

Arbeitsmaterialien für Erzieherinnen und Erzieher

Kinder spielend fördern, Wissen spannend vermitteln! – Kreative Ideen und Materialien für Krippe, Kindergarten, Kita und Hort

Kreative Ideenbörse Kindergarten – Ausgabe 6

Religion

Achtsamkeit beginnt bei mir – die Identitätsblume

Viola M. Fromme-Seifert



Produkthinweis

Dieser Beitrag ist Teil einer Printausgabe aus der „Kreativen Ideenbörse Kindergarten“ der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage (Originalquelle siehe Fußzeile des Beitrags)

► Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie hier.



Piktogramme

In den Beiträgen werden – je nach Fachbereich und Thema – unterschiedliche Piktogramme verwendet.

► Eine Übersicht der verwendeten Piktogramme finden Sie hier.



Haben Sie noch Fragen?

Unser Kundenservice hilft Ihnen gerne weiter:

Schreiben Sie an info@edidact.de oder per Telefon 09221 / 949-204.

Ihr Team von eDidact



Achtsamkeit beginnt bei mir – die Identitätsblume

Ziel:

Förderschwerpunkte:

Anspruch:

Alter der Kinder:

Anzahl der Kinder:

Räumliche Voraussetzungen:

Materialien:

Kosten:

Vorbereitung:

Durchführungszeit:

- Kennenlernen einer kreativen Methode zur Selbst-reflexion für das Team, für Eltern und für Familien
- spirituelle und religiöse Entwicklung
- Selbst- und Gemeinschaftswahrnehmung
- mittel
- 4 bis 6 Jahre (bei Eltern-Kind-Aktionen)
- gesamtes Team, Eltern sowie Familien
- ruhiger Ort mit Kreativtischen und -material
- Flipchart
- Kreiden
- Tonpapier
- Buntstifte
- Meditationsmusik
- je nach Bestand in der Kita
- keine
- je nach Kontext bis zu einer Stunde

„Erkenntnis ist der erste Schritt zur Weisheit.“ „Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Besserung.“ Solche oder ähnliche Lebensratgeberzitate lesen wir vielerorts. Oft kommen sie uns wie ein erhobener Zeigefinger ohne Handlungsoptionen für unseren Alltag vor und doch haben sie einen wahren Kern.

Denn Achtsamkeit beginnt immer bei mir selbst – in meiner eigenen Selbstwahrnehmung und im Wissen darüber, was mir Kraft gibt, damit ich den Trubel des Alltags bewältigen und ein aus meiner Sicht gelungenes Leben führen kann.

Dies bestätigt auch die Salutogenese, ein Resilienz-Modell, das unterschiedlichste Bewältigungsstrategien in den Blick nimmt, die zur körperlichen und psychischen Gesundheit beitragen. Dabei spielt auch der Glaube eine wichtige Rolle. Zunächst der Glaube an uns selbst, unsere Stärke, unsere Fähigkeiten, unsere Selbstliebe. Ebenso der Glaube an unsere Mitmenschen, unser soziales System – Familie und Freunde. Aber natürlich auch der Glaube an ein Getragen- und Gehaltensein durch ein größeres Gegenüber, durch Gott.

Im Kitaalltag sind vielerorts schon viele Räume für Kinder zur Ich-, Du- und Gottfindung geschaffen worden: eine interessante Buchauswahl, Stille- und Snoezelräume, Klangschalen und Meditationen, Gebet und religiöse Rituale. Natürlich berührt das Erleben der Kinder auch die Bezugspersonen, doch werden dabei tatsächlich auch das Team, die begleitenden Erwachsenen, die Eltern in den Blick genommen?

Die Identitätsblume ist ein erster Schritt, um sich diesen Raum zu nehmen.

Die Methode kann sowohl im Kitateam, z.B. zum Start einer Teamsitzung, mit den Eltern (im Kontext eines Elternangebots) oder für Familien (bei einer Eltern-Kind-Aktion) eingesetzt werden.