



## „Gefühle kann man hören“

1. *Bringen Sie die sechs Grundgefühle (Freude, Trauer, Wut, Überraschung, Angst, Ekel) für sich in eine Reihenfolge. Sprechen Sie dann sechs Mal hintereinander einen kurzen Satz (z.B. „Hallo, liebe Kinder, heute spreche ich über Gefühle“) auf Band (oder nehmen Sie ihn per Computer, Diktiergerät, o.ä. auf). Bringen Sie dabei jeweils ein anderes Gefühl zum Ausdruck, indem Sie den Satz jeweils mit einem entsprechenden Tonfall und/oder entsprechenden Füllwörtern (wie z.B. „igitt“ bei Ekel) sprechen.*
2. *Bringen Sie die Grundgefühle in eine andere Reihenfolge und wiederholen Sie die Aufnahme mit einem anderen Satz.*
3. *Ändern Sie die Reihenfolge der Grundgefühle ein weiteres Mal und nehmen Sie nun einzelne Wörter (z.B. „Sonne“, „Ja“) auf, die Sie mit dem entsprechenden Gefühl ausdrücken.*
4. *Beenden Sie die Aufnahme mit einzelnen Lauten (z.B. per summendem, brummendem Geräusch) für jede Basisemotion.*
5. *Spielen Sie die Aufnahme nun den Kindern vor, und lassen Sie sie nach jedem Satz, bzw. Wort, bzw. Laut raten, welches Gefühl sie ausgedrückt haben. Lösen Sie das Rätsel jeweils auf und spielen dann das nächste „Gefühl“ vor.*

## Zum Weiterspielen

*Die Kinder dürfen selbst paraverbal Gefühle zum Ausdruck bringen und raten, welches Gefühl jeweils gemeint war. Das kann im Sitzkreis und direkt oder ebenfalls per Aufnahme geschehen, die abgespielt wird. Wird die Übung „live“ durchgeführt, dann ist es hilfreich, wenn die Kinder dabei Rücken an Rücken sitzen, bzw. das Kind, das das Gefühl ausdrückt, nicht von vorne zu sehen ist, damit beim Raten nur das Gehör benutzt wird.*