



Mit Hilfe des Kinderbuches „Annika und die Glücksterngruppe“ (Anja Frenzel) durchlebten wir die Glückspunkt-Methode. Sanfte Berührungen und die Vorstellung zwei Sterne leuchten zu lassen, sorgten für Wohlbefinden

und Glücksgefühle. Wir erarbeiteten die Methode mit dem Kinderbuch, den dazugehörigen Spielen, Fantasiereisen, Bastelarbeiten, Liedern und Reimen.

Das Stärken der Kinder, das Zur-Ruhe-Kommen, das Entdecken und der Umgang mit Gefühlen und das Entfalten der eigenen Potenziale standen im Mittelpunkt. Wertvolle Beziehungen wurden entdeckt und ein soziales, respektvolles sowie friedliches Miteinander geschaffen.

Die Kinder fanden Entspannung und Ruhe ... vertrauten ihren Gefühlen ... lernten den Umgang mit Ängsten und Problemen ... entwickelten mehr Selbstvertrauen und Selbstsicherheit. ... erkannten ihre eigenen Potentiale...erfuhren Glück und Lebensfreude.

Dieses Projekt dauerte ca. 5 Monate und es war eine ganze Gruppe beteiligt.

Quellen:

[www.glueckspunkt-methode.com](http://www.glueckspunkt-methode.com)

[www.gluecksterne.com](http://www.gluecksterne.com)

Buch zum Vorlesen „Annika und die Glücksterne-Gruppe“ von Anja Frenzel  
Buch (Reime und Fingerspiele)

„Sternenglanz und Wörtertanz“ von Anja Frenzel

Buch (Praxisbuch) „Das tut mir gut, Mama!“ von Anja Frenzel

Buch (Praxisbuch) „Erlebe deine Glücks-Sternstunde“ von Anja Frenzel





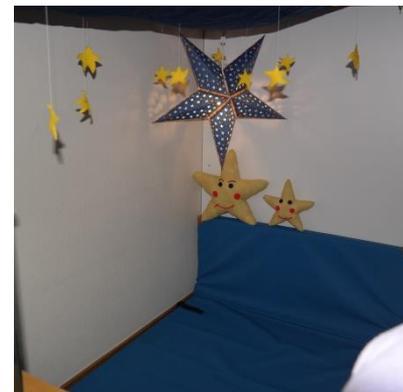
## Du bist mein Glückstern... Frieden/Glück/Kraft

Um in die Glückspunkt-Methode einzusteigen, lasen wir das Bilderbuch „Annika und die Glückssterngruppe“ von Anja Frenzel in kleinen Abschnitten. Die Bilder der Geschichte wurden an die Wand gehängt, damit sie immer sichtbar waren und die Kinder zum Nacherzählen der Geschichte anregten.



Sterna und kleiner Stern konnten für zu Hause ausgeprickelt werden. Viele Kinder machten Gebrauch von dem Angebot. Aus der Lesecke entstand eine „Sternen-Kuschelecke“ zum

Träumen, zum Entspannen, zum Lesen oder Tonie-Box hören.



Wie in Annikas Geschichte, schenkten die Glückssterne uns Kraft, Frieden, Mut, Ruhe, Träume, Glück und Wohlbefinden. Jeder von uns sah oder fühlte die Sterne anders; und so entstanden aus Zuckerkreide viele unterschiedliche Sterne, die nun durch die Gruppe strahlten.



Wir durften ein Kuscheltier von zu Hause mitbringen und ihm, in kuscheliger Atmosphäre, etwas von unserem Glückssternengefühl abgeben.

Die Vorschi-Kids nähten sich eigene Glückssterne und befüllten sie mit einem Granulat. Für die jüngeren Kinder hat die Erzieherin die Sterne genäht.





Ein paar Tage später verschenkten wir unsere Glückssterngefühle (Glück, Frieden, Ruhe, Mut, Wärme, Kraft, Liebe...) an ein anderes Kind. Wir fühlten uns gut; das Herz war warm und kuschelig! Dies machten wir fast jeden Tag, bei jedem Stuhl-oder Sitzkreis schickten wir unsere Sternengefühle/Friedensgrüße einem anderen Kind oder Erzieherin und wurden so zu Sternenhelfern. Dabei sagten wir „Auf der Hand/dem Körper/Bauch sitzt Sterna fein und leuchtet nun im Sternenschein. Kleiner Stern kommt nun dazu, sitzt auf der Hand/dem Körper/Bauch und schenkt dir Ruh. Beide Sterne leuchten hell, dein Herz wird weit, dein Glück kommt schnell.“



Wir suchten die Bildausschnitte in den Bildern aus dem Buch wieder; es war eine Art Suchspiel.

Das Gedicht von der „Sternendecke“ bekamen die Kinder, samt Leuchtstern aus Papier, mit nach Hause. Nun konnten sie Mama und Papa, Geschwistern oder Oma und Opa das Sternengefühl erleben lassen.

Ein „Gefühlometer“ entstand nachdem wir überlegt hatten, welche Gefühle Annika und ihre Freunde hatten. Nun konnten wir morgens eine Holzklammer mit unserem Zeichen an das momentane Gefühl klammern. Wir stellten fest, dass sich unser Gefühl manchmal im Laufe des Tages änderte.



Beim Turnen bildeten wir mit unserem Körper einen Stern und umrandeten ihn mit Bausteinen. Die GlücksSterne balancierten wir

auf verschiedenen Körperteilen, schickten Sternegefühle in die Runden, sortierten Sterna und kleiner Stern und ließen die Sterne fliegen. In der anderen Turnstunde wiederum machten wir eine Reise durchs Weltall zu den Sternen. Immer wieder fand auch eine Entspannung zu dem Thema Glück, Frieden, Ruhe statt.

Die St. Martin Laterne gestalteten wir im angesagten Glückssterne Look.





Mit Hammer, Nagel und Faden entstanden  
Fadensterne.



Zunächst bastelten wir Sterna und  
kleiner Stern als Fingerpuppe, aber zack zack entstand  
daraus die Idee eines Theaters. Die anderen Figuren  
des Bilderbuches wurden gemalt und auf Stäbe  
geklebt. Es wurde geübt und geübt. Einige  
Tage/Wochen später führten die Vorschulkinder den  
anderen Kindern aus der Kita das Theaterstück vor. Alle  
zusammen sprachen zum Schluss Annikas

Glückssternegeheimnis und so verbreitete sich das  
Sternengefühl/Glücksgefühl/Friedensgruß in der ganzen  
Kita. Die Idee, den anderen Kindern dies Vorzuführen kam  
direkt von den Kindern und da Partizipation ein wichtiger  
Bestandteil der Arbeit mit Kinder ist, wurde dies möglich  
gemacht und umgesetzt.

In der Turnhalle fanden wir während einer Traumreise in  
kleinen Gruppen unser Sternengefühl. Es glitzerte, war bunt  
und warm! Mit Aquarellfarben konnten wir es fixieren.



In der Adventszeit gingen Maria, Josef und Aaron auf  
Herbergssuche zu den Familien der Gruppen. In ihrem  
Gepäck/Koffer hatten sie das Adventsgeschenk für das  
Besucherkind, eine Weihnachtsgeschichte, eine Kerze  
und ein Buch, wo jede Familie sich eintragen konnte  
und uns somit von den Erlebnissen mit der Heiligen  
Familie am nächsten Tag in der Kita berichtete.



Wir falteten Sterne für den Adventsweg und erhellten somit den Weg für Maria und Josef. Durch den Besuch der Heilige Familie schickten wir den Familien einen Friedensgruß in deren Häuser; wir schickten Ruhe und Besinnlichkeit.



Sterne und Sternschnuppen wurde mit einer sehr spitzen Nadel gefilzt. Wir backten Himmelsboten und Sterne (Kekse), die wir in der Kita aßen aber auch mit nach Hause nahmen.

Wir füllten gemeinsam für jedes Kind sein „Wertvoll-Büchlein“ aus und überlegten was das Kind einzigartig macht.



Die Familien schrieben und malten einen Sternenwunsch auf und wir hängten ihn an unseren Walnussbaum, der ab sofort „Wunschbaum“ hieß. Noch einmal Glücksgefühle an den Baum geschickt und die Hoffnung nicht aufgeben, dass der Wunsch in Erfüllung geht. Alle Kinder sind zu super Sternenhelfern geworden und bekamen zum



Abschluss dieses Projektes ihre Glückssterne, das Wertvoll-Büchlein und ein Glücksarmband mit nach Hause.

