

Spielideen zum Thema Gefühle für Kinder unter drei Jahren

geschrieben von Redakteur | Juni 13, 2023



Die Vielfalt der Gefühle erfahren, darstellen und kontrollieren

„Das Risiko von Gefühlsausbrüchen nimmt zu, weil wir unsere emotionale Intelligenz nicht schulen, während die Angst im Alltag wächst. Wir rechnen an jeder Straßenecke mit Gefahren. Mehr und mehr Leute, vor allem Jugendliche tragen Waffen. Die drücken einfach ab, wenn der Verstand von der Angst überrumpelt wird. Tatsächlich gibt es heute Kinder, die ein neutrales Gesicht nicht von einem feindlichen unterscheiden können. Sie schlagen ein anderes Kind, weil sie dessen Gesichtsausdruck falsch interpretieren.“

Charmaine Liebertz

Hier finden Sie drei Spiele, bei denen Kinder lernen, ihre Gefühle zu erkennen und/oder kontrolliert zum Ausdruck zu bringen:

Schrei dich frei!

Alter: ab 18 Monate

Zeit: ca. 1 Minute

Sozialform: Einzel- oder Gruppenspiel

So geht's



Wer kennt sie nicht, die Augenblicke, in denen wir unsere Gefühle am liebsten rausschreien würden? Geben Sie den Kindern in der freien Natur die Gelegenheit dazu: »Ich zähle nun bis drei, dann haltet ihr euch die Ohren zu und schreit so fest ihr könnt eure Gefühle heraus!«

Tipp

In diesem lustigen Schreikonzert können die Kinder die Vielfalt ihrer Gefühle erfahren und sich von angestauten Empfindungen befreien: »Schreit mal freudig, wütend, ängstlich und auch mal traurig!«

Der Stimmungswürfel

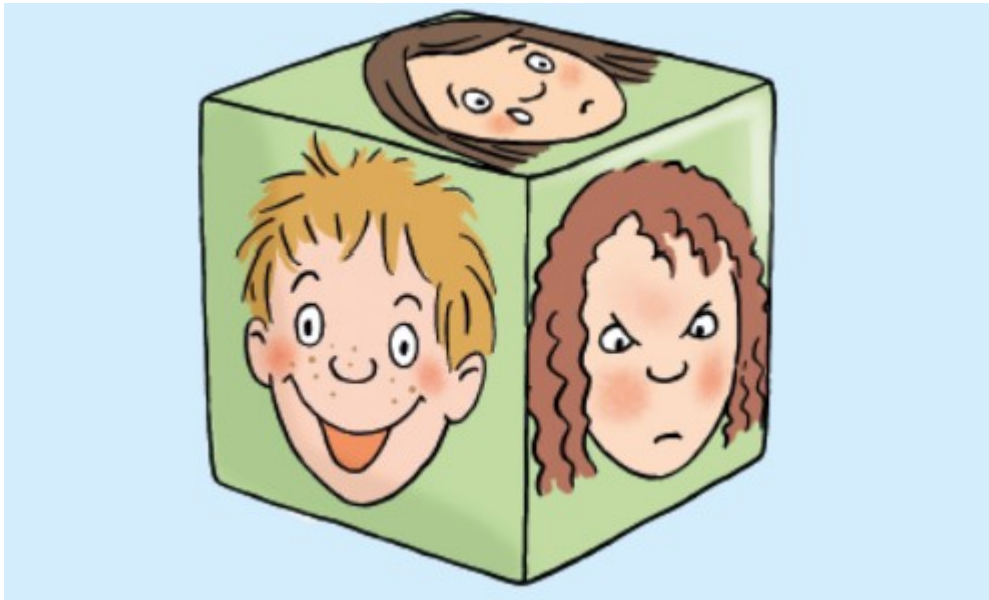
Alter ab 2,5 Jahre

Zeit ca. 10 Minuten

Sozialform: Paar- oder Gruppenspiel

Material: Stimmungswürfel

So geht's



Eine Kleingruppe (2 bis 4 Kinder) wirft im geheimen Kreis einen Stimmungswürfel. Den anderen Mitspielern bleibt das Ergebnis verborgen. Nun stellt die Kleingruppe das gewürfelte Gefühl mimisch, gestisch und mithilfe von Lauten dar. Während ihrer Vorführung versuchen die anderen Kinder, zu erraten, welches Gefühl dargestellt wird. Wer es als Erster errät, darf eine eigene kleine Gruppe zusammenstellen und erneut würfeln. Ratsam ist eine anschließende Diskussion darüber, wie andere Kinder das Gefühl dargestellt hätten.

Tipp

Dieses Spiel macht den Kindern auch als Paarspiel große Freude. Dann gibt es wechselseitig einen Darsteller und einen Rater. Übrigens: Fertige Stimmungswürfel können Sie im Handel kaufen. Schöner ist es, wenn Sie unbemalte Holz- oder Schaumstoffwürfel gemeinsam mit den Kindern gestalten.

Der Wutsack

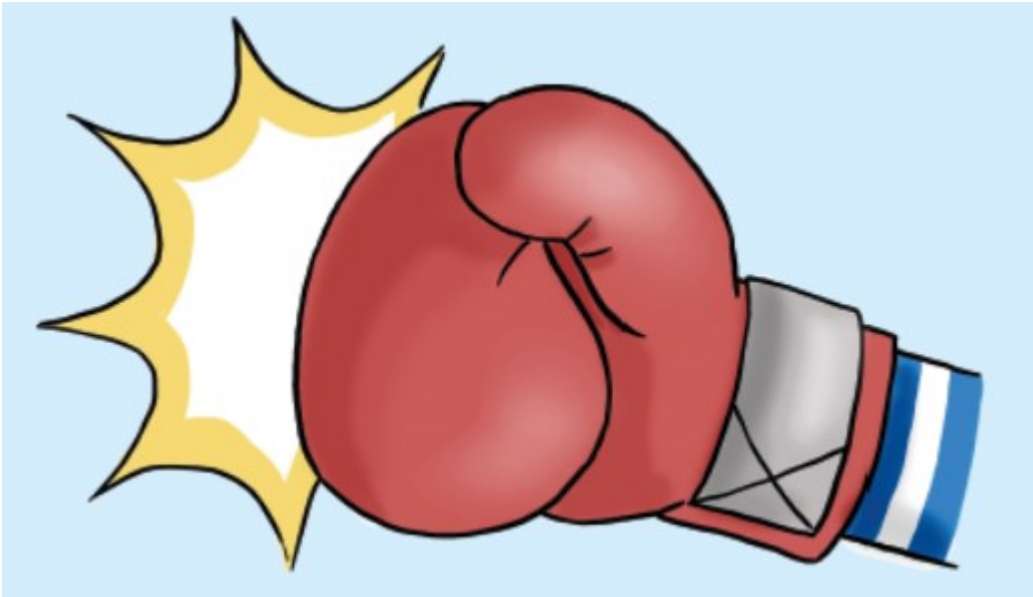
Alter: ab 18 Monate

Zeit: 3 Minuten

Sozialform: Einzelspiel

Material: Leinensack, Füllmaterial, Seil, Deckenhaken

So geht's



An einem dicken, mit weichem Material gefüllten Leinensack kann sich so mancher Wutkandidat abreagieren! Befestigen Sie einen solchen Wutsack an der Decke Ihrer Einrichtung, hängen Sie noch kleine Box- oder dicke Wollhandschuhe daran und schon können die Kinder ihre Aggressionen ungefährlich und effektiv ablassen.

Tipp

Den Wutsack sollte ein Fachmann befestigen, um eine sachgerechte Aufhängung zu garantieren und Verletzungen zu vermeiden.

Die Spiele haben wir aus folgender Spielekartei:
(Illustrationen: Katharina Reichert-Scarborough, München)



[Die U3-Spielekartei – Gefühle, Rituale, Wahrnehmung](#)

Liebertz, Charmaine

Oberstebrink

ISBN: 9783963046032

14,95 €

[Die neue Kindheit und ihre emotionale Situation](#)