

„Vom Alleinsein“

Wie sie dieses Buch einsetzen können

Die Geschichte ist gut geeignet für Kinder zwischen **5 und 10 Jahren**

Dieses Themen-Bilderbuch unterstützt

- **Eltern,**
- **Vertrauenspersonen des Kindes,**
- **sowie pädagogische und therapeutische Fachkräfte,**

sich mit Kindern über die Gefühle des Alleinseins auszutauschen.

Kinder erleben die Angst vor dem Alleinsein als Verlust von Sicherheit und Geborgenheit. Sie zeigen es durch verschiedene Verhaltensweisen: Manche Kinder klammern sich an ihre Eltern, wollen und können sie nicht „gehen“ lassen, manche weinen, manche reagieren mit Wut, manche Kinder mit Rückzug, manche Kinder sprechen von Angst...

Gerade 3 - 6 jährige Kinder, fühlen sie sich auch dann einsam, wenn sie „nur“ alleine in ihrem Zimmer spielen, sie „alleine“ ohne ihre Bezugsperson in den Kindergarten gehen oder Oma und Opa „alleine“ besuchen. Zunächst sind sie voller Stolz, dann spüren sie ein „Unbehagen“, wofür sie keine Worte finden. Vergeht die Zeit zu langsam, können sich Gefühle von Verlassenheit einstellen, die auch Joschi kennt. In der Geschichte versucht sich Joschi zunächst abzulenken. Zufällig landet er in der Anderswelt bei Eltigro, der ihn und seine Gefühle ernst nimmt und ihm neue Strategien zeigt.

Das Vorlesen der Geschichte, das Betrachten der Bilder gibt Anregungen und Ideen/Impulse, um mit den Kindern über ihre Gefühle in solchen Situationen zu sprechen:

- **Kennen sie die Langeweile, die auch Joschi beschreibt?**
- **Ist es ihnen manchmal auch mulmig im Bauch?**
- **Waren sie auch traurig?**
- **Was haben sie in solchen Situationen gemacht?**
- **Kennen sie Lösungsstrategien?**

Eltigro bietet Joschi weitere, neue Ideen an, indem er Joschi in das Geheimnis einweicht, seine Eltern direkt immer und überall dabei zu haben. Hier kann mit den Kindern folgendes überlegt werden:

- **Was haben die Kinder Sichtbares von ihren Eltern (Augen-, Haarfarbe, Nase,...)**
- **Welche unsichtbaren Eigenschaften von Mama und Papa können die Kinder benennen?**

Die Kinder können Eltigro, sich und ihre Eltern (wie im Buch) „dreigeteilt“ malen.

Ein Kind fühlt sich sicher und geborgen, wenn es sich zu seinen Eltern, zu seiner Familie zugehörig fühlt. Dazu nutzt Eltigro die Vorstellungskraft. Er zeigt, wie Joschi seine Mama und seinen Papa stets als „Rückenstärkung“ dabei hat und wie

er sie sich in jeder Situation herdenken kann.

Indem Joschi Mama und Papa als „Verankerung“ in sein Herz rutschen lässt, kann er sie sogar spüren, wenn er seine Hand auf sein Herz legt.

Mit den Kindern kann diese Vorstellungskraft geübt werden, u.a. wie sie sich ihre Eltern herdenken und wo sie Mama und Papa spüren können. Weitere Strategien können besprochen und konkret getestet werden, um kommenden Situationen gestärkt zu begegnen.