

„Nein!“

Selbstbewusstsein lässt sich trainieren.
Mit dieser Gruppenübung können Kindergartenkinder
das „Neinsagen“ üben.



1

Das wird gebraucht:

Trommel oder anderes Musikinstrument

2

So geht es:

Die Kinder bilden einen Kreis um Sie herum.
Fordern Sie die Kinder auf, alle gleichzeitig
„Nein!“ zu sagen mit der Ansage: „Mach dich
groß, aufrechte Haltung, Kopf erhoben, festen
Stand, schau ernst und sage das ganze laut
und deutlich, mit fester Stimme.“

Die Kinder bekommen Zeit, das „Nein!“ auszu-
probieren. Dann gehen Sie zu jedem Kind hin
und deuten an, es über den Kopf streicheln zu
wollen. Das Kind soll so überzeugend „Nein!“
sagen, dass Sie einen Schritt zurück treten. Die
Kinder dürfen sich überlegen, ob sie zusätzlich
die Hände zur Abwehr benutzen.



3

Abschluss:

Zum Abschluss dürfen die Kinder durch den Raum gehen. Dazu schlagen Sie
eine Trommel oder benutzen ein anderes Musikinstrument. Immer wenn die
Musik verstummt, sagen die Kinder laut „Nein!“ mit der entsprechenden Geste.

Natalie Peine, Redaktion KinderKinder

