



Geschichten zum (Vor-)Lesen
und gemeinsamen
Besprechen

 Verlag an der Ruhr



Die Sache mit der Achtsamkeit

Eigentlich ist Elli müde. Sehr müde sogar. Am liebsten würde sie es sich auf der Couch gemütlich machen und ein bisschen schlafen. Doch sie muss noch unglaublich viel erledigen. Da sind noch die vielen Hausaufgaben, die gemacht werden wollen, und sie will unbedingt noch für Oma ein Bild malen. Schließlich freut sich Oma immer so, wenn Elli ihr ein Bild ins Altersheim mitbringt. Elli seufzt, schüttelt sich kurz und macht sich ans Werk. Während sie all die Aufgaben erledigt und dabei krampfhaft versucht, die Müdigkeit zu ignorieren, steht plötzlich ihre kleine Schwester Isabel neben ihr. „Du? Ich versteh die Mathehausaufgaben nicht. Kannst du mir helfen?“ Isabel schaut Elli mit großen Augen an. Wie kann Elli da nur Nein sagen? „Aber klar, ich helfe dir“, meint Elli und schiebt ihre eigenen Aufgaben beiseite. Als Isabels Aufgaben endlich fertig sind, fallen Elli schon fast die Augen zu. Doch tapfer macht sie zuerst noch ihre eigenen Hausaufgaben und malt das Bild für Oma. Elli bemerkt gar nicht, dass es draußen schon dunkel geworden ist, als sie endlich alles erledigt hat. Völlig erschöpft fällt sie dann endlich ins Bett. Am nächsten Morgen wacht Elli mit einem fiesen Kratzen im Hals auf.

Ihr ganzer Körper ist schwer wie Blei und es fühlt sich an, als gehöre er gar nicht mehr zu ihr. Besorgt setzt sich Papa an ihr Bett.

„Weißt du, mein Spatz ... Ich finde es toll, dass du dich um alle kümmern möchtest. Das ist wirklich lieb von dir. Doch du kannst dich nur dann um andere kümmern, wenn du dich auch gut um dich kümmerst. Warst du nicht gestern schon so müde?“, will Papa wissen.

Elli nickt.

„Siehst du, da hat dir dein Körper schon gesagt, dass das alles ein bisschen viel für dich ist. Du musst lernen, auf deinen Körper zu hören. Nur dann hast du auch die Kraft, für andere da zu sein. Das heißt Achtsamkeit. Und nun fangen wir direkt damit an, indem du dich ausruhst und es dir so richtig gut gehen lässt. Okay?“

Elli weiß nicht so recht. Das mit der Achtsamkeit muss sie wohl erst noch lernen. Aber mit Papa hat sie da einen ziemlich guten Lehrer erwischt. Während Papa ihr eine heiße Schokolade ans Bett bringt, denkt Elli über die Sache mit der Achtsamkeit nach. Vielleicht sollte sie das wirklich mal ausprobieren.



Die Sache mit der Achtsamkeit

Themen: Achtsamkeit, Selbstfürsorge, Überforderung

Frageimpulse:

?

- ☒ Warum ist Elli so müde?
- ☒ Was muss sie noch alles erledigen?
- ☒ Was geschieht am nächsten Tag?
- ☒ Papa sagt Elli, dass sie gut auf ihren Körper achten soll.
Was hat Ellis Körper ihr gesagt?

??

- ☒ Warst du auch schon einmal so müde, dass dir die Augen fast zugefallen sind? Wie fühlt sich das an?
- ☒ Was wollte die Müdigkeit Elli sagen?
Warum hat sie nicht darauf gehört?
- ☒ Was rät Papa Elli?

???

- ☒ Elli hat ziemlich viel Stress. Weißt du, was Stress ist?
- ☒ Hattest du auch schon einmal Stress?
Was hast du dann gemacht?
- ☒ Was gehört für dich zur Achtsamkeit?



© Bettina Weyland



Am Ende der Straße

Ganz am Ende einer Straße in einem kleinen Dorf wohnte eine alte, ungewöhnliche Frau. Alle Menschen im Dorf redeten hinter vorgehaltener Hand über sie. Vielleicht fragst du dich, was so ungewöhnlich an ihr war?

Nun, egal, was auch geschah, die alte Frau lächelte immer. Sie lächelte, wenn Kinder ihr Grimassen schnitten. Sie lächelte, wenn jemand ihren Gruß nicht erwiderte. Sie lächelte, wenn ihr etwas herunterfiel, und selbst wenn jemand sie beschimpfte, zauberte ihr dies ein Lächeln ins Gesicht.

In derselben Straße, in der die alte Frau lebte, wohnten auch die Geschwister Anton und Larissa. Und natürlich wunderten die beiden sich auch sehr über die Dame. Sie wollten unbedingt herausfinden, wie man sie wohl ärgern könnte.

„Komm, lass uns Klingelmännchen bei ihr spielen“, schlug Anton vor.

Larissa war sofort Feuer und Flamme. Als sie bei der alten Dame angekommen waren, klingelten die Kinder und versteckten sich in Windeseile hinter der großen, alten Eiche in der Nähe der Tür. Von dort aus hatten sie das Gesicht der alten Dame gut im Blick, ohne jedoch entdeckt zu werden. Als die alte Dame öffnete, schaute sie sich nach allen Seiten um.

Als sie niemanden entdecken konnte, huschte ein Lächeln über ihr Gesicht. Sie schien noch einen Augenblick zu warten, bevor sie die Tür wieder sanft

schloss. Die Kinder schauten sich fragend an.

„Also, normalerweise schimpfen die anderen Erwachsenen, wenn wir Klingelmännchen spielen, und ärgern sich. Was stimmt denn nicht mit der alten Frau?“, wunderte sich Larissa.

„Vielleicht ist sie ja taub?“, meinte Anton.

„Und wie will sie dann das Klingeln gehört haben?“, erwiderte Larissa. Anton nickte. Das machte irgendwie Sinn. Also versuchten die Kinder ihr Glück erneut. Aber alles blieb beim Alten. Das Lächeln der Frau verschwand selbst dann nicht, nachdem die Kinder sie unzählige Male mit ihrem Klingeln an die Tür gelockt hatten. Entmutigt gaben Anton und Larissa nach einer Stunde auf. Denn irgendwie machte das Spiel keinen Spaß, wenn sich die alte Frau so gar nicht ärgerte. Am nächsten Tag hatte Anton eine neue Idee.

„Komm, lass uns Zahnpasta an ihren Gehstock schmieren.“

Auch für diesen Streich war Larissa sofort zu begeistern. Früh am Sonntagmorgen schlichen die Kinder zum Haus der alten Dame und strichen den Gehstock, der stets an der Eingangstür lehnte, dick mit Zahnpasta ein. Natürlich achteten die beiden darauf, dass der Streich nicht auf den ersten Blick erkennbar war.

Nun mussten sie nur noch darauf warten, dass die alte Frau das Haus



Am Ende der Straße

verließ. Doch das ließ nicht lange auf sich warten, denn die alte Dame machte sich wie jeden Sonntagmorgen auf den Weg zur Kirche.

Larissa und Anton verharrten fast regungslos hinter der alten Eiche.

Die Kinder trauten sich kaum, zu atmen, als sich endlich die Haustür öffnete und die alte Dame beherzt nach ihrem Gehstock griff. Larissa gelang es nur schwerlich, das tosende Lachen in ihrem Inneren herunterzuschlucken. Als die alte Dame die Zahnpasta an ihrer Hand bemerkte, lächelte sie. Lächelnd ging sie zurück ins Haus, um sich die Hände zu waschen.

Anton und Larissa nutzten die Gelegenheit, um schnell nach Hause zu laufen.

„Das gibt es doch nicht!“, murrte Larissa, als sie zu Hause ankamen.

„Es muss doch irgendetwas geben, das dieses blöde Lächeln zum Verschwinden bringt.“

Nach einigem Nachdenken hatte Anton eine neue Idee. Er lief zum Kühlschrank und holte ein paar rohe Eier heraus. Damit liefen die Kinder zum Haus der alten Dame.

Aus ihrem sicheren Versteck heraus warfen sie die Eier an die Hauswand. Jedes Ei zerschellte mit einem lauten „Plopp“ und hinterließ eine weiß-gelbe Schleimschicht. Vor lauter Vergnügen bemerkten die beiden gar nicht, wie sich plötzlich die Haustür öffnete. Das Ei, das Larissa in diesem Augenblick warf, traf die alte Frau am Kopf.

Der Dotter rann durch ihre Haare und über das Gesicht, um von dort aus auf den Boden zu tropfen. Erschrocken sahen sich die Kinder an.

„Wollen wir aus den Eiern nicht lieber ein leckeres Rührei zubereiten?“, fragte da die alte Frau mit einem Lächeln im Gesicht.

Kleinlaut folgten Anton und Larissa ihrer Einladung ins Haus. Während die alte Frau tatsächlich Rührei für die Kinder machte, platzte es aus Anton heraus:

„Warum schimpfst du eigentlich nie und warum wirst du nie sauer oder wütend?“, fragte er neugierig.

„Nun, weißt du, ich glaube an das Gute in jedem Menschen. Jeder ist auf seine Weise einzigartig und liebenswert.“

Daran erinnere ich mich in jedem Augenblick. Das Leben ist doch viel zu kostbar, um es mit Ärger oder Wut zu vergeuden.“

Larissa und Anton schauten die alte Frau überrascht an. Das hatte es also mit ihrem Lächeln auf sich! Und die Geschwister hatten sich so gemeine Dinge für die alte Frau überlegt. Das alles tat ihnen plötzlich schrecklich leid.

„Deine Hauswand machen wir natürlich wieder sauber!“, versprach Larissa schnell.

„Und vielleicht möchtest du ja auch mal bei uns Rührei essen“, meinte Anton.

„Das klingt doch sehr vielversprechend“, fand die alte Frau – und lächelte.



Am Ende der Straße

Themen: Achtsamkeit, Selbstfürsorge, Überforderung

Frageimpulse:

?

- ✓ Warum fanden die Menschen die alte Dame so sonderbar?
- ✓ Wie wollten Anton und Larissa die alte Dame ärgern?
Wie reagierte die alte Frau darauf?
- ✓ Was passierte, als die Kinder die Frau mit Eiern bewarfen?

??

- ✓ Kannst du verstehen, dass die anderen Menschen es komisch fanden, dass die alte Dame immer lächelte?
- ✓ Warum hat die alte Frau gelächelt, obwohl Anton und Larissa sie geärgert haben?
- ✓ Was glaubst du: Warum hat die alte Dame die Kinder zum Essen eingeladen?

???

- ✓ Was findest du an anderen Menschen sonderbar?
- ✓ Wie denkst du über die Streiche, die Anton und seine Schwester der alten Dame gespielt haben? Hättest du das auch gemacht?
- ✓ Wie hättest du an Stelle der alten Frau auf die Streiche reagiert?
- ✓ Was meint die alte Dame, wenn sie sagt:
„Nun, weißt du, ich glaube an das Gute in jedem Menschen. Jeder ist auf seine Weise einzigartig und liebenswert. Daran erinnere ich mich in jedem Augenblick. Das Leben ist doch viel zu kostbar, um es mit Ärger oder Wut zu vergeuden.“? Wie denkst du darüber?



© Petra Lefin



Das Glück der Sterne

„Mann, bin ich müde“, gähnt Lilly und legt sich ins Bett.

Es ist zwar erst Mittag, aber sie ist so müde, dass sie sich dringend kurz ausruhen muss. Als Lilly einschläft, hat sie einen verrückten Traum ...

Plötzlich findet sie sich in den riesigen Weiten des Universums wieder. Rings um sie herum funkelt und glitzert es. Abermillionen von Sternen erleuchten das große, dunkle All.

„Wo bin ich?“, fragt Lilly.

„Du bist nun ein Stern, kleine Lilly“, antwortet ein großer Stern in Lillys Nähe.

„Ein Stern? Was ist ein Stern?“, will Lilly wissen.

„Schau dich einmal um. Sterne sind reine Kraft und reines Licht. Schau, wie wir alle funkeln. Ein jeder von uns hat sich so gestaltet, wie es ihm gefällt. Es gibt große, kleine, dicke und dünne Sterne. Manche Sterne haben viele Zacken. Andere nur wenige. Es gibt grüne, blaue, rote, gelbe, lila, weiße, schwarze, goldene, silberne und viele andere Sterne. Manche Sterne ändern jeden Tag ihr Aussehen – ganz einfach, weil sie es können. Andere Sterne hingegen ändern ihr Aussehen nie, denn sie mögen sich genauso, wie sie sind. Obwohl jeder Stern anders aussieht, haben sie alle eines gemeinsam: Sie sind glücklich“, erklärt der andere Stern.

„Aber wie kann man denn glücklich sein, wenn man ein Stern ist? Hier gibt es doch rein gar nichts zu tun!“, jammert Lilly.

Der andere Stern lacht.

„Genau das, meine Liebe, wirst du in deiner Zeit als Stern erleben. Du darfst fühlen, wie es ist, einfach von Herzen glücklich zu sein. Als du noch auf der Erde





Das Glück der Sterne

warst, brauchtest du immer irgendetwas von außen, das dich glücklich gemacht hat. Du warst auf andere Lebewesen und Dinge angewiesen. Als Stern hingegen bist du vollkommen und das macht dich glücklich.“

Während Lilly noch über all das nachdenkt, flackert es plötzlich neben Lilly kurz auf. Einer der Sterne, der eben noch neben Lilly geleuchtet hatte, ist verschwunden.

„Was ist denn nun los?“, wundert sich Lilly.

Der andere Stern lacht und tanzt vor Freude.

„Dieser Stern, meine Liebe, hat soeben beschlossen, auf die Erde zurückzukehren. Du musst wissen, wir alle haben hier die Möglichkeit, uns eine Zeit lang auszuruhen und das Glück zu genießen. Doch irgendwann wird es für jeden von uns Zeit, ein wenig zu lernen. Deshalb gehen wir von hier fort.“

Lilly wundert sich.

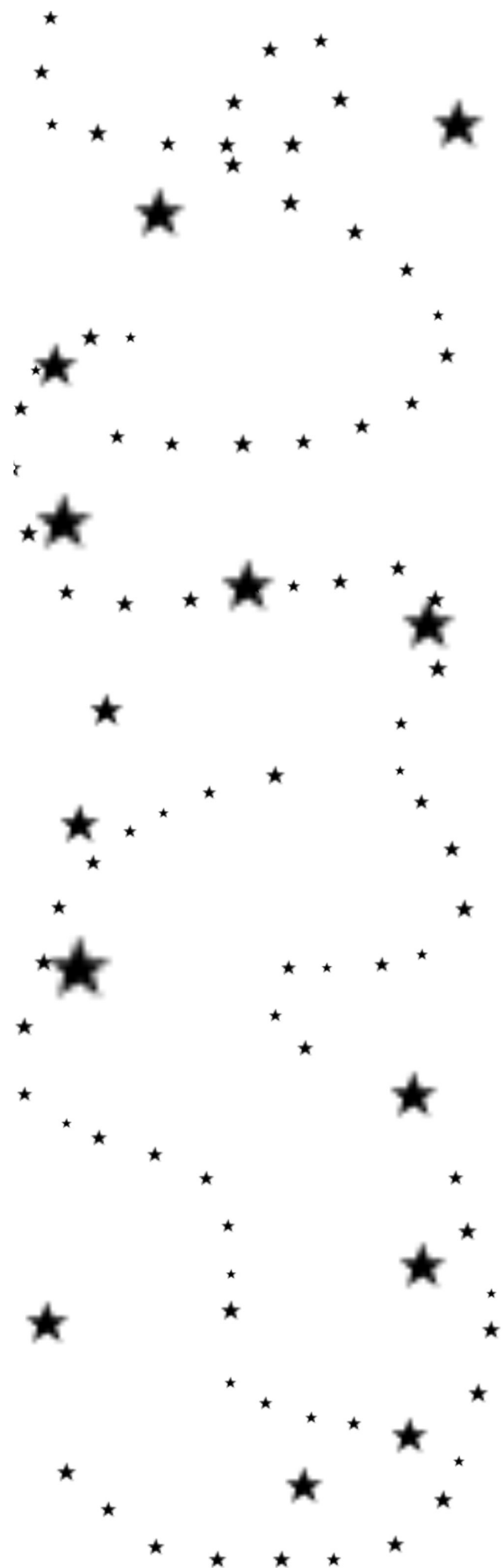
„Wohin gehen wir denn dann und was sollen wir dort lernen?“

„Das, meine Liebe, wirst du wissen, wenn es so weit ist. Nun darfst du dich erst einmal darin üben, einfach nur glücklich zu sein“, meint der andere Stern mit einem Zwinkern.

„Lilly! Lilly!!! Hast du wieder mein Computerspiel genommen, ohne zu fragen?!“, brüllt Lillys Bruder Marvin.

Lilly schreckt aus ihrem Traum hoch und schaut Marvin ein paar Sekunden verwirrt an.

Das war vielleicht ein merkwürdiger Traum!
Aber irgendwie auch schön ...





Das Glück der Sterne

Themen: Glück, Zufriedenheit, Wünsche

Frageimpulse:

?

- ☒ Was ist Lilly in ihrem Traum?
- ☒ Was haben alle Sterne gemeinsam?
- ☒ Was passiert mit dem Stern, der neben Lilly geleuchtet hatte?

??

- ☒ Wenn du ein Stern wärst, wie sähest du dann aus?
- ☒ Wieso sind die Sterne alle glücklich?
- ☒ Was macht dich glücklich?

???

- ☒ Der Stern sagt zu Lilly, dass wir auf der Erde immer irgendetwas von außen brauchen, das uns glücklich macht. Was könnte damit gemeint sein?
- ☒ Die Sterne sind vollkommen und deshalb glücklich. Sie haben keine Wünsche. Wie stellst du dir ein Leben ohne Wünsche vor?
- ☒ Was hast du für Wünsche?



© Petra Lefin



Ein etwas anderer Tag für Bruno

„Brr, ist das kalt“, denkt Bruno, der Bär, und schüttelt sich die Wassertropfen aus dem dicken Pelz.

Gerade war er einen Augenblick lang unachtsam und schon ist er in den See geplumpst.

Eigentlich hat Bruno ja nichts gegen ein Bad im kühlen Nass, doch an diesem kalten Herbsttag ist es nicht sonderlich schön.

Brummelig macht sich Bruno auf den Weg, etwas zu fressen zu suchen. Aber er kann nirgends etwas finden. Schließlich tritt er auch noch auf einen Ast mit langen Dornen. Ein Dorn bleibt in seiner Pfote stecken und Bruno brüllt vor Schmerz auf. Das ist heute einfach nicht sein Tag!

„Am besten verkrieche ich mich gleich wieder in meiner Höhle und fange mit dem Winterschlaf einfach schon ein bisschen früher an“, denkt sich Bruno, als er plötzlich lautes Hundegebell hört.

Erschrocken horcht er auf. Das kann nur bedeuten, dass Jäger im Wald sind und das bedeutet für ihn als Bär nichts Gutes. Bruno will schnell weglaufen, doch der Dorn in seiner Pfote schmerzt fürchterlich und er kann nur langsam vorwärtshumpeln.

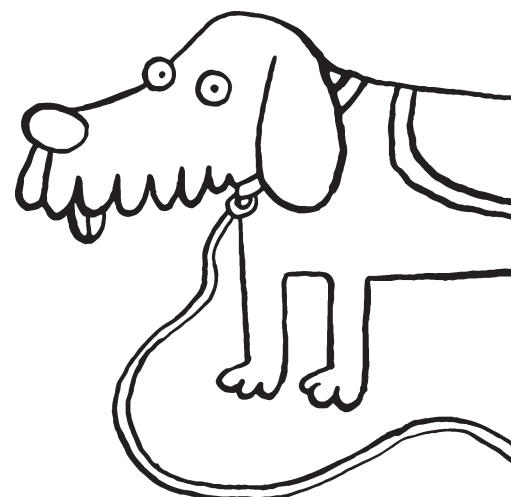
„Oh nein, was für ein schrecklicher Tag! Und jetzt wird mich auch noch der Jäger kriegen.“

Erschöpft lehnt sich Bruno an einen großen Baum. Das Bellen des Jagdhundes wird immer lauter und schließlich raschelt es im Gebüsch und der Hund stürmt auf Bruno zu. Ganz erstaunt bleibt er vor Bruno stehen.

„Warum läufst du nicht weg, Bär? Der Jäger wird gleich hier sein und er hat eine Flinte dabei. Ich bin vorgerannt, um euch Waldtiere zu warnen.“

Der Hund schaut Bruno neugierig an.

„Ich kann nicht mehr laufen. In meiner Pfote steckt ein Dorn.“



© Anja Boretzki



Ein etwas anderer Tag für Bruno

Verzweifelt versucht Bruno, noch einen Schritt zu machen – doch ohne Erfolg. „Was für ein schrecklicher Tag!“, seufzt er erneut und lässt sich auf sein dickes Hinterteil plumpsen.

„Warte, ich helfe dir“, sagt der Jagdhund.

Er hat großes Mitleid mit dem Bären. Sanft zieht er mit seinen Zähnen den Dorn aus Brunos Pfote.

„Los, lauf zu deiner Höhle und versteck dich dort. Ich werde den Jäger in die andere Richtung locken. So hast du ein bisschen mehr Zeit und brauchst nicht so zu rennen.“

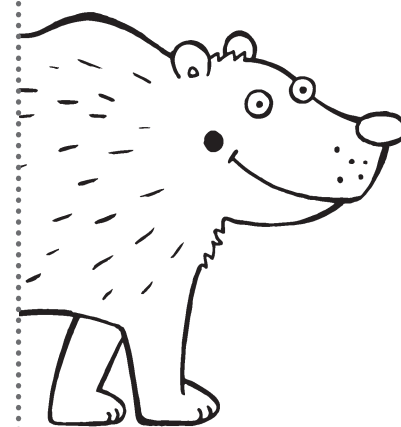
Mit diesen Worten dreht sich der Jagdhund um und rennt in die Richtung, aus der Bruno gekommen war. Bruno ruft ihm schnell ein „Dankeschön“ hinterher.

Vorsichtig versucht er, einen weiteren Schritt zu machen, und tatsächlich kann er jetzt viel schneller laufen als zuvor. Hinter ihm hört er, weit entfernt, den netten Hund bellen. Vor Freude und Dankbarkeit macht Bruno einen kleinen Sprung und läuft dann schnell nach Hause.

Auf dem Weg zu seiner Höhle stellt Bruno fest, dass heute doch gar nicht so ein schrecklicher Tag ist. Immerhin hat ihm gerade jemand das Leben gerettet! Er hat wirklich Glück gehabt, auf den netten Hund zu treffen.

Unterwegs findet Bruno dann auch endlich noch etwas zu fressen. Zufrieden schmatzt er vor sich hin, während sogar ein paar Sonnenstrahlen durchkommen und sein Fell wärmen.

In seiner Höhle legt sich Bruno auf seinen Schlafplatz. Die Aufregung hat ihn sehr müde gemacht. Bevor er einschläft, brummt er zufrieden: „Verrückt, wie ein schlimmer Tag doch noch so schön werden kann.“



© Anja Boretzki



Ein etwas anderer Tag für Bruno

Themen: Dankbarkeit

Frageimpulse:

?

- ☒ Was geht für Bruno alles schief?
- ☒ Wieso läuft Bruno nicht vor dem Jäger weg?
- ☒ Wie hilft der Hund Bruno?

??

- ☒ Was denkst du: Warum rettet der Hund Bruno das Leben?
- ☒ Wofür kann Bruno an diesem Tag dankbar sein?

???

- ☒ Hast du auch schon einmal erlebt, dass ein schlechter Tag plötzlich doch noch schön geworden ist?
- ☒ Bruno ist am Ende des Tages zufrieden und dankbar.
Was ist eigentlich Dankbarkeit?
- ☒ Wofür kannst du dankbar sein?



© Anja Boretzki



Der Seestern

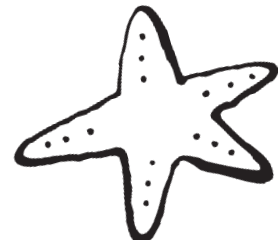
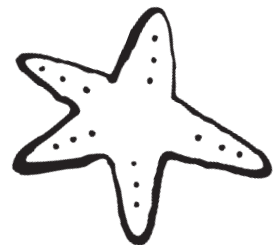
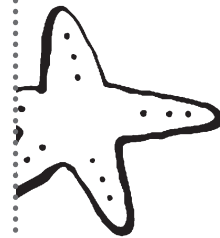
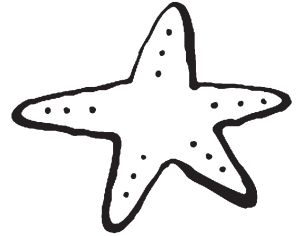
Am Meer war bis vor Kurzem Flut. Die Wellen, die weit bis an den Strand gerollt waren, hatten viele Seesterne angespült. Nun wird es wieder Ebbe. Die Wellen ziehen sich immer weiter zurück. Sie können die Seesterne, die nun im Sand liegen, nicht mehr mit zurück ins Meer nehmen. Ohne Wasser können die Seesterne aber nicht überleben.

Sie werden vertrocknen und sterben, bevor die nächste Flut wiederkommt. Die neuen Wellen kommen dann zu spät. Viele Menschen laufen am Strand entlang und sehen, was gerade geschieht. Dort läuft auch ein kleiner Junge, der Seesterne aufhebt und sie wieder ins Wasser wirft.

„Warum tust du das?“, fragt ihn ein Mann, der gerade vorbeikommt. „Hier liegen Tausende Seesterne. Die meisten von ihnen werden doch sterben. Welchen Unterschied macht es da, wenn du noch einige rettest?“

Der Junge blickt auf den zappelnden Seestern in seiner Hand. Dann schaut er den Mann an und sagt: „Ich kann zwar nicht alle Seesterne retten, aber diesen hier sehr wohl.“

Und er wirft ihn zurück ins Meer.



Der Seestern

Alter: 6–12 Jahre



Gehalt: Sich machtlos fühlen. Wenn du dich überfordert fühlst, kann es dazu führen, dass du gar nichts mehr tust. Tun, was du tun kannst, wenn es nötig ist.

Kernziele: Die eigenen Möglichkeiten und Behinderungen kennen. Was kannst du? Was kannst du nicht? Was tust du, wenn du um Hilfe gebeten wirst? Umgang mit Machtlosigkeit, Hilflosigkeit, Abhängigkeit von anderen.

Offene Fragen:

Warum wirft der Junge die Seesterne zurück ins Meer? Was denkt der Mann darüber? Findest du das gut oder nicht? Glaubst du, dass auch andere Menschen die Seesterne ins Wasser zurückwerfen, wenn sie sehen, was der Junge tut? Warum? Warum machen die anderen es nicht von sich aus?

?

Hast du schon einmal gedacht, dass dir etwas niemals gelingen wird? Hast du es dann doch probiert? Oder hast du erst gar nicht damit angefangen? Wie war das? Was hattest du dabei für ein Gefühl?

??

Hast du dich schon einmal machtlos gefühlt? Warum? Bist du schon einmal jemandem begegnet, der hilflos war oder von dir abhängig war? Das kann auch ein Tier gewesen sein. Wie war das? Was hast du dann getan?

???



© Petra Lefin



Der Meister und die Steine

In einer Schule wartete eine Gruppe von Schülern auf ihren Meister. Was wird er wohl heute erzählen? Dort kam er schon. Er trug eine große Tasche.

„Guten Morgen“, sagte er.

„Guten Morgen“, antworteten die Schüler, und einer von ihnen rief sogleich: „Was ist denn in der Tasche?“

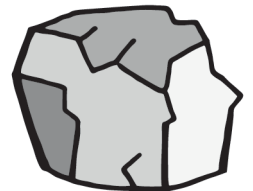
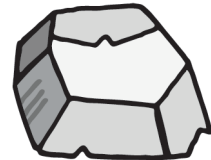
„Du bist ganz schön neugierig“, sagte der Meister, „aber du hast Glück, ich werde es dir gleich zeigen.“

Er stellte eine Vase aus Glas auf seinen Schreibtisch und holte einen Haufen Kieselsteine aus seiner Tasche. Vorsichtig legte er einen Stein nach dem anderen in die Vase, bis kein Stein mehr hineinpasste. „Ist die Vase nun voll?“, fragte er die Gruppe.

Die Schüler waren alle der Meinung, dass es so war. Der Meister lächelte und holte nun einen Behälter mit Kieselsteinen aus seiner Tasche. Er legte die viel kleineren Steine auf die großen Steine und schüttelte die Vase ein wenig, sodass die kleinen Steine zwischen den großen Steinen hinunter bis zum Boden der Vase fielen. „Ist die Vase voll?“, fragte er die Gruppe erneut.

„Ja“, fanden die meisten Schüler, wenngleich man auch sah, dass manche dachten: „Oder etwa nicht?“

Wieder lächelte der Meister. Er nahm eine Tüte mit Sand aus seiner Tasche, schüttete ihn in die Vase, bewegte die Vase dann ein wenig hin und her, bis der ganze Sand sich in der Vase verteilt hatte. „Ist die Vase nun voll?“ Die Schüler dachten zwar, dass nun wirklich nichts mehr hinpassen konnte, aber an dem Lächeln des Meisters war zu sehen, dass noch etwas kommen würde. Und richtig – er nahm einen Krug mit Wasser und goss ihn in die Vase. „Jetzt ist die Vase voll“, sagte er. „Aber passt auf, wir machen es jetzt anders. Ich habe hier eine gleich große Vase, genauso



Steine: © Anja Boretzki



Der Meister und die Steine

viele Steine, Kiesel, Sand und Wasser. Nur beginnen wir nun mit dem Wasser, dann kommt der Sand, dann die Kiesel und zum Schluss die Steine.“

Mit Hilfe einiger Schüler passten das Wasser, der Sand und die Kieselsteine in die Vase, aber als die großen Steine an der Reihe waren, konnten sie zu ihrer großen Überraschung nur einige davon hineinlegen. Der Meister fragte die Gruppe: „Wer möchte sagen, was er da gerade beobachtet hat?“

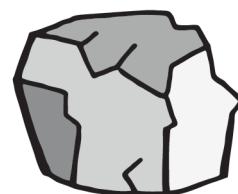
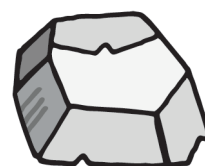
An dieser Stelle bietet sich die Gelegenheit, mit den Kindern ins Gespräch zu kommen: Möchte jemand von euch etwas dazu sagen?

Einer der Schüler sagte: „Wenn die großen Steine als Letztes in die Vase gelegt werden, passen sie nicht mehr alle zwischen die anderen Dinge in der Vase. Müssen die großen Steine dann nicht zuerst hinein?“

Da sagte der Meister: „Wenn die Vase euer Leben darstellt, was sind dann für euch die großen Steine?“

Zusammen überlegten die Schüler und kamen zu dem Schluss, dass die großen Steine die wichtigsten Dinge in ihrem Leben waren. Die Menschen, die man liebt, Familie, Freunde. Das, was man wirklich sein möchte. Das, was man wertvoll findet, was so wichtig ist, dass man als Erstes die Aufmerksamkeit und die Zeit darauf richtet.

„Wenn du deine eigenen großen Lebenssteine nicht vergisst, sondern ihnen als Erstes einen Platz gibst, dann bleibt immer noch genug Platz für andere Dinge übrig“, sagte der Meister.



Steine: © Anja Boretzki



Der Meister und die Steine

Alter: 8–12 Jahre

Gehalt: Verständnis und Respekt für das, was ein anderer wichtig findet.

Kernziele: Jeder Schüler ist einzigartig und auf dem Weg, zu entdecken, was für

ihn wichtig ist im Leben. Für andere sind andere Dinge wichtig. Die sozial-emotionale Kompetenz, dies zu erkennen, Interesse zu zeigen und Rücksicht darauf zu nehmen.

Offene Fragen:

Als Einstieg können Sie diese Geschichte anschaulich darstellen, indem Sie das Experiment konkret durchführen und die Kinder dadurch selbst erfahren lassen. Danach kann im Gespräch der Transfer zum eigenen Leben hergestellt werden.

Was findest du wichtig? Kennst du eine Situation, in der du zunächst vor allem unwichtige Dinge tust und dann erst deine Aufmerksamkeit auf das Wichtige richtest?

?

Was halten deine Mutter, dein Vater, deine Klassenkameraden für wichtig? Finden sie andere Dinge wichtiger als du? Hast du dafür Verständnis?

??

Wie kannst du lernen, dafür Verständnis aufzubringen?

???



© Petra Lefin





Der Hase, der dachte, dass die Welt untergeht

Unter einem Baum mit sehr großen Früchten saß ein kleiner Hase. Er dachte: „Was passiert wohl mit mir, wenn die Welt untergeht?“

Und genau in diesem Moment fiel eine der großen Früchte mit einem lauten Knall auf den Boden. Der kleine Hase erschrak sehr. Er dachte, dass die Erde bebte und der Boden aufbricht. Ohne sich nochmals umzuschauen, rannte er so schnell wie möglich weg von diesem Ort des Unheils.

Ein anderer Hase sah, wie er flüchtete, und fragte: „Was ist denn los?“

„Die Welt geht unter!“, rief der kleine Hase.

Der andere Hase lief ganz erschrocken gleich mit ihm mit. Sie begegneten noch einem Hasen, mehreren Hasen, hunderten Hasen und alle rannten gleich mit ihnen mit. Sie rannten durch Wiesen und Felder, durch Sümpfe und Wälder, durch Wüsten und Wildnis. Allen Tieren, die sie trafen, erzählten sie, dass die Welt untergeht.

Und alle Tiere erschrakten ebenfalls so sehr, dass sie gleich mitrannten: die Wildschweine, Hirsche, Tiger, Nashörner, Elefanten und viele mehr. Schließlich erreichten sie eine weite Ebene, in der ein alter und weiser Löwe lebte. Er sah die Tiere in wilder Panik laufen und dachte: „Sie laufen gleich alle ins Meer und ertrinken.“



© Petra Lefin



Der Hase, der dachte, dass die Welt untergeht

Mit lautem Gebrüll brachte er die ganze Truppe zum Anzuhalten.

„Was ist los?“, fragte er.

„Die Welt geht unter“, riefen alle.

„Wer sagt das?“, fragte der Löwe genauer nach.

Die Elefanten zeigten auf die Nashörner, die Nashörner zeigten auf die Tiger, diese zeigten auf die Hirsche, die auf die Wildschweine, diese schließlich auf die Hasen und die Hasen ... zeigten alle auf den kleinen Hasen.

„Was hast du gesehen?“, fragte der Löwe den kleinen Hasen.

„Nun“, sagte er, „ich saß unter einem Baum und dachte über das Ende der Welt nach. Da hörte ich, wie die Erde mit viel Lärm auseinanderbrach.“

Der Löwe dachte sich im Stillen seinen Teil und sagte zu dem kleinen Hasen:

„Klettere auf meinen Rücken. Wir gehen zusammen zurück zu dem Baum und schauen, was passiert ist.“

Obwohl der kleine Hase Angst hatte, kletterte er auf seinen Rücken, denn zusammen mit dem Löwen wagte er sich zurück. So gelangten sie zu dem Baum, wo sie keine Risse in der Erde fanden, sondern nur eine große, aufgeplatzte Frucht. „Ich glaube, ich weiß, was so viel Lärm gemacht hat“, sagte der Löwe und zeigte auf die Frucht.

Der kleine Hase erkannte nun, dass die ganze Aufregung umsonst gewesen war, und ging mit dem Löwen zu den anderen Tieren, um sie zu beruhigen.

Wie werden die Tiere nun wohl reagieren? Wie könnte die Geschichte enden?



© Petra Lefin



Der Hase, der dachte, dass die Welt untergeht

Alter: 8–12 Jahre

Hintergrund: Diese Geschichte ist eine Bearbeitung der Jakarta-Erzählungen aus Indien, in denen Buddha den Menschen in der Gestalt der Hauptfigur etwas übermitteln möchte.

Gehalt: Der Unterschied zwischen begründeter und unbegründeter Angst. Flüchten vor dem, was Angst macht, oder genau hinschauen. Auf die Hilfe

von anderen vertrauen können. Sich durch die Angst anderer beeinflussen lassen. Die Rolle eines Menschen, der bei Gefahr oder Angst ruhig bleibt.

Kernziele: Umgang mit Angst. Begründete oder unbegründete Angst. Der Effekt von Angst oder Ruhe auf andere und die Reaktionen darauf.

Offene Fragen:

Der kleine Hase erschrickt so sehr, dass er denkt, die Welt würde untergehen. Dann läuft er davon. Was hättest du gemacht? Warum? – Die Tiere, die die Geschichte des Hasen hören, rennen auch gleich alle mit. Warum? Wärest du auch mitgegangen? – Warum reagiert der Löwe anders? Wie findest du ihn?

?

Zusammen mit dem Löwen geht der Hase zurück. Hättest du das auch gemacht? Warum? – Hast du auch manchmal große Angst? Wovor? Wie verhältst du dich dann? – Kennst du jemanden, der dem Löwen ähnlich ist? Kennst du jemanden, der dir hilft, wenn du Angst hast? Was macht er dann? – Hast du manchmal vor etwas Angst, wofür es überhaupt keinen Grund gibt? Kannst du das erklären?

??

Der Hase schaut sich nicht mehr um, um zu sehen, was ihn so erschreckt hat. Verstehst du, warum? – Der weise Löwe dachte sich seinen Teil, während der kleine Hase erzählte. Was wohl?

???



Die Affenbrücke

Am Ufer eines Flusses, weit weg in Indien, steht ein Baum mit herrlichen Früchten. Nur die Affen, die in der Nähe wohnen, wissen, wie lecker und gesund sie sind. Mit ihrem Anführer haben sie vereinbart, vorsichtig zu sein, damit die Früchte von anderen nicht entdeckt und aufgegessen werden.

Lange Zeit geht es gut. Aber einer der Affen hat heute Pech. Er sitzt gemütlich im Baum und nascht von den Früchten. Gleichzeitig versucht er, eine andere Frucht zu pflücken, um sie seiner Frau mitzubringen. Und das geht schief. Die Frucht fällt ihm aus der Hand und direkt in den Fluss, wo sie sofort von der Strömung mitgerissen wird.

Ein Stückchen weiter steht zufällig gerade der König mit seinem Gefolge am Fluss. Einer der Diener sieht die Frucht und holt sie aus dem Wasser. Nachdem er sie zunächst selbst probiert hat, bringt er sie zum König. „Mmmhhhh“, sagt der König, „das schmeckt aber gut!“

Er befiehlt einigen Dienern, auf die Suche nach den Früchten zu gehen. Nach einiger Zeit finden sie den Baum, aber sie entdecken auch die Gruppe der Affen, die die Früchte aufisst. Die Tiere müssen da weg, gefangen werden, bevor der König kommt. Mit großen Netzen umzingeln die Diener den Baum. Die Affen können nun nur

noch zwei Dinge tun: sich fangen lassen oder in den Fluss springen, wo sie sicher ertrinken würden. Der Anführer der Affen sieht eine Möglichkeit, auf die andere Seite des Ufers zu gelangen. Da er der Größte ist, könnte er sich von einem Ast aus auf die andere Seite des Flusses schwingen und dort an dem Schilf festhalten.

Was glaubst du, wie die Geschichte weitergeht?

Die Affen haben nicht umsonst den Größten unter sich zum Anführer gewählt. Anstelle selbst schnell zum anderen Ufer zu gelangen, bleibt er als Brücke über dem Fluss hängen und lässt die ganze Gruppe über sich hinweg ans andere, sichere Ufer laufen. Als alle angekommen sind, ist er aber so erschöpft, dass er selbst in den Fluss fällt.

Der König, der inzwischen angekommen ist, sieht, was der Anführer für seine Gruppe getan hat. Er lässt ihn aus dem Wasser holen und hilft selbst mit, ihn unter den Früchtebaum zu legen. Dann setzt er sich zu ihm und sagt: „Ich habe gesehen, was du getan hast. Du hast mir gezeigt, wie ein gutes Oberhaupt sein sollte. Ich werde dafür sorgen, dass ihr, du und deine Gruppe, immer genügend Früchte habt. Und in den Fluss werde ich Steine legen lassen, sodass ihr immer sicher auf die andere Seite kommt!“



Die Affenbrücke

Alter: 6–8 Jahre

Hintergrund: „Die Affenbrücke“ wird Buddha zugeschrieben, der damit zum Nachdenken über Führungsverhalten anregen möchte.

Gehalt: Nächstenliebe. Etwas von sich selbst opfern oder sich selbst anbieten,

damit andere sicher und glücklich sind.
An der Absicht von jemandem zweifeln.
Die Absicht eines Menschen erkennen und daraus lernen. Kernziele Für die eigene Sicherheit und die von anderen sorgen.
Verantwortlich sein füreinander. Helfen.
Die Absicht von anderen verstehen.

Offene Fragen:

Der Anführer der Affen lässt die anderen über sich laufen.
Was hältst du davon?

?

Machst du auch manchmal etwas für andere? Warum?

??

Der König rettet den Affen, indem er ihn aus dem Wasser holen lässt.
Hättest du das auch getan? Warum?

??
??



© Petra Lefin

Läuse-Alarm



Antonias kleiner Bruder Jannis hat Läuse aus dem Kindergarten mit nach Hause gebracht. Um die Läuse wieder loszuwerden, musste ihre Mama Jannis' und Antonias Haare mit einem speziellen Haarshampoo waschen. Davon riechen ihre Haare jetzt so sehr nach Räucherkerzen, dass Antonia sich nicht traut, in die Schule zu gehen.

„Wie ein stinkiger Räucherkerzen will ich auf keinen Fall zur Schule gehen!“, bettelt sie ihre Mama an, bis die ihr schließlich erlaubt, ausnahmsweise zu Hause zu bleiben. Nur ihrer besten Freundin Mara hat Antonia die Wahrheit von den Läusen erzählt. „Du darfst es aber niemandem sagen, versprichst du mir das?“, hat sie Mara noch gebeten. Und Mara hat versichert: „Du kannst dich auf mich verlassen.“

Bevor Antonia am nächsten Tag wieder zur Schule geht, sprüht ihre Mama ihr noch ein paar Spritzer von ihrem Rosen-Parfüm auf die Haare. So riecht bestimmt niemand etwas von diesem ekelhaften Läuseshampoo.

Doch in der Schule kommt Elena schon mit einem gehässigen Grinsen auf sie zu und sagt: „Hast du dir auch die Haare gewaschen, du Läuse-Tussi?“ Henri starrt Antonia an und ruft: „Ihhh, Läuse-Alarm! Halt bloß Sicherheitsabstand von mir!“ „Stimmt ja gar nicht!“, gibt Antonia etwas hilflos zurück. Und dann schaut sie Mara böse an. Mara schaut nur etwas beschämt zur Seite und zuckt mit den Schultern ...

Darüber solltet ihr sprechen ...

1. Warum traut Antonia sich nicht, in die Schule zu gehen?
2. Warum möchte Antonia nicht, dass irgendjemand von den Läusen erfährt?
3. Sind Läuse etwas Schlimmes? Hat Antonia Läuse bekommen, weil sie unsauber ist?
4. Wie findest du das Verhalten von Elena und Henri?
5. Wie fühlt sich Antonia in dem Moment?
6. Warum ist Antonia böse auf Mara?
7. Hat Mara das Geheimnis von den Läusen verraten? Begründe.
8. Was hältst du von Maras Verhalten?
9. Wie soll sich Antonia gegenüber Mara verhalten?

Jetzt seid ihr selbst an der Reihe ...

Schreiben

- Antonia sagt zu Mara: „Du hast mir doch versprochen, dass du niemandem was erzählst! Du bist echt gemein! Dafür erzähl ich jetzt allen, dass du dir letztens bei mir zu Hause vor Lachen in die Hose gemacht hast!“ Schreibe die Geschichte zu Ende.
- Antonia glaubt, dass Mara sie verraten hat. Mara hat aber gar nichts von Antonias Läusen erzählt. Davon möchte sie Antonia überzeugen ... Schreibe die Geschichte zu Ende.



Abenteuerliches Zeltlager

Katharina, Ronja und Lara sind in diesem Sommer mit der Kinder-Ferienfreizeit nach Borkum gefahren. Dort verbringen sie jetzt drei Wochen in einem Zeltlager und werden lauter aufregende Abenteuer erleben: Nachtwanderungen, Lagerfeuer, ... Das wird fabelhaft, denkt Katharina. Als die drei Mädchen abends in ihrem Zelt liegen, quatschen sie vor dem Einschlafen noch ganz lange. Katharina ist zu Ronja unter die Decke gerutscht, weil das viel gemütlicher ist. Auf einmal muss sie zur Toilette, weil sie den ganzen Abend Cola getrunken hat. Sie fragt: „Kommt jemand mit zur Toilette?“ Ronja und Lara finden es aber gerade so kuschelig unter ihren Decken. Sie wollen nicht aus dem Zelt in die Kälte krabbeln. Katharina traut sich aber auch nicht alleine im Dunkeln aus dem Zelt.

Sie beschließt, zu warten, doch bald kann sie es kaum noch aushalten. „Ich muss ganz nötig aufs Klo, aber ich traue mich nicht allein im Dunkeln“, bettelt Katharina. „Mein Gott, jetzt stell’ dich nicht so an!“, sagt Lara genervt.

Auf einmal spürt Katharina, wie es auf der Luftmatratze ganz nass wird. Als sie Ronja gerade beichten will, dass sie versehentlich in die Hose gemacht hat, hat Ronja es schon selbst gemerkt. „Iiiiihhh, hast du etwa auf meine Luftmatratze gepisst?“ „Ich konnte einfach nicht mehr einhalten“, sagt Katharina und fängt an, zu weinen. „In deiner Pisse schlaf’ ich nicht! Wir tauschen jetzt. Ich kriege deine Luftmatratze, und du schläfst auf der vollgepinkelten!“

Darüber solltet ihr sprechen ...

1. Katharina hat Angst, alleine zur Toilette zu gehen. Lara sagt, Katharina solle sich nicht so anstellen. Hat Lara Recht? Begründe.
2. Wer hat Schuld daran, dass Katharina in die Hose gemacht hat? Begründe.
3. Wie findest du Ronjas Reaktion auf Katharinas Missgeschick?
4. Warum fängt Katharina an, zu weinen?
5. Wie findest du Ronjas Vorschlag, die Luftmatratzen zu tauschen? Wer sollte auf der nassen Luftmatratze schlafen müssen? Begründe.
6. Was könnten die Mädchen noch tun?
7. Wie hätten sich die Mädchen verhalten müssen, damit es kein Problem gibt?



© Dorothee Wolters

Jetzt seid ihr selbst an der Reihe ...

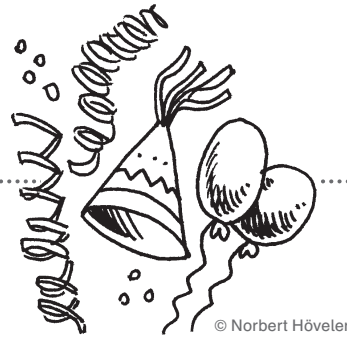
Schreiben

- Wer muss auf der nassen Luftmatratze schlafen? Schreibe die Geschichte zu Ende.

Gestalten

- Erzähle die Geschichte in einem Comic.

Rausgerutscht



Oskar langweilt sich fürchterlich. Er darf nämlich nicht Computer spielen, weil seine Schwester Sabrina für ihr Abitur lernen muss und Ruhe braucht. Oskar geht zu seiner Mama in die Küche. Seine Mama schreibt gerade ganz viele Namen untereinander auf einen Zettel. „Was machst du da, Mama?“, fragt er. „Wenn du ein Geheimnis für dich behalten kannst, verrate ich es dir.“ Seine Mama schaut ihn verheißungsvoll an. „Logisch!“, sagt Oskar cool. „Das ist die Gästeliste für Sabrinas Geburtstag. Papa und ich organisieren eine Überraschungsparty für sie zum 18. Aber kein Wort zu Sabrina, hörst du?“ Oskar tut so, als schließe er sich den Mund ab.

Dann will er wieder in sein Zimmer gehen. Als er an Sabrinas Zimmer vorbeikommt, hört er, wie sie ins Telefon brüllt: „Lass mich doch in Ruhe, am besten für immer!“ Dann schmeißt sie das Telefon in die Ecke. Oskar fragt: „Wer soll dich für immer in Ruhe lassen?“ Genervt entgegnet sie: „Matthias, dieser Schlappschwanz! Und jetzt raus mit dir, Oskar! Ich muss lernen!“ Sie will ihn schon zur Tür hinausschieben, da sagt Oskar frech: „Matthias kann dich gar nicht in Ruhe lassen! Denn Mama hat ihn auch auf deine Überraschungsparty eingeladen!“ Sabrina schaut ihn mit großen Augen an und sagt: „Was redest du da?“

In diesem Moment merkt Oskar, was ihm da gerade rausgerutscht ist. „Nichts“, murmelt er verlegen und will in sein Zimmer flüchten, doch Sabrina hält ihn am Arm fest ...

Darüber solltet ihr sprechen ...

1. Warum ist die Gästeliste so ein großes Geheimnis, das Oskar für sich behalten soll?
2. Oskar erwähnt versehentlich die Überraschungsparty in Sabrinas Gegenwart. Wie konnte das passieren?
3. Wie fühlt sich Oskar, als er merkt, dass ihm das Geheimnis rausgerutscht ist?
4. Sabrina hält Oskar am Arm fest. Was soll Oskar jetzt tun?
5. Hat Oskars Mama Schuld daran, dass das Geheimnis geplatzt ist, weil sie Oskar von der Party erzählt hat? Hätte sie ihm nichts davon erzählen sollen?
6. Was wird Oskars Mama sagen, wenn sie erfährt, dass Oskar ihre Überraschung verraten hat?

Jetzt seid ihr selbst an der Reihe ...

Schreiben

- Was wird Oskar nun tun? Schreibe die Geschichte zu Ende.
- Oskar hat seiner Schwester alles erzählt und sie gebeten, der Mama nichts zu verraten. Sabrina hat versprochen, so zu tun, als wüsste sie von nichts. Doch dann bekommt Oskar ein schlechtes Gewissen ... Schreibe die Geschichte zu Ende.



Literaturtipps

50 Dilemmageschichten für Kinder – zum Diskutieren, Schreiben, Weiterspielen von Verena Baldus,
A4 Papphefter, 70 Seiten, ISBN 978-3-8346-0549-8

50 philosophische Geschichten für Kinder – Mit Frageimpulsen zum Nach- und Weiterdenken von Nel de Theije-Avontuur, 17 x 24 Paperback,
128 Seiten, ISBN 978-3-8346-2747-6

55 Geschichten für den Ethik- und Religionsunterricht in der Grundschule – Mit Frageimpulsen zum Nach- und Weiterdenken von Aline Kurt,
17 x 24 Paperback, 144 Seiten, ISBN 978-3-8346-3999-8

55 philosophische Geschichten für Kinder – Mit Frageimpulsen zum Nach- und Weiterdenken, von Leo Kaniok, Nel de Theije-Avontuur,
16 x 23 Paperback, 128 Seiten, ISBN 978-3-8346-2246-4