



Informationen zur Bastelanleitung:

Das Mimik-Spiel besteht aus 2 Teilen:

1. Selbsttest: Bevor du mit dem Basteln startest, solltest du dir eine Maske aufsetzen und dich vor den Spiegel setzen (zusammen mit dem Kind). Versuche verschiedene Gefühle im Gesicht darzustellen und beobachte die Veränderungen an deinen Augen und Augenbrauen. Versuche Besonderheiten zu finden, an denen man das Gefühl erkennen kann (gemeinsam mit dem Kind besprechen), z.B. beim Lachen kleine Lachfältchen oder hochgezogene Augenbrauen beim Schreck. Mache ein Spiel daraus: Rate mal, wie ich mich fühle! (Gefühl darstellen und anderen raten lassen, welches es ist)

2. Basteln und Aufgreifen der Beobachtung: Bastelt gemeinsam das Mimik-Spiel. Beim Aufmalen der verschiedenen „Gefühls“-Augen, überlegt gemeinsam, was bei welchem Gefühl zu sehen war (im Spiegel) und malt die Augen so auf. Schreibe zur Kontrolle das Gefühl unter die Augen. So könnt ihr immer wieder raten! Viel Spaß!





Kommunikation mit Maske – gar nicht so einfach!

Warum führt das Tragen einer Maske manchmal zu Missverständnissen und was können wir tun, um die Kommunikation zu vereinfachen?

Wir kommunizieren viel über die Mimik im Gesicht. Beim Tragen einer Maske ist ein erheblicher Teil unseres Gesichtes abgedeckt, wir sehen nur die Augen und Augenbrauen. Das macht es schwierig anderen mitzuteilen, in welcher Gemütslage wir uns gerade befinden. Besonders Kinder haben dabei große Schwierigkeiten, da sie noch nicht so geübt darin sind Gefühle zu erkennen. Was können wir jetzt also tun, um die Kommunikation zu erleichtern:

1. **Unterstütze deine Gefühle mit Gesten:** Das geht nicht immer, aber wenn du einem Gefühl besonderen Ausdruck verleihen möchtest kannst du dies durch Zeichen unterstützen. Ein paar Beispiele: Es geht mir gut – Daumen hoch; du fehlst mir/ich habe dich lieb – Herz mit den Fingern formen; Ich bin wütend/lass das – erhobener Zeigefinger; lass mich in Ruhe – ausgestreckter Arm, Zeigen der Handinnenfläche; usw. Vielleicht überlegst du dir auch gemeinsam mit dem Kind verschiedene Zeichen
2. **Lasse deine Augen sprechen:** Versuche den Ausdruck deiner Augen etwas zu übertreiben, damit dein Gegenüber es besser versteht. Setze gezielt auch deine Augenbrauen ein.
3. **Sage dem Kind wie du dich fühlst:** begleite deine Gefühle verbal, indem du z.B. sagst: Ich bin wütend, weil... oder ich freue mich über...
4. **Etwas lauter sprechen:** durch die Maske wirst du automatisch leiser beim Sprechen, denn auch der Schall wird von der Maske geschluckt. Du solltest also versuchen laut und deutlich zu sprechen, damit dein Gegenüber dich besser verstehen kann.
5. **Üben:** Das Mimik-Spiel ist eine gute Möglichkeit das Ablesen von Gefühlen an den Augen spielerisch zu üben. Aber auch wir Erwachsenen müssen unser Kommunikationsverhalten zu ändern, wenn wir eine Maske tragen.

Diese Verhaltensweisen sollten wir nicht nur in der Kommunikation mit Kindern beherzigen, denn auch Erwachsene haben Schwierigkeiten dabei. Wir alle müssen uns erst an die neue Situation gewöhnen. Wenn wir die, oben genannten, Verhaltensweisen beherzigen und trainieren, wird unsere Kommunikation einfacher werden.

Viel Spaß bei der Umsetzung!