

Thema Glück

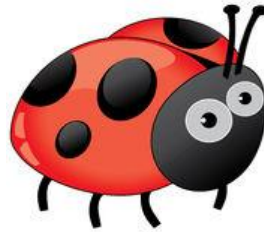
Einführung

Glück ist toll!

So vieles kann glücklich machen.

Wisst Ihr, was Glück ist?

Wollt Ihr herausfinden, was Euch glücklich macht?



Das braucht es:

eine leere Schachtel als Glücksbriefkasten

Fotos und Bilder, die Euch glücklich machen

Bleistifte und Farbstifte

leere Zettel

Anleitung Fantasiereise

Bilder 1-3 auf je einem Blatt ausgedruckt

Klebestreifen



Wir machen uns heute auf die Suche nach dem Glück.

Das Märchen der Gebrüder Grimm «Hans im Glück» erzählt davon.

Je weniger Hans besitzt, um so glücklicher wird er.

Viele Familien spüren: je weniger Aktion wir haben, um so mehr Zeit bleibt uns zu spüren, was uns glücklich macht.

Schritt 1 Handlung

Der Glücksbriefkasten wird zentral aufgestellt. Jedes Familienmitglied wirft Bilder, Fotos und beschriftete Zettel, von dem, was glücklich macht.

Schritt 2 Ordnen

Wir legen aus dem Glücksbriefkasten alles auf das Blatt der Kuh, was wir einmal erlebt haben und was uns in glücklicher Erinnerung ist

Schritt 3 Fantasiereise

Blatt mit Kuh: Eine Kuh legt sich nach dem Fressen hin und kaut alles nochmals durch.

Ganz ähnlich dürfen wir in der Fantasiereise das Glück noch einmal erleben, das wir erlebt haben. Anleitung unten

Schritt 4 Austausch

Holt alles andere aus dem Glücksbriefkasten. Erzählt einander, was Euch glücklich macht und legt eure Zettel und Fotos zu Bildern "Küche" und "Wohnzimmer".

Sind noch Bilder oder Zettel übrig? Überlegt, ob Euch dazu ein weiteres Bild einfällt.

Klebt Eure Worte zu dem Bild und legt Eure Fotos und Bilder daneben.

Schritt 5 Auswertung

Zählt gemeinsam, wie viele Dinge Euch glücklich machen. Was davon könnt ihr in Eurer Situation und in dieser Woche erleben?

Schritt 6 Ausblick auf Glücksmomente

Sicher seid ihr erstaunt, wie viele Glücksmomente ihr in Eurer eigenen Wohnung mit der Familie erleben könnt. Ihr dürft Euch glücklich schätzen!

Macht für jedes Eurer Familie ein Kreuz neben ein Bild oder ein Stichwort, womit ihr diese Woche bei Euch zu Hause glücklich sein könnt.

Vielleicht findet ihr sogar für jedes mehrere? Niemand kann Euch vorschreiben, wie oft ihr glücklich sein dürft!

Vorschlag: Wenn ihr das Märchen vom Hans im Glück nicht mehr so genau kennt, lest es gemeinsam in einem Märchenbuch nach oder schaut es als Film.

[Deine Märchenwelt «Hans im Glück»](https://www.youtube.com/watch?v=eyohPTKZBA8) <https://www.youtube.com/watch?v=eyohPTKZBA8> (ca. 10 Minuten)

[Auf Kika Spielfilm «Hans im Glück»](https://www.youtube.com/watch?v=yvIteensWq0), <https://www.youtube.com/watch?v=yvIteensWq0> (ca. 1 Stunde)

Fantasiereise

Ein Familienmitglied liest die Sätze mit Pausen vor, die anderen schliessen die Augen
Schliess die Augen. Denk an ein Erlebnis zurück, wo du glücklich warst. Denk ganz fest an den Ort.
Wie fühlt er sich an? Wer ist dabei? Was hörst Du?
Was riechst Du? Was schmeckst Du?
Halte diesen Moment für Dich fest. Speichere das Gefühl in deinem Inneren.
Wenn Du es gespeichert hast, öffne wieder Deine Augen.
Dieses Glücksgefühl wird dich begleiten. Es kann nicht mehr verloren gehen.





Die Kuh kaut alles nochmals durch. Hier kommt alles hin, was wir einmal erlebt haben und was uns in glücklicher Erinnerung ist.



Hier kommt alles hin, was ihr gerne spielt, schaut, lest.



Hier kommt alles hin, was ihr zum Thema Essen, Kochen und Kreativ gesammelt habt.