



MINI-SQUARE

Die letzte Gruppenstunde vor den Ferien

Ein schöner Abschluss bevor alle in die Ferien gehen!

Du brauchst:

- Mülleimer
- Zettel und Stifte
- je Kind eine kleine Schale
- Postkarten mit der Adresse je eines Gruppenkindes

So geht's:

Gib deinen Minis zuerst etwas Zeit um alles, was sie gerade nervt oder stresst auf kleine Zettel zu schreiben. Jede*r Mini legt die Zettel in seine*ihre Schale.

Wenn alle soweit sind, stellt ihr euch im Kreis um die Postkarten, die mit der Adresse nach unten auf dem Boden verteilt liegen.

Erster Teil des Impulstextes: „Heute ist unsere letzte Gruppenstunde vor den Sommerferien. Das Schuljahr geht zu Ende und du hast endlich Zeit, all deinen Stress loszuwerden. In den nächsten Wochen gibt es keine Klassenarbeiten oder unangesagte Vokabeltests. Keine Hausaufgaben und kein frühes Aufstehen. Da sind keine nervigen Klassenkamerad*innen, mit denen du dich nicht verstehst. Keine Lehrer*innen, die dich immer aufrufen, wenn du keine Ahnung hast, wie die Matheaufgabe gelöst werden soll. Es ist endlich Zeit abzuschalten und durchzuatmen. Du kannst deinen Kopf ganz frei machen. Alles, was dich stresst, beiseiteschieben. Symbolisch dafür wollen wir jetzt unsere Schalen leeren. Wirf deine Zettel in den Mülleimer, atme tief durch und spüre, wie der Stress dich verlässt.“

Gib jetzt den Mülleimer im Kreis herum, sodass jeder nacheinander seine Zettel wegwerfen kann.

Zweiter Teil des Impulstextes: „Du hast deinen Kopf frei gemacht. Jetzt ist da viel Platz. Platz für schöne Erlebnisse, die in den nächsten Wochen auf dich zukommen. Erfahrungen, die du im Urlaub machst. Ein besonders leckerer Kuchen, den deine Oma für dich backt. Neue Freund*innen, die du kennenlernst. Lustige Geschichten, die du im Zeltlager hörst. Oder einfach schöne Momente mit deinen Freund*innen im Freibad, zu Hause, auf einer Radtour ... Wie schön ist es, wenn du solche Erinnerungen hinterher mit jemandem teilst! Such dir in Ruhe eine der Postkarten auf dem Boden aus und lege sie in deine Schale ohne sie umzudrehen.“

Lass deinen Minis etwas Zeit, bis jede*r eine Karte gewählt hat.

Dritter Teil des Impulstextes: „Nimm deine Postkarte nachher mit nach Hause. Genieße deine Sommerferien! Und wenn du etwas besonders Schönes erlebst, dann schreibe es auf diese Postkarte und verschicke sie. Wer auch immer sie bekommt, er*sie freut sich bestimmt mit dir über dieses Erlebnis. Ich wünsche euch allen schöne Ferien!“

Natürlich kannst du die Postkarten auch an jemand anderes adressieren. Zum Beispiel an Kinder in einem Kinderhospiz in eurer Nähe oder an Flüchtlingskinder, die in eurer Gemeinde untergebracht sind. Dazu sollten deine Minis allerdings schon etwas älter sein. Und sie sollten nach dem Impuls erfahren, an welche Zielgruppe sie schreiben. Ein Flüchtlingskind, das den Krieg erlebt hat, freut sich wahrscheinlich kaum über den Bericht von einem Paintball-Spiel ...

Autorin: Rebekka Breuer

Rottenburg-Stuttgart

