

Fantasiereise

In der Utopiephase soll eine positive Vision des Orts aus Kinderperspektive entstehen. Unterstütze die Kinder bei der Ideenfindung, indem du eine Atmosphäre und Umgebung schaffst, in der die Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen können. Dazu eignet sich z. B. eine Fantasiereise.

Du kannst selbst eine Fantasiereise schreiben oder du nutzt eine Vorlage. Worauf es dabei ankommt, wird hier kurz erklärt:

Durch die Fantasiereise kannst du die Mädchen und Jungen anregen, den Verstand – also das bewusste Nachdenken über eine Sache – zurückzustellen und *ihrem Unbewusstem, ihren Emotionen und ihrem Körpergefühl* verstärkt Raum zu geben.

In der Utopiephase kann das bei der Ideenfindung sehr hilfreich sein, denn auf diese Weise können die Kinder sämtlichen Einfällen nachgehen, ohne sie direkt auf ihre Tauglichkeit zu prüfen und ggf. gleich zu verwerfen. So entstehen manchmal aus den verrücktesten Fantasien die besten Lösungen.

Im Folgenden findest du eine Fantasiereise, die du so für deine Kindergruppe übernehmen kannst, falls sie passt. Sowohl beim Vorlesen der vorgegebenen als auch einer selbst verfassten, maßgeschneiderten Fantasiereise solltest du einige Merkmale beachten:

- Lass bei „...“ bitte eine ausreichend lange Pause. Es kann hilfreich sein, still bis fünf zu zählen, damit die Fantasiereise nicht zu hektisch wird. Plane insgesamt etwa 15 Minuten ein.
- Besonders gut gelingt die Fantasiereise, wenn du mit langsamer und ruhiger Stimme sprichst und auch selbst innerlich ruhig bist.
- Einigen Kindern fällt es anfangs schwer, zur Ruhe zu kommen. Hilfreich kann hier die Vereinbarung sein, dass diejenigen, denen es noch nicht gelingt, sich still hinsetzen und erst einmal zuschauen.
- Setze anstelle des „kleinen Parks an der Ecke“ gerne den Ort ein, für dessen Gestaltung du Ideen sammeln möchtest.
- Am Ende führst du die Aufmerksamkeit der Kinder behutsam wieder zur Wahrnehmung ihrer Umgebung.

Wenn alle Kinder die Augen geöffnet haben und mental wieder im Raum angekommen sind, können die Gedanken und Einfälle der Kinder gesammelt werden. Wichtig ist dabei, eine große Vielfalt an Ideen zusammenzutragen und jede Einzelne wertzuschätzen.

GEFÖRDERT VOM

PARTNER

Erst im nächsten Schritt werden die Vorschläge unter Gesichtspunkten wie Machbarkeit oder Beliebtheit bewertet. Dann einigen sich die Kinder auf die Idee(n), die sie gern umsetzen möchten.

Lege oder setze dich bequem hin.

*Spüre, wo dein Körper die Unterlage berührt. Wenn es dir angenehm ist,
schließe deine Augen. ...*

Jetzt beobachte einmal deinen Atem. Er kommt und geht. ...

*Du atmest ein .. und aus ein .. und aus
verändere ihn nicht, nimm einfach nur wahr.*

*Stell dir vor, neben dir landet ein wunderschöner Schmetterling. Er schaut dich an und du merkst,
dass ihr euch verstehen könnt. Er ist sehr freundlich und so stark, dass er mit dir fliegen kann. Sicher
und gekonnt steigt ihr hinauf in die Luft und schwebt langsam hinaus ins Freie. ...*

*Du fühlst die warme Sonne auf deiner Haut Die Luft riecht gut ... Sanft steigt ihr etwas weiter
nach oben. Du siehst die Kita/die Schule/den Hort von oben ... und jetzt das Haus, in dem du wohnst ...
... Nun fliegt ihr zu dem kleinen Park an der Ecke. Du erkennst ihn, aber er sieht irgendwie anders aus ...
Irgendetwas hat sich verändert.*

*Er gefällt dir viel besser! Du schaust ihn dir ganz in Ruhe genau an
und merkst dir, was dir so gut gefällt.*

*Ein frischer Wind weht durch deine Haare ... und der Schmetterling möchte dich wieder
zurückbringen. Ihr gleitet noch eine große Runde über den Park
und fliegt dann wieder zu deinem Platz zurück. ...*

*Nimm jetzt die Geräusche in deiner Umgebung wahr. ... Bewege leicht deine Finger und deine Zehen.
... .. Atme ein paar Mal tief ein und aus.
Streck und räkel dich. ... Öffne die Augen. ... Willkommen zurück!*

