

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Keine Angst vor der Angst - Ängsten mit Märchen begegnen*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



# Ängsten mit Märchen begegnen

Jahrgangsstufe 2 – 4

Doris Höller

## Kompetenzen und Inhalte

- |                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Sachkompetenz:</b>       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sprachschatz erweitern</li><li>• Angst, Mut, Feigheit und Vorsicht unterscheiden</li></ul>                          |
| <b>Methodenkompetenz:</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• gemeinsam über Gefühle sprechen</li><li>• Informationen kritisch hinterfragen</li></ul>                             |
| <b>Sozialkompetenz:</b>     | <ul style="list-style-type: none"><li>• sich in die Gefühle anderer versetzen können</li><li>• Transfer von Inhalten in die persönliche Situation</li></ul> |
| <b>personale Kompetenz:</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ängste benennen und hinterfragen</li><li>• Lösungen ableiten</li></ul>  |

### I. Fachliche Hinführung:

Märchen haben eine klare Botschaft und sind wichtig für die Entwicklung von Kindern. Es sind Geschichten voller Symbole, die Kinder sofort begreifen. Sie wundern sich nicht, dass Tiere sprechen oder Menschen und Gegenstände sich verwandeln. Diese wundersamen Ereignisse entsprechen der Fantasie der Kinder.

Kinder lieben die Sprache der Märchen und ihre deutlichen Bilder. Die Hexe und der Wolf sind Symbole für das bedrohliche Böse, das am Ende besiegt wird. Wenn die Hexe im Ofen verbrannt wird, sehen Kinder keine reale Person, sondern empfinden es als einen symbolischen Sieg über das Böse. Es gibt ihnen die Gewissheit, dass auch schlimme und bedrohliche Situationen ein gutes Ende nehmen können.

Das Böse wird in Gestalt von Hexen oder furchteinflößenden Riesen klar definiert. Eindeutige Rollenzuschreibung und klar voneinander abgegrenzte Charaktere sind gut geeignet, um darauf unbewusste Ängste zu projizieren und zu überwinden. Mut und respektvolles Verhalten anderen gegenüber zeichnet die „guten Märchenfiguren“ aus. Lebensnahe Wertesysteme sind klar erkennbar. Es werden Schwächen und Fehler aufgezeigt, aber auch eine Kultur des Verzeihens.

Märchen helfen Kindern, eine klare Differenzierung von Gut und Böse zu finden. Sie lernen vereinfacht menschliche Charaktereigenschaften kennen. Im Miterleben können Kinder sehen, welche Konsequenzen ein bestimmtes Verhalten hat. Mit ihrem guten Ausgang vermitteln Märchen die Zuversicht, dass Probleme oder Hindernisse lösbar sind. Es werden Ängste angesprochen, die Kinder besonders beschäftigen. Die Angst von den Eltern getrennt zu werden, Verlustangst, Angst vor Veränderungen, Einsamkeit oder Liebesentzug.

Kinder brauchen Vorbilder. Das können konkrete Menschen sein, denen sie nacheifern möchten, aber auch Protagonisten aus Märchen und Büchern. Identifizieren sich Kinder mit einem Märchenhelden, kann das eine Hilfe sein, die eigenen Probleme zu bewältigen. Schlüpfen sie in die Rolle

der Helden, übernehmen sie spielerisch die Gefühle und Argumente der Märchenfigur. Kinder finden sich im Märchen selbst als die handelnde Person wieder und machen die Erfahrung, dass Angst und Unsicherheit zum Leben dazugehören. Auf diese Weise ist es möglich, sich den eigenen Ängsten Schritt für Schritt zu nähern, soweit wie es für die eigene Psyche tragbar ist. Die Atmosphäre beim Vorlesen und Erzählen vermittelt auf besondere Weise ein Gefühl von Sicherheit.

Hörbücher bieten nicht diese persönliche Nähe und lassen Kinder mit dem Gehörten alleine. Filme geben reale Bilder zum Geschehen, die manchmal auch verstörend wirken können. Kinder begreifen die Welt und ihre Zusammenhänge über bildhafte Vorstellungen und Symbole. Hören sie Märchen, entstehen viele Bilder in ihren Köpfen. Alles, was sie hören, wird zu einem inneren Vorstellungsfilm. Diese Fähigkeit, innere Bilder zu entwickeln, ist von großer Bedeutung für die Entwicklung schöpferischen Denkens.

Die bildhafte Sprache spricht Kinder stärker an als abstrakte Äußerungen und Definitionen der Erwachsenen. Ein Kind kann vielleicht ein unangenehmes Gefühl nicht immer konkret als „Angst“ benennen. Durch den „Märchenbösewicht“ hat es aber die Möglichkeit, einem vorhandenen Gefühl Ausdruck zu verschaffen und sich in einem Bild mitzuteilen. Wenn ein Kind Angst im dunklen Keller hat, weil sich dort „Monster“ verstecken, dann ist diese Angst nicht durch ein Märchen ausgelöst worden. Die Angst hatte das Kind schon vorher, aber keine Möglichkeit, sie zu benennen. Mit diesem Bild kann das Gefühl jetzt zum Ausdruck gebracht werden. Diese Ängste sollte man ernst nehmen und nicht ins Lächerliche ziehen. Versetzen wir uns auf die kindliche Bildebene, können wir dem Kind helfen, Ängste zu überwinden.

In Zeichnungen kann ein Kind nach dem Vorlesen seine Gefühle zum Ausdruck bringen. Erzählt es über seine Bilder, kann man erkennen, was das Kind besonders beschäftigt. Kinderängste durchlaufen einen Prozess. Lösungen brauchen Zeit, Vertrauen und Wertschätzung. Aus eigener Erfahrung wissen wir, dass die Angst wächst, wenn man ihr aus dem Weg geht.

Auch wenn Märchen aus einer anderen Zeit stammen, haben ihre Themen wie Mut, Neid, Trauer oder Tod nichts an Aktualität verloren. Sie sind ein Mittel, Kinder durch ihre Sorgen und Ängste zu begleiten und das Selbstbewusstsein zu stärken. Märchen fördern die Empathiefähigkeit, das Verständnis von sich selbst und von anderen. So können Kinder Gefühle erleben, ohne dabei selber Schaden zu nehmen. Es ist nicht möglich, Kinder von allen Sorgen und Problemen fernzuhalten. „Dafür bist du noch zu klein, das verstehst du noch nicht“, ist aber nicht die richtige Antwort auf die Fragen der Kinder. Man sollte sie behutsam an den eigenen Sorgen teilhaben lassen.

Der Kinderpsychologe Bruno Bettelheim schreibt in seinem Buch „Kinder brauchen Märchen“: „Märchen sind geistige Forschungsreisen und deshalb am lebenswahrsten, weil sie menschliches Leben so offenbaren, wie es von innen her gesehen, empfunden oder erkannt wird.“

## II. Unterrichtliche Umsetzung:

Für die Durchführung kann der Raum thematisch gestaltet werden. Kissen, Decken, Tücher, leise Musik und kleinen Lampen schaffen eine angenehme und entspannte Arbeitsatmosphäre. Die Aufgaben können in Einzel- und Gruppenarbeit bearbeitet werden. Dafür können verschiedene Märchenbücher, Papier, Stifte und Malstifte bereitliegen. Je nach Jahrgangsstufe können die Märchen zum Einstieg vorgelesen werden.

*Hänsel und Gretel* M1

Wie könnten das Hexenhaus und die Hexe aussehen?

Wie fühlen sich Hänsel und Gretel alleine im Wald? Was würdest du an ihrer Stelle tun?

Wer ist die mutige Märchenfigur? (Hier ist das Mädchen die kluge und mutige Akteurin!)

*Die Bremer Stadtmusikanten* M2

Welchen Einfluss haben reißerische Zeitungsberichte auf unbeteiligte Personen?

Schreibe einen Zeitungsbericht, der den richtigen Hergang wiedergibt.

Die Bedeutung des gemeinsamen Handels erarbeiten.

*Von einem, der auszog, das Fürchten zu lernen* M3

Wie könnten die Geister im Schloss aussehen? Denke dir Dinge und Situationen aus, vor denen sich Michel fürchten könnte. (Es dürfen auch die eigenen Ängste sein.)

*Rotkäppchen* M4

Was ist Angst, was ist Vorsicht? Wie verhält sich Rotkäppchen?

Beispiele finden, wann Vorsicht sinnvoll ist.

*Dornröschen* M5

Wovor hätte Dornröschen Angst, wenn es heute erwachen würde? Schreibe auf eine Karte, was dir Angst macht. (M8) Im Stuhlkreis auslegen und gemeinsam besprechen.

*Das tapfere Schneiderlein und andere Helden* M6

Tapferkeit alleine reicht nicht immer aus. Ein guter Plan und Geduld sind ebenso wichtig.

Schreibe auf, was du dich einmal trauen möchtest (M8) – Stuhlkreis

*Tischlein deck dich* M7

Zeichne ein, wo man Angst fühlen kann. Beschreibe, was du spürst, wenn du Angst hast.

*Kopiervorlage für die Karten von M5 und M6* M8

**III. Weiterführung:**

Ukrainische Volksmärchen: <http://www.maerchen-welt.net/ukrainische-volksmaerchen/>

Wie ist ein Held? Beispiele in Märchen suchen.

Was würde Aschenputtel oder Rapunzel in ihr Tagebuch schreiben?

Welche Märchenfigur möchtest du gerne sein?

*Buchtipps:*

„Grimms Märchen ohne Worte“ – Frank Flöthmann – Du Mont Verlag, ISBN: 978-3832197087

„Märchen von tapferen und cleveren Mädchen“ – Rosie Dickins – Usborne Pulishing, ISBN: 978-1789412376

# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

**Auszug aus:**

*Keine Angst vor der Angst - Ängsten mit Märchen begegnen*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)

