

Fantasiereise – mein ganz persönlicher Abenteuerfilm

Mache es dir gemütlich. Schließe deine Augen. Atme tief ein und langsam wieder aus. Stell dir vor, du sitzt in einem Kinosaal. Nur du allein. Auf dem Programm steht ein Abenteuerfilm. Vorne ist ein roter Vorhang. Die Lichter gehen aus, der Vorhang öffnet sich langsam. Auf der Leinwand siehst du ein kleines Baby in den Armen der Eltern. Das Baby bist du. Du beobachtest dich. Was machst du? Wer ist bei dir?

Der Film geht weiter. Du bist jetzt etwas größer und kommst in den Kindergarten. Wer sind deine Freunde? Was macht dir Spaß? Was erzählst du, wenn du nach Hause kommst?

Wieder zeigt der Film auf der Leinwand einen kleinen Zeitsprung. Es ist dein erster Schultag. Wie fühlst du dich? Hast du Angst? Freust du dich? Bist du aufgeregt? Du gehst in den Klassenraum. Deine Lehrerin oder dein Lehrer sind schon da und begrüßen dich. Auch die Kinder deiner Schulklasse sitzen schon auf ihren Plätzen. Neben wen setzt du dich? Mit wem redest du?

Es vergehen einige Jahre im Schnelldurchlauf. Was siehst du von ihnen? Welche Menschen kommen besonders oft vor? An welchen Orten bist du am liebsten? Was macht dir Spaß? Du bist jetzt auch bei der Jungschar/den Minis. Was gefällt dir daran? Wer sind deine Gruppenleiter*innen? An wen in der Gruppe erinnerst du dich besonders?

Der Film wird wieder langsamer. Du erkennst, dass du am ersten Schultag in deiner neuen, weiterführenden Schule angekommen bist. Wie fühlst du dich? Wer sind deine Freunde und Freundinnen? Du gehst in deinen Klassenraum und findest einen Platz. Fühlst du dich wohl? Welche Fächer hast du besonders gern? Was machst du am Nachmittag, nach Unterrichtsende? Mit wem verbringst du deine Zeit am liebsten? Was erzählst du deiner Familie zu Hause?

Der Bildschirm wird kurz dunkel und zeigt schließlich einige Highlights aus deinem Leben. Was siehst du? Wer ist bei dir? Was machst du? Wann warst du besonders glücklich?

Schließlich erreicht der Film seine letzte Szene. Sie zeigt dich, wie du im Kinosaal sitzt. Was geht in deinem Kopf vor? Was waren besonders wichtige Momente in diesem Film und in deinem Leben? Worauf bist du stolz? Was war das größte Abenteuer?

Das Licht im Kinosaal geht wieder an. Der Rest vom Film kann noch nicht gezeigt werden, den musst du erst erleben.

Komm nun langsam wieder zurück in den Gruppenraum. Beginne deine Finger zu bewegen, kreise deine Handgelenke, bewege deine Füße. Strecke und räkle dich und atme tief ein und aus. Öffne nun langsam deine Augen.