METHODENBLATT

– HERZENSWÜNSCHE –

WAS GEHT MIT MENSCHLICHKEIT

ALTER: AB 6 JAHREN

ZEIT: 30 MINUTEN

TEILNEHMER: 2 BIS 15

MATERIALIEN: PAPIER, STIFTE

#wasgehtmit
#herzenswünsche

WAS WÜNSCHST DU DIR VON HERZEN ?

WWW.WASGEHTMITMENSCHLICHKEIT.DE

WAS WÜNSCHST DU DIR VON GANZEM HERZEN?

Was wünschst du dir von ganzem Herzen? Und was wünschen sich deine Freundinnen und Freunde tief in ihrem Inneren? Diese Fragen könnt ihr in der Gruppenstunde gemeinsam erforschen.
Alle Teilnehmer*innen sitzen dafür zu Beginn in einem Kreis zusammen. Beginne nun die Gruppe auf die Diskussion einzustimmen. Erzähle, dass man für wahre Herzenswünsche oft kein Geld benötigt. Man kann sie erkennen, indem man beide Hände auf sein Herz legt und in sein Innerest hineinhört. Die Teilnehmer*innen legen nun ihre Hände aufs Herz. Wer möchte kann auch seine Augen dabei schließen. Nach einiger Zeit kann jede und jeder, der möchte, seinen Herzenswunsch teilen. Zum Beispiel könnte das sein "Ich wünsche mir, dass der Papa einmal nur für mich Zeit hat." oder "Ich wünsche mir einen Freund, mit dem ich Fußballspielen kann.".

Anschließend setzen sich alle an Tische und nehmen sich Papier und Stifte, um ein großes Herz darauf zu zeichnen. Dann kann jede*r seinen Herzenswunsch in die Mitte schreiben. Alle Herzensbilder können falls gewünscht danach zu einer Collage zusammengefügt und im Gruppenraum aufgehängt werden.

Wichtig: Hierbei ist eure Sensibilität gefragt! Die Wünsche, die einem besonders am Herz liegen, können oder sind auch mit starten Emotionen verbunden. Achtet also darauf, dass die Übung entsprechend reflektiert und aufbereitet wird.

Angelehnt an: Gabriela Kubitschek (2014), "Die 50 besten Spiele zur Resilienzförderung", Don Bosco MiniSpielothek.

Deutsches Rotes Kreuz
Jugendrotkreuz