

ENTSPANNUNGSGESCHICHTE

Unterwegs mit der Seifenblase

Das Kind liegt bequem und mit geschlossenen Augen auf einer Matte. Die Geschichte sollte langsam und mit mehreren kurzen Pausen vorgelesen werden, damit das Kind Zeit hat, seine Vorstellungskraft für die Bilder dieser Geschichte zu entwickeln und somit darin einzutauchen.

Weißt du, was eine Seifenblase ist?

Die kleinen runden durchsichtigen Kugeln, die durch die Luft tanzen, siehst du sie vor dir? Stell dir vor, du sitzt in solch einer Seifenblase und schwebst mit dem Wind. Immer weiter, immer höher. Merkst du schon, wie hoch du bist? Schon über den Wolken, die wie kuschelige weiße Kissen aussehen.

Und da, da sind kleine Wesen, die aussehen wie Wolkenmännchen, ganz weiß, ganz flauschig mit runden lachenden Gesichtern. Sie hüpfen von einer Wolke zur nächsten und haben jede Menge Spaß. Kannst du sie lachen hören?

„He du, ja du in der Seifenblase, komm und mach mit“, rufen sie. Das sieht sehr lustig aus. Warum eigentlich nicht? Doch da flüstert eine Stimme: „Kannst du denn von einer zur anderen Wolke hüpfen? Du kennst die Wolkenmännchen doch gar nicht. Hast du keine Angst?“ Du überlegst noch ... Ein plötzlicher Windstoß und du schwebst weiter in deiner Seifenblase, weg von den Wolkenmännchen. Schade eigentlich.

Und es geht weiter, hinauf zu den Sternen. Immer weiter, du kommst höher und höher. Alles wird dunkler und durch die Sterne doch irgendwie heller und wärmer. Spürst du das Licht? Und da, siehst du die kleinen Sternschnuppen? Sie sehen wie kleine Blitze aus, gelb, weiß, auch rot, grün und blau. Sie fliegen von einem Stern zum anderen. Kannst du sie erkennen?

„He du, ja du in der Seifenblase, komm und mach mit“, rufen sie. Das sieht sehr lustig aus. Warum eigentlich nicht? Doch da flüstert eine Stimme: „Kannst du denn fliegen von Stern zu Stern? Du kennst die Sternschnuppen doch gar nicht. Hast du keine Angst?“ Du überlegst noch ... Ein

plötzlicher Windstoß, er trägt dich in deiner Seifenblase weiter, weg von den Sternschnuppen. Schade eigentlich.

Und es geht weiter. In der Ferne siehst du viele bunte Farben, die in der Luft leuchten wie ein ... ein Regenbogen! Tatsächlich, von weitem kannst du einen Regenbogen erkennen. Siehst du auch deine Lieblingsfarbe in ihm? Du

kommst immer näher. Aber was ist denn das? Viele kleine bunte Punkte, die aussehen wie die Form eines Regentropfens rutschen wie auf einer Rutschbahn den Regenbogen entlang. Sie rutschen und rutschen, ohne dass ein Ende in Sicht ist. Und alle, alle haben Spaß und quietschen vor lauter Vergnügen. Kannst du sie hören und sehen?

„He du, du in der Seifenblase, komm und mach mit“, rufen die bunten Tropfen. Das sieht sehr lustig aus. Warum eigentlich nicht? Doch da flüstert eine Stimme: „Kannst du auf einem Regenbogen rutschen? Du kennst die bunten Tropfen doch gar nicht. Hast du keine Angst?“ Du überlegst noch ... Ein plötzlicher Windstoß und er trägt dich weiter in deiner Seifenblase, immer weiter ...

Auf einmal hörst du es ganz laut: „STOPP, anhalten, ich will den Regenbogen runterrutschen!“ Ist das deine Stimme? „Ich will mit den Sternschnuppen von Stern

zu Stern fliegen!“ Das ist deine Stimme. „Und ich will mit den Wolkenmännchen von Wolke zu Wolke hüpfen!“

Deine Seifenblase ist etwas rosa angelaufen, denn sie kann deine Kraft spüren, die in dir

und in deiner Stimme steckt. Ganz erstaunt hat auch der Wind den Kurs gewechselt und mit viel Schwung kommst du zurück ... erst zum Regenbogen ... Viel Spaß beim Rutschen ... dann zu den Sternen ... Viel Spaß beim Fliegen ...

... dann zu den Wolken ... Viel Spaß beim Hüpfen ...

Puuuhhhh! Müde machst du es dir in deiner Seifenblase wieder gemütlich. Es hat großen Spaß gemacht, mit den Wolkenmännchen zu hüpfen, den Sternschnuppen zu fliegen und mit den bunten Tropfen zu rutschen.

Entspannt liegst du in der Seifenblase, die immer weiter hinunterschwebt. Ein schönes Gefühl ist das. Ganz leise macht es Peng! Die Seifenblase ist geplatzt und du bist wieder hier. Spürst du noch die Kraft in dir?

TIPP

Anschließend kann noch ein Gespräch über die Geschichte entstehen: Was war für das Kind am schönsten? Was könnte man noch mit der Seifenblase erleben?