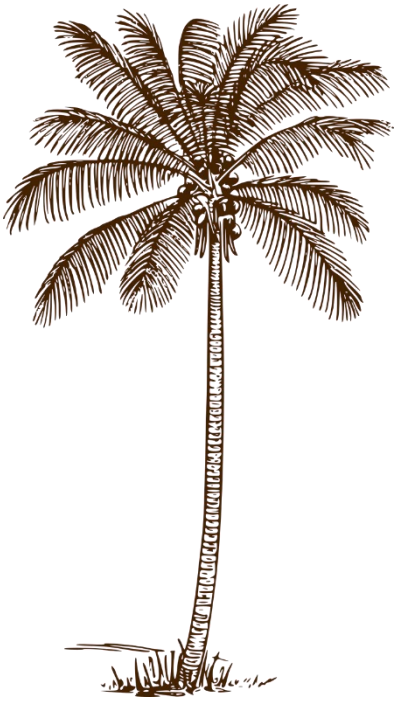
Fantasiereise: Reise zur Insel des Könnens

Mach dich bereit für die Reise zur Insel des Könnens! Verhake dazu deine Zeigefinger und schließe die Augen oder lege die Hände auf den Tisch und deinen Kopf darauf. Auf der Insel des Könnens erwarten dich viele bunte Farben. Der Himmel leuchtet in Regenbogenfarben. Die vielen Sterne strahlen warm auf deinen Körper. Du kannst einen Zuckerwattegeruch in der Luft riechen.

Unter deinen Füßen spürst du Sand. Der Sand ist dunkelblau. In der Ferne siehst du eine riesige Burg. Du machst dich auf den Weg zur Burg. Vor dem Tor siehst du eine Ritterrüstung und ziehst sie an. Als erstes ziehst du deinen Beinschutz der Ritterrüstung an und merkst deinen festen Stand auf dem Boden. Als nächstes schützt du deinen Oberkörper mit der Rüstung und fühlst dich schon viel sicherer. Und wenn du jetzt den Helm aufsetzt, weißt du, dass dir niemand etwas anhaben kann. Nun bist du sehr gut geschützt und kannst in die Burg gehen. In der Burg angekommen, siehst du viele riesige Holztüren vor dir. Hinter jeder Tür verbirgt sich eines deiner Talente. Du suchst dir die Türe aus, die dir am besten gefällt. Dann gehst du langsam auf sie zu und öffnest sie. Du betrittst den Raum. Der Raum sieht bei jedem Kind anders aus. Welches Talent verbirgt sich nun hinter deiner Tür? Stelle dir eins deiner Talente vor. Überlege dafür: Was machst du besonders gerne? Oder was kannst du besonders gut? Was kannst du jetzt in deinem Raum sehen? Was kannst du in deinem Raum riechen? Wie fühlt sich das für dich an? Atme einmal tief ein und wieder aus.

Auf der Fensterbank dieses Raumes siehst du eine kleine Kamera. Nimm sie in die Hand und fange den Raum mit deinem Talent durch ein Foto ein. Bevor du zurück in die Klasse reist, sieh dich ein letztes Mal in dem Raum um. Atme nun noch einmal tief ein und aus und öffne dann die Augen. Du bist wieder zurück in der Klasse angekommen und siehst deine Mitschüler wieder.



Du kannst jederzeit zur Insel des Könnens zurückreisen. Wenn du traurig bist oder jemand gemein zu dir ist, kannst du wieder die Ritterrüstung anziehen und an deinen Raum denken. Vielleicht öffnest du beim nächsten Besuch eine andere Tür und entdeckst dort ein weiteres Talent von dir.

Copyright (Palme):
https://pixabay.com/vectors/palm-tree-coconut-palm-palm-trees-295240/