

Konzept: Come-Back-And-Connect Tanzworkshop für 1. und 2. Klassen

Hintergrund: Die Erfahrung zeigt, dass gerade Kinder in der Pandemie-Zeit „Vereinsamung“ erfahren haben. Durch Schulschließung und mangelnde Kontakte mit Gleichaltrigen entfallen wichtige Interaktionen, denn im Jugendalter ergibt sich eine Vielzahl von Fragen, die primär mit Gleichaltrigen diskutiert werden wollen, und somit hat die Peergroup hier eine wichtige Rolle. Auch bietet der Kontakt zu Freunden emotionalen Rückhalt und nimmt die Angst vor der Einsamkeit, die jetzt durch die Isolation während der Pandemie verursacht wurde. Tanz und Bewegung ist ein Katalysator, die Kinder wieder in Kontakt zu ihren und den Gefühlen anderer bringt, denn Stimmungen und Emotionen können durch den Körper ausgedrückt und angenommen werden.

Workshop Teil 1 (Arbeit mit den 6 Primäremotionen)

1. Freude
2. Trauer
3. Ärger
4. Angst
5. Überraschung
6. Ekel



Teil 1 (variabler Ablauf)

- Gefühlskarten werden auf dem Boden verteilt. Die Kinder laufen zu den Karten, die die Gefühle zeigen, welche sie kennen und können dazu ein Beispiel erzählen, wann sie warum dieses Gefühl gefühlt haben.
- Zusätzlich kann das Kind einen Gesichtsausdruck dazu zeigen.
- Fotos mit Gesichtsausdrücken können von den Kindern zu den Karten zugeordnet werden.

Ziel: Kinder werden unterschiedliche Gesichtsausdrücke zu den Gefühlen zeigen, unterschiedliche Gefühle auf den Fotos erkennen und unterschiedliche Gefühlslagen zu den berichteten Beispielen empfinden, und alles ist richtig. Bei Gefühlen gibt es kein richtig oder falsch. Eigene Gefühle und die der anderer einschätzen zu können ist ein wichtiges Lernfeld zum Thema, soziale Interaktion, Empathie, emotionale Intelligenz und Akzeptanz und unterstützt die Selbstkompetenz.

Workshop Teil 2 (Bewegungsmodul)



Für das Bewegungsmodul engagieren wir einen Tänzer*in, der Erfahrungen in der Arbeit mit Kindern hat. Ziel des Bewegungsmoduls ist es, Gefühle in Bewegung umzusetzen. In der angeleiteten Bewegung fällt es den Kindern leichter, Kontakt zu ihnen und zu den Gefühlen anderer zu bekommen. Tanzen macht empfänglicher für die Gefühle anderer: Wer viel tanzt, reagiert stärker auf die Stimmung, die durch Körperhaltung und Bewegung des Gegenübers ausgedrückt werden.

Alternativen im Ablauf

Je nach Gruppengröße ist es sinnvoll, die Großgruppe in zwei Kleingruppen aufzuteilen. Bei einer kleinen Gruppe können alle Kinder gemeinsam zuerst den Kommunikationsteil und dann das Bewegungsmodul erleben.

Bei zwei Kleingruppen durchläuft eine Kleingruppe zuerst das Kommunikationsmodul während die zweite Kleingruppe im Bewegungsmodul tanzt, um dann zu tauschen, damit beide Gruppen am Ende beide Module durchlaufen haben.

Abschluss

Den Abschluss des Workshops bildet erneut eine „Aufstellung“, um den Bezug zum Beginn des Workshops herzustellen und den Kreis zu schließen.