

Arbeitsblatt: Gefühle erkennen und benennen aus religiöser Perspektive

Name: _____

Datum: _____

1. Gefühle erkennen

Lies die Geschichte aufmerksam. Kreise die Gefühle ein, die das Mädchen in der Geschichte hat!

- Angst
- Mut
- Hoffnung
- Vertrauen
- Zorn
- Freude

Die Geschichte des Mädchens und des Drachen

„Das Mädchen stand dem Drachen gegenüber. Es spürte, wie sich die **Angst** in ihrem Bauch zusammenzog. Der Drache brüllte wütend und furchterregend, doch das Mädchen dachte an den **Mut**, der in ihrem Inneren aufstieg. Es **betete** leise und bat Gott um Hilfe. Sie vertraute darauf, dass Gott ihr Mut geben würde, um sich der Herausforderung zu stellen. Der Drache war mächtig, aber das Mädchen wusste, dass Gott ihr zur Seite stand und sie stark machen würde.“

2. Gefühle benennen

Nun benenne die **Gefühle**, die das Mädchen erlebt, und verbinde sie mit einer biblischen oder religiösen Quelle, die dir hilft, dieses Gefühl zu verstehen.

Gefühl	Warum fühlt sich das Mädchen so?	Wie hilft uns der Glaube in dieser Situation?
Angst	Das Mädchen hat Angst vor dem Drachen, weil er groß und furchterregend ist.	Glaube: In der Bibel steht: „Fürchte dich nicht, denn ich bin bei dir.“ (Jesaja 41,10)
Mut	Das Mädchen zeigt Mut, weil es sich trotz der Angst dem Drachen stellt.	Glaube: Jesus sagte: „Alles ist möglich dem, der glaubt.“ (Markus 9,23)
Vertrauen	Das Mädchen vertraut darauf, dass Gott ihr hilft, den Drachen zu besiegen.	Glaube: „Vertraue auf den Herrn von ganzem Herzen.“ (Sprüche 3,5)

3. Das Gebet des Mädchens

Das Mädchen betet, um Mut zu finden. Schreibe ein eigenes Gebet, das dir hilft, Mut und Vertrauen in schwierigen Momenten zu finden.

Beispiel:

„Lieber Gott, ich habe Angst, aber ich vertraue dir. Gib mir Mut, diese Herausforderung zu meistern. Sei bei mir, wenn ich ängstlich bin und hilf mir, auf dich zu vertrauen.“

Dein Gebet:

4. Deine eigenen Herausforderungen

Denk an eine Situation, in der du dich ängstlich oder unsicher gefühlt hast. Was war deine „Herausforderung“? Wie hast du dich dabei gefühlt? Wie könntest du in solchen Momenten an Gott denken und um Hilfe bitten?

- **Deine Herausforderung:**

- **Wie hast du dich gefühlt?**

- **Was könntest du im Gebet sagen?**

5. Reflektion

- **Wie hilft uns der Glaube, mit Angst und Herausforderungen umzugehen?**

- Wann hast du zuletzt den Glauben an Gott in einer schwierigen Situation gespürt?

Zusatzaufgabe (optional):

Mache eine **Collage** oder ein **Bild**, das zeigt, wie dir dein Glaube hilft, mit Ängsten oder Herausforderungen umzugehen. Du kannst dafür biblische Zitate oder Symbole des Glaubens verwenden. (Hilfreich ist es, vorgefertigte Textstellen, Glaubenssätze, Affirmationen sowie Bilder und Fotos zum Ausschneiden bereitzulegen, damit die Kinder sofort mit der Collage starten können.)