
Woran könnte das liegen?

BLÄTTERWALD

Nun geht es für alle raus an die frische Luft in den Blätterwald. Inspiriert von den eigenen Gedanken zur Vergänglichkeit im Herbst, lässt sich die sinnliche Erfahrung in der Arbeit mit und in der Natur auch für die eigene Gefühlswelt nutzen. Probieren Sie es am besten gleich aus!

SEITE 18/19



Gehen Sie mit den Kindern in den Wald und lassen Sie sie besondere Blätter sammeln, von denen die Kinder glauben, dass sie gut zu ihnen passen. Die Gründe können in der Persönlichkeit, der Tagesform, dem äußeren Erscheinungsbild liegen, das bleibt den Kindern selbst überlassen. Die Blätter werden im Klassenraum gepresst und als Grundlage für eine kreative Übung genutzt.

So lässt sich anhand der Fragen mit den gesammelten Blättern weiterarbeiten:

1. Nimm eines deiner Blätter in die Hand: Wie fühlt es sich an?
   Finde fünf Wörter, die genau beschreiben, was in deiner Hand passiert.

2. Setz dich auf den Boden und werde ganz still.
   Nun stell dir vor, du hörst einen Blätterhaufen rascheln.

3. Wie hört es sich an?
   Versuche nachzumachen, wie sich dieses Geräusch anhört.

K2: Mein Blatt
Nun kommen die gesammelten Blätter vom Waldspaziergang zum Einsatz. Aus ihnen lässt sich ein neues Blatt gestalten.



DOWNLOADS
Kopiervorlage K2

DIE GESCHICHTE VON JOHNNY DEM BLATT

Um ein ganz besonderes Blatt geht es nun in der folgenden Geschichte. Viel Freude mit Johnny und Babette und hoffentlich auch dabei, mit den Kindern ihre ganz eigenen Gedanken dazu herauszufinden.





SEITEN 24–27

Lesen Sie die „Geschichte von Johnny dem Blatt“ vor. Lenken Sie die Aufmerksamkeit der Kinder auf die Gefühlswelten der Beteiligten: Was stellen die Blätter am Baum dar? Welche Rolle spielt Johnny und gab es Momente, in denen die Kinder sich auch schon einmal so gefühlt haben?

Nach dem Lesen der Geschichte lassen Sie erste Assoziationen und Nachfragen zu und thematisieren Sie die Gefühle der Kinder, die sie beim Lesen hatten. Steigen Sie dann genauer in den Inhalt der Geschichte ein.

Gehen Sie mit den ersten Fragen aus dem Buch mit den Kindern ins Gespräch:

Warum möchte Johnny an seinem Platz bleiben?
Wie fühlt sich Johnny?
Was könnte Johnny helfen?

DOWNLOADS

Audiodatei S. 24–27

Bühne frei: ein Theater zum Improvisieren

Ein Improvisationstheater ist eine Theaterform, bei der Szenen ohne vorherige Planung improvisiert werden.

Gestalten Sie ihr eigenes Theater, indem Sie gemeinsam ein Thema oder eine Situation auswählen und die Kinder in verschiedene Rollen schlüpfen lassen, um spontan eine Szene zu improvisieren. Dabei können Sie Requisiten oder bestimmte Charaktere vorgeben, um die Improvisation zu unterstützen. Wichtig ist es, den Kindern Freiheit und Raum zu geben, um ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen.

Was brauchen Sie dafür:
ca. 3 m lange Wollfäden in 3 verschiedenen Farben, so viele, wie Kinder mitmachen:

rot = „die Draufgänger“: wild und aufgeregt mit Lust, sofort loszustürmen
gelb = „die Besonnen“: ein bisschen schauen, ein bisschen fühlen, ein bisschen abwarten
braun = „die Ängstlichen“: lieber nicht bewegen, lange zuschauen, vorsichtig sein

So könnte eine Anmoderation aussehen:
*Wir wollen die Geschichte von Johnny ohne Worte spielen. Eine*r von euch ist der Baum. Der Baum hält viele Blätter fest (das Kind erhält alle Wollfäden als Bündel in der Hand). An diesem Baum hängen viele verschiedene Blätter, die ihr euch vorstellen könnt. Sie sehen unterschiedlich aus und fühlen sich auch ganz verschieden. An den roten Wollfäden hängen die Draufgänger. An den gelben Fäden hängen die Besonnenen. An den braunen Fäden hängen die Ängstlichen. Wer von euch möchte ein wildes und aufgeregtes Blatt spielen? Wer hat Lust, ein eher nachdenkliches Blatt spielen? Und wer möchte sich lieber nicht bewegen, vorsichtig sein, erst ganz zum Schluss langsam davonfliegen?*



Die Kinder wählen eines der Blätter und ordnen sich im Baum anhand der Fäden selbst ein. Schalten Sie nun eine leise Musik im Hintergrund an und bitten Sie die Kinder, sich langsam zu bewegen. Fordern Sie nun nach und nach die Kinder auf, ihr Blatt zu spielen. In einer weiteren Runde tauschen die Kinder die Rollen, sodass jede*r mal jede Rolle übernommen hat.

Im Anschlussgespräch geht es darum, die eigene Rolle zu reflektieren:

Wie ging es dir in deiner Rolle als Blatt?
Welches Gefühl war besonders stark?
Welches Blatt wärst du, wenn du nicht in der Geschichte spielen würdest?

DAS GEDICHT „ICH FÜHLE"

Für manche Gefühle fehlen uns fast die Worte. Manchmal hilft es dann, dieses Gefühl zu malen oder sich eine Melodie auszudenken, die wie dieses Gefühl klingt – und manchmal können wir die Worte auch anders zusammensetzen und ein Gedicht schreiben: ein Gedicht über das „Fühlen".





SEITEN 30–33

Sammeln Sie zusammen mit den Kindern Gefühlswörter und lesen Sie das Gedicht im Anschluss den Kindern vor. Achten Sie dabei darauf, dass Mimik, Gestik und Stimmlage dem Inhalt des Gedichts entsprechen. Schaffen Sie den Raum für Fragen der Kinder, um mögliche inhaltliche oder sprachliche Unklarheiten nach dem ersten Vorlesen des Gedichts zu klären.

Lesen Sie das Gedicht noch einmal vor und bitten Sie die Kinder dabei, auf folgende Dinge genau zu achten:

- **Gibt es etwas, was dir besonders gut an dem Gedicht gefällt? Merke dir ein Wort oder einen Satz. Klingt etwas besonders schön oder lustig in deinen Ohren?**

Sammeln Sie sprachlich oder klangliche Besonderheiten mit den Kindern. Damit entsteht ein eigener Bezug der Kinder auch zur möglichen Sprache der Gefühle.

K3: Mein Gefühlsballon
Mit dieser Kopiervorlage laden Sie alle Kinder ein, einen eigenen Ballon mit ihrem besonderen Gefühlswort zu gestalten.



DOWNLOADS
Kopiervorlage K3

Woran kannst du ein Gefühl bei einem anderen Kind erkennen?

Laden Sie die Kinder ein, die im Gedicht genannten Gefühle in Form eines Standbilds nachzustellen. Ein Standbild ist eine Methode, bei der die Schauspieler*innen eine Szene darstellen und für diesen Moment einfrieren.

Die Kinder wählen in ihrer Gruppe ein Gefühl aus und positionieren sich selbst darin in verschiedenen Haltungen. Dann frieren sie für einen Moment ein, um das Standbild zu schaffen. All das findet schweigend statt. Am Ende präsentieren die einzelnen Gruppen ihr Standbild.

Ein Beispiel:
Eine Kindergruppe stellt sich in ein Standbild und die anderen raten: Welches Gefühl ist das? Woran erkennst du das?

Nach der Präsentation führen Sie gemeinsam mit den Kindern ein Anschlussgespräch, um sich über das Gefühl innerhalb des Standbilds klarer zu werden und einen gemeinsamen Austausch auch zwischen den Gruppen anzuregen.



GEFÜHLSSALAT

Gefühle können manchmal ein ziemliches Durcheinander sein. Wie in einem Salat, in dem so viel Verschiedenes zusammen doch so köstlich sein kann. Was Gefühle und Salat miteinander zu tun haben, finden wir auf den folgenden Seiten heraus.



SEITE 36/37

Schauen Sie sich das Bild zum Gefühlssalat gemeinsam mit den Kindern in Ruhe an. Vielleicht gelingt ihnen gemeinsam ein Bezug zum Gefühlsgedicht:

Welche Gefühlsworte tauchen wieder auf?
An welches Gefühl erinnere ich mich besonders gut?

Dazu können Sie z.B. Wortkarten vorbereiten oder sie mit den Kindern selbst gestalten. Eine Möglichkeit wäre, das Nomen mit dem Adjektiv zu verbinden, sodass auf einer Seite der Karte das Wort „Wut“ und auf der anderen das Wort „wütend“ zu finden wäre. Daran anschließend benennen die Kinder die Gefühle, an die sie sich erinnern. Jedes Gefühl, das die Kinder benennen, wird als Wortkarte auf den Boden in die Mitte des Kreises gelegt. Im Anschluss daran nennen die Kinder weitere Gefühle, die sie kennen, die auf eigenen Papierkarten im Kreis ergänzt werden.

Von dieser entstehenden Wortwolke können Sie zum Gefühlssalat überleiten: Manchmal ist die eigene Gefühlswelt eben nicht schön aufgeräumt und ordentlich, sondern ziemlich durcheinander – wie in einem Salat.

Wie bringen die Kinder die Gefühlswörter auf den Karten mit dem Gemüse/dem Obst zusammen? Fragen Sie ruhig ganz gezielt: „Welches Gefühl passt für dich zu welchem Gemüse/Obst?“ Lassen Sie dabei auch unbedingt unterschiedliche Antworten zu und stellen Sie Verbindungen her. In einer abschließenden Einzelarbeit können die Kinder dann ihren ganz eigenen Gefühlssalat abbilden.

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Meinst du, dass Gefühle
auch einen Geschmack haben können?



K4: Mein Gefühlssalat

Lassen Sie die Kinder ihren eigenen Gefühlssalat zusammenstellen. Gibt es andere Sorten, die in ihrer Gefühlswelt wichtig sind?



DOWNLOADS

Illustration S. 36/37
Kopiervorlage K4

DER BESTE NACHTISCH DER WELT

Hm … wie das duftet! Manche Gefühle haben ihren ganz eigenen Duft oder Geschmack, so wie eine süße Erinnerung oder köstliche Vorfreude.



SEITE 38/39

Yahninas Kuchen macht fast immer glücklich, zumindest für einen kleinen Moment oder auch mal einen ganzen Nachmittag: Probieren Sie es doch einfach mal in der Schulküche aus. Und vielleicht finden sich ja noch andere Dinge, die so gut schmecken oder riechen, dass das gute Gefühl dazu gleich mitgeliefert wird.

Yahninas Glückskuchen

Zutaten:

- 300 g Butter, Zimmertemperatur
- 300 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 4 Eier, Zimmertemperatur
- 1/2 TL Zimtpulver
- 250 g Apfelmus
- 350 g Weizenmehl Type 550
- 1 Pck. Backpulver

Zubereitung:

Verarbeite die Zutaten der Reihe nach zu einem gleichmäßigen Rührteig und gib den Teig anschließend in eine Springform. Bei 180°C Ober-/Unterhitze im vorgeheizten Ofen ca. 60 Minuten backen. Nach dem Abkühlen kannst du den Kuchen mit Zuckerguss und bunten Streuseln dekorieren.



YAHNINAS GEFÜHLE

Der geschichtliche Hintergrund der meist kreisrunden Bilder liegt in der tibetischen und indischen Kultur. Im Buddhismus und im Hinduismus halfen diese Bilder den gläubigen Menschen, sich wirklich in ihre Gedanken und Gefühle zu vertiefen.



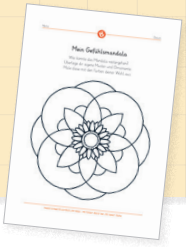
SEITE 42/43

Daher kommt auch der Name: Der Begriff „Mandala“ stammt aus dem Sanskrit und bedeutet Kreisbild/Heiliger Kreis. Im Tibetischen heißt es wortwörtlich übersetzt: Mittelpunkt mit Umkreis. Dieses Bild der „Mitte“ liegt jedem Mandala zugrunde. Wir können auf ganz unterschiedliche Weise die Ganzheit herstellen, die Ordnung, die uns gefällt und die uns woanders vielleicht manchmal fehlt – einfach mit Formen und Farben.

Yahninas Mandala ist nur eine Möglichkeit, die Sie für die Arbeit mit den Kindern nutzen können: Wie könnte das eigene Mandala aussehen? Überlegen Sie gemeinsam mit den Kindern, welche Farben und Muster für sie wichtig sind und wie das Mandala fortgesetzt werden könnte. Dabei ist wichtig, dass in der weiterführenden Arbeit das Farbspiel im Mandala im Vordergrund stehen soll und weniger die Gegenständlichkeit des Musters. Das gesamte Zusammenspiel ist das, was wirken soll.

Impuls: Über das Smartboard wird das Mandala an die Wand projiziert. Darauf aufbauend malen die Kinder das Mandala aus und zeichnen die Muster und Ornamente weiter.

K5: Mein Gefühlsmandala
Wie könnte das Mandala weitergehen? Lassen Sie die Kinder eigene Muster und Ornamente entwickeln.



DOWNLOADS
Kopiervorlage K5

FRAGEN ZU DEN GEFÜHLSBILDERN

Manche Gefühle sind größer als andere, manchmal schwerer auszuhalten, manchmal aber auch so wunderbar, dass sie uns durch den ganzen Tag tragen können. Vier dieser Grundgefühle finden Sie auf den Seiten 44–51 im Buch bildlich dargestellt – denn für diese Gefühle ist es vielleicht sogar leichter Bilder zu finden, wenn einem hin und wieder die Worte fehlen. Gehen Sie doch gemeinsam mit den Kindern auf die Suche.



DOWNLOADS

Illustrationen S. 44–51

GEWINNEN UND VERLIEREN

Manchmal melden sich auch besonders große Gefühle, wenn wir mit besonderen Dingen beschäftigt sind, Dingen, die wir besonders gut können, sehr gern mögen oder aber so gar nicht hinbekommen. Das kennen wir alle, manchmal wenn wir allein versuchen, etwas besonders gut zu machen, oder aber als Gruppe oder Team. Dann geht es oft darum, gegeneinander anzutreten, einen Wettkampf auszutragen, einen Wettbewerb oder ein Spiel zu gewinnen – oder aber zu verlieren. Diese Gefühle sind manchmal gar nicht so einfach und genau darum geht es nun bei jemandem, der besonders gut darin ist, andere gewinnen zu lassen: der beste Verlierer der Welt.

Ein Interview mit Ciao Kakao TV: Felix Freudenschrei

Was bedeutet es eigentlich zu gewinnen? Warum ist das ein gutes Gefühl und was bedeutet das für die Verlierer*innen? Manchmal gewinnt man allein und manchmal als Team. Fühlt sich beides gleich an? Und was hilft eigentlich, wenn wir einmal verloren haben? Vielleicht muss sich Verlieren gar nicht so schlecht anfühlen: In diesem szenischen Text geht es um die Umkehrung der üblichen Wertung. Was wäre, wenn es das Ziel wäre, andere gewinnen zu lassen und selbst ein*e richtig gute*r Verlierer*in zu sein?

Das Interview mit Felix Freudenschrei soll auf humorvolle Weise Anlass bieten, mit den Kindern dieses Gedankenexperiment zu vollziehen.



SEITE 56/57

DER BESTE VERLIERER DER WELT – Zum Nachspielen in der Klasse

Lesen Sie den Text aus dem Buch mit verteilten Rollen. Dabei übernehmen Sie die Rolle des Reporters oder vergeben Sie an ein mutiges Kind. Ein weiteres Kind übernimmt die Rolle von Felix Freudenschrei und die “Oleee´s” werden von allen Kindern gemeinsam gesprochen.

GEFÜHLSREISE

Die Gefühlsreise ist eine sprachlich angeleitete Meditation. Eine sprachlich angeleitete Meditation dient dazu, mit den Kindern zur Ruhe zu kommen, ihre Wahrnehmung nach innen zu richten und fantasievolle Bilder entstehen zu lassen.





SEITEN 58–61

Bevor Sie mit den Kindern auf die Reise gehen, können Sie sich diese Fragen stellen:

Worauf kann ich mich verlassen?
Wem oder was vertraue ich?
Gibt es Orte, an denen es mir besonders gut geht?

Für die gemeinsame Gefühlsreise braucht es einige Vorbereitungen:
Welche Bedingungen im Klassenraum und innerhalb der Gruppe sollten vorherrschen, damit diese gedankliche Besinnung funktionieren kann?

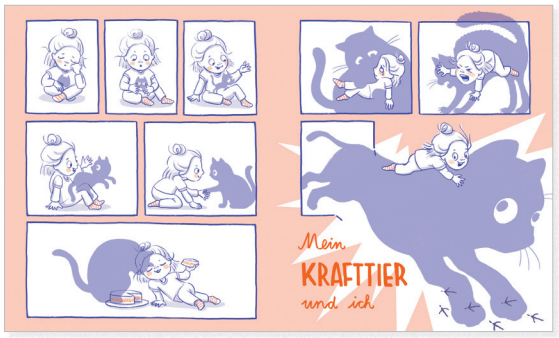
Impuls: Lassen Sie den Gong einer Klangschale erklingen. Beginnen Sie dann damit, die Geschichte vorzulesen. Beenden Sie das Vorlesen der Geschichte wieder mit einem Gong und lassen Sie das Gesagte kurz wirken. Folgende Fragen können Sie im Anschluss mit den Kindern besprechen: Was hat dir auf deiner Reise am besten gefallen? Warum hat es dir gefallen? Was hat dir nicht gefallen? Warum hat es dir nicht gefallen?

DOWNLOADS
Audiodatei S. 58–61

DIE BESONDERE ROLLE DER KRAFTTIERE

In unserer Geschichte gehen die Kinder mit ihren Krafttieren auf eine gedankliche Reise. Darin sind die einzelnen Tiere besondere Begleiter der Kinder, die auch in den folgenden Bänden der Wir-leben-Reihe immer wieder einen Platz bekommen. Krafttiere sind so etwas wie ein Medium, um Kinder mit ihrer eigenen Gefühlswelt in Kontakt zu bringen. Die Tiere können ein Spiegel dafür sein, was das Kind braucht, was gerade ansteht, was ihm auf der Seele lastet.





SEITEN 62–65

Die Kraft der Krafttiere: Ich bin nicht allein!
Gestalten Sie mit den Kindern ihre eigenen Krafttiere. Dabei können die Kinder auch die Körperteile unterschiedlicher Tiere miteinander verbinden. Zum Beispiel die langen Beine eines Gepards, den stacheligen Rücken eines Igels und das gutmütige Gesicht eines Bären. Egal, ob sich jede*r ihr/sein Krafttier malt, bastelt, knetet, aus Holz/Wolle/Federn gestaltet oder Sie ein Upcycling-Projekt daraus machen, das Krafttier darf im Verlauf der Zeit immer wieder verändert werden.

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Was ist es für ein Gefühl, allein zu sein?
Kennst du den Unterschied zwischen Alleinsein und Einsamsein?
Wer soll bei dir sein, wenn du dich allein fühlst?

DOWNLOADS
Illustrationen S. 62–65

WEIHNACHTLICH, WEIHNACHTSLICHT

Alle Kinder haben einen besonderen Bezug zu Licht und Dunkelheit. Dazu machen sie vielfältige Erfahrungen, die mit ebenso vielfältigen Gefühlen einhergehen. In diesem Abschnitt soll sowohl der besonderen Qualität der „Helligkeit“ als auch dem Symbol Licht besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden.

SEITE 68/69



In Form von Kerzenlicht haben Helligkeit und Licht in der Adventszeit eine ganz besondere Symbolik, die aber auch gern individuell geöffnet und ausgeweitet werden kann. Gehen Sie dazu mit den Kindern ganz grundsätzlich ins Gespräch:

Welche Formen von Weihnachtslichtern kennst du?
Habt ihr einen Adventskranz zu Hause und weißt du, was er bedeutet?
Wenn du kein Weihnachten feierst,
welche Lichter spielen bei dir eine besondere Rolle?

Eine besonders schöne Idee liegt darin, Licht in welcher Form auch immer weiterzugeben, es zu verschenken. Das Verschenken von Licht macht die Wirkung des Lichts für die Kinder konkret erfahrbar, nicht nur individuell, sondern auch im Kontext einer Gemeinschaft. Anhand des Symbols Licht erkennen die Kinder, dass ein Symbol ein Zeichen für Zuneigung und Wohlwollen sein kann.

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Welche Farben verbindest du mit Licht?
Welche Gefühle verbindest du mit Licht?
Wem schenkst du dein Licht – und warum?

MEINE TÜTE VOLL LICHT

Es gibt so viele Ebenen, auf denen wir ein bisschen Licht weitergeben können – manchmal strahlen wir einfach selbst so hell und genau das ist einfach ansteckend, manchmal können wir jemand anders mit einer zündenden Idee oder einem Gedankenblitz für etwas begeistern und manchmal können wir dieses Licht auch symbolisch verschenken. In der dunklen Jahreszeit, aber vielleicht auch in einem dunklen Moment, in dem ein bisschen Licht eine Hilfe sein kann.

Überlegen Sie gemeinsam, für wen ein solches Geschenk zur Weihnachtszeit eine besondere Gabe sein könnte und warum uns allen das Licht nicht nur zu Weihnachten so wichtig ist.



Achtung: Die Tüte voll Licht muss mit der Kante des Glases abschließen, damit es nicht zu einem Brand kommt. Sprechen Sie mit den Kindern vor dem Anzünden der Kerzen über Folgendes:

Wer darf die Kerzen anzünden?

Wer darf sie ausmachen?

Wie bewege ich mich in der Nähe von den Kerzen?

Darf ich die Tüten voll Licht auch berühren oder nur angucken?

K6: Meine Tüte voll Licht

Hier finden Sie die Bastelanleitung für Ihre ganz eigene Wundertüte voller Licht, die Sie mit den Kindern auf den Schwerpunkt Weihnachten oder Licht hin ausrichten können.



DOWNLOADS

Kopiervorlage K6

VON KNOLLEN UND KNOSPEN

Betrachten Sie die Bilder zu den Knollen und Knospen gemeinsam mit den Kindern und lesen Sie das Gedicht von Mascha Kaléko vor.



SEITE 72/73

Lesen Sie das Gedicht ein zweites Mal vor und bitten Sie die Kinder, nach dem zweiten Hören ein Wort oder eine Formulierung aus dem Gedicht zu nennen, die ihnen besonders gut gefallen hat, z. B. duftende Veilchen oder holzbraune Käfer. Im Anschluss sollen die Kinder eigene Formulierungen für den Frühling finden. Diese werden dann zu einer Zeile ausformuliert und auf einen farbigen Papierstreifen geschrieben. Im nächsten Schritt legen Sie mit allen Kindern gemeinsam ihr Klassen-Frühlingsgedicht aus den vielen einzelnen Zeilen. Abschließend tragen die Kinder das Gedicht in kleinen Gruppen vor.

Die Präsentation kann z. B. auch durch ein Glockenspiel, eine Handtrommel, eine Triangel oder ähnliches begleitet sein, die als eigene Klangchoreographie nach den Wünschen der Kinder gestaltet und gemeinsam aufgeführt werden kann.

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Welches Gefühl verbindest du mit dem Frühling?
Welche Wörter fallen dir ein, um den Frühling zu beschreiben?

K7: Frühlingsgefühle
Das Gedicht kann als Vorlage für ihre eigene Arbeit mit diesem ganz besonderen Gefühl dienen: dem Frühlingsgefühl.



DOWNLOADS
Kopiervorlage K7

WANDERTAG

Wandern klingt manchmal ein bisschen langweilig – aber wenn alle erst mal so richtig losmarschieren, lässt sich auch ganz schön viel Tolles entdecken. Vielleicht finden sich hier ein paar Anregungen dafür.

SEITE 76/77



Zur Einstimmung in das Thema „Wandertag“ bietet sich der Austausch über die Erfahrungen der Kinder an:

Hast du schon mal eine richtige Wanderung gemacht?
Oder einen langen Spaziergang?
Was ist das Besondere an einer Wanderung,
die alles andere als langweilig werden soll?
Wenn du zu Fuß durch die Welt gehst,
siehst du meistens viele kleine Dinge, die dir nicht begegnen würden,
wenn du mit dem Auto, dem Bus oder der Bahn unterwegs wärst.
Was könnten das für Dinge sein?

Wandern scheint besonders viel Freude zu machen, wenn die Wanderer dabei singen. Üben Sie den Text aus dem Buch mit den Kindern z. B. als eine Art wechselseitigen Sprechgesang ein und probieren Sie, darin verschiedene Gefühlslagen zum Ausdruck zu bringen.

K8: Wanderleben
Hier finden Sie den Text des Wanderliedes. Laden Sie die Kinder zum chorischen Sprechen bzw. Singen des Textes ein. Werden Sie in der konkreten Umsetzung gemeinsam kreativ.



DOWNLOADS
Kopiervorlage K8

EIN WARMES GEFÜHL IM BAUCH

Ein warmes Gefühl im Bauch beschreibt meist einen besonderen Moment, in dem etwas Freude macht. Ein Moment des Glücks oder eine besondere Begegnung, vielleicht aber auch ein sinnliches Erleben von Schönheit kann der Grund dafür sein, dass es plötzlich ganz „warm im Bauch“ wird.



SEITE 80/81

Tauschen Sie sich mit den Kindern darüber aus, ob sie dieses Gefühl kennen und wann sie es vielleicht erlebt haben. Dann suchen Sie sich einen Anlass aus dem gemeinsamen Erleben mit Ihrer Klasse und überlegen zusammen, ob und warum hier ein „warmes“ Gemeinschaftsgefühl entstanden ist.

Ein gedanklicher Anstoß kann dafür auch eine gemeinsam geschaffene Sache oder ein Bild sein, das aus ganz vielen unterschiedlichen Teilen zusammengesetzt und für Ihre Klasse von Bedeutung ist.

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Passen nur Dinge zusammen, die sich ähnlich sind?
Wie ist das bei Menschen? Sind deine Freunde so wie du oder gerade ganz anders, damit es nie langweilig wird?

DER WEG VON ANFANG UND ENDE

Oft scheint es, als wüssten wir ganz genau, wann Dinge anfangen oder zu Ende gehen, wann ein Weg beginnt oder ein Ziel erreicht ist. Wenn wir dann aber genauer hinschauen, ist es manchmal gar nicht so klar, wann bestimmte Veränderungen wirklich angefangen haben oder wo der eigene Weg vielleicht schon vorbereitet wurde, bevor wir die ersten Schritte gegangen sind.



SEITE 82/83

Die kleine Geschichte von Herrn Anfang und Frau Ende lässt sich zum Anlass nehmen, am Ende des Buchs über den Zusammenhang von Anfang und Ende nachzudenken – dem Ende des Schuljahrs oder dem Beginn der Ferien.

Hast du schon einmal erlebt,
dass sich Anfang und Ende begegnet sind?

FRAGEN ZUM WEITERDENKEN:

Woher weißt du, dass etwas angefangen hat?
Bei einem Buch oder einer Straße ist das klar, aber wie ist das z. B. bei einer guten Idee oder einem Problem?

DER LETZTE SCHULTAG

Auf der letzten Seite finden Sie ein Wimmelbild der Klasse 1 b am Ende des Schuljahrs. Um den Bogen zu spannen, können Sie die Arbeit mit dem Buch mit einer Bildbetrachtung abschließen.

SEITE 88/89



DOWNLOADS

Illustration S. 88/89

Laden Sie die Kinder mit den folgenden Fragen zum gemeinsamen Gespräch ein:

Was hat sich im Klassenraum der 1 b verändert?
Haben sich die Kinder der 1 b im Lauf des Schuljahrs verändert?
Was machst du am allerliebsten mit deiner Klasse
am letzten Tag vor den Sommerferien?
Worauf freust du dich am meisten in den Ferien?

Mit diesen offenen Fragen lässt sich sowohl das Schuljahr an der Wiesenbergschule wie auch die Arbeit mit den Kindern am ersten Band der „Wir-leben"-Reihe beenden. Vielleicht lassen Sie gemeinsam mit den Kindern die einzelnen Stationen und die eigenen Erfahrungen und Erkenntnisse, die sie gemeinsam zusammengetragen haben, noch einmal auf sich wirken.

Und beginnen mit der Aussicht auf ein nächstes spannendes Schuljahr – mit neuen Geschichten von Yahnina, Carlo, Ella und Amir in Band 2 „Wir leben – wir denken".

WER WIR SIND UND WIE WIR LEBEN



Ayşe Bosse, geboren 1976 in Frankfurt am Main, ist Autorin und ausgebildete Trauerbegleiterin. Sie lebt die meiste Zeit des Jahres in Hamburg, liebt es aber sehr zu reisen, vor allem in das Heimatland ihres Vaters, die Türkei. Nach dem Tod ihres Vaters ist aus der eigenen Trauer heraus und für ihre damals siebenjährige Tochter ein interaktives Trauerbuch für Kinder entstanden, gefolgt von einem zweiten für Teenager. Ayşe Bosse ist viel unterwegs und im Gespräch mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu den großen Themen des Menschseins wie Tod, Trauer, Heimat, Zugehörigkeit und Individualität. Denn wenn man darüber redet, wird die Angst vor vielen Dingen auf jeden Fall ein bisschen kleiner.



Johanna Klug, geboren 1994, ist Buchautorin sowie Sterbe- und Trauerbegleiterin. Sie studierte Medienmanagement (BA) und Digitale Kommunikation (MA). Sie war von 2019 bis 2021 Koordinatorin des Masterstudiengangs „Perimortale Wissenschaften“ der Universität Regensburg. Nach langjähriger Erfahrung im Hospiz- und Palliativbereich in Deutschland und Südafrika engagiert sie sich weiterhin ehrenamtlich in der Sterbebegleitung. Die Autorin und Wissenschaftlerin lebt in Berlin und ist mit Lesungen, Workshops und Coachings im gesamten deutschsprachigen Raum unterwegs.



Sarah-Sophie Prix ist waschechte Hamburgerin, geboren 1986. Nach dem Lehramtstudium unterrichtet sie seit 2011 an der Theodor-Haubach-Grundschule in Hamburg-Altona. Sarah-Sophie Prix engagiert sich als Fachleitung und darüber hinaus im Bereich Unterrichtsentwicklung. Ihr Herz schlägt besonders für Literaturprojekte, an denen sie fächerübergreifend arbeitet. Die Verantwortung für die kognitive, aber auch emotionale Entwicklung von Kindern, die Bildungseinrichtungen haben, ist Sarah-Sophie Prix in ihrer Arbeit ein besonderes Anliegen. Auch dies ist immer wiederkehrender Gegenstand ihres Unterrichtsalltags, der gerade in Zeiten des Wandels und eines vielfältigen Miteinanders innovative Lernzugänge und Methoden braucht. Sie lebt mit ihrer Tochter und ihrem Mann in Hamburg.



Ina Schmidt ist 1973 in Flensburg geboren und liebt es immer schon, sich den Wind um die Nase wehen zu lassen. Sie studierte Angewandte Kulturwissenschaften an der Universität Lüneburg, promovierte dort 2004 und gründete 2005 die denkraeume, eine Initiative zur Vermittlung philosophischer Praxis. Ina Schmidt ist Autorin philosophischer Sachbücher für Erwachsene, Jugendliche und Kinder und arbeitet als Referentin für verschiedene Bildungseinrichtungen, unter anderem in dem Projekt „Gedankenflieger“ am Hamburger Literaturhaus. Sie ist verheiratet, Mutter von drei Kindern und lebt mit ihrer Familie in Reinbek bei Hamburg.



Anke Evers, 1970 geboren in Bautzen, arbeitet als freiberufliche Illustratorin und lebt schon ihr halbes Leben im Rheinland. Während das Zeichnen schon immer ihre stärkste Ausdrucksform war, fand ihr kreatives Schaffen zunächst verschiedene Wege. Als ausgebildete Dekorateurin gestaltete sie Schaufenster, arbeitete im Kulissenbau und entwickelte Konzepte für Raumgestaltung. Später betrieb sie ein eigenes Atelier, in dem sie selbstgenähte Unikate für Kinder fertigte. Mit ihren eigenen drei Kindern entdeckte Anke Evers schließlich die Bilderbuchwelt erneut und beschloss, selbst Kinderbücher zu illustrieren. Das zeichnerische Erschaffen von Wesen und Welten ist ihre große Leidenschaft. Sie findet, Malen und Zeichnen sind ein bisschen wie Spielen – und damit sollte man niemals aufhören.