

# Mein Mutmonster

- Alter: ab 4 Jahre
- Anzahl: 1 bis 10 Personen
- Dauer: 30 bis 60 Minuten
- Raum: drinnen, draußen, analog, digital
- Zielgruppe des Konzepts: Pädagog\*innen in Kita, Vorschule, Grundschule

## Worum geht es?

Was macht dir Angst? Was macht dir Mut?

Angst ist ein bekanntes Gefühl für Menschen: Angst vor der Dunkelheit, Angst vor dem Alleinsein, Angst vor Spinnen – jede\*r von uns hat vor irgendetwas Angst. Aber wie kann ich mit Angst umgehen? Was kann mir helfen, wenn ich Angst habe?

Bei dieser Methode befassen wir uns mit den Themen Angst und Mut. Ihr überlegt, was euch Angst einjagt und was dabei Mut machen kann. Ihr gestaltet ein analoges oder digitales Mutmonster und lasst dieses lebendig werden – damit es euch immer Mut zusprechen kann!

## Inhalt

1. Benötigtes Material
2. Vorbereitung
3. Ablauf

## Über die Autorinnen

Sarah Melzer ist Medienpädagogin und wirkt beim medienpädagogischen Netzwerk workshopen eG in Halle (Saale). Das Netzwerk bietet zahlreiche Seminare, Workshops und Vorträge zu Medienthematen an. Dabei steht die produktive Mediennutzung im Fokus. Medienkompetenz wird durch die Produktion von Medien erlernt: Es werden Trickfilme erstellt, Fotos bearbeitet oder mit KI experimentiert. Durch den kreativen Medieneinsatz werden spielerisch auch umfangreiche Themen wie Fake News oder Cybermobbing bearbeitet. Bei der Arbeit des Netzwerkes steht die Zielgruppe im Vordergrund – die Workshops sind geprägt von aktiven Übungen und einem Miteinander auf Augenhöhe.

Die »Servicestelle digitale kulturelle Bildung« wird gefördert vom Land Sachsen-Anhalt.



SACHSEN-ANHALT

**#moderndenken**

## 1. Benötigtes Material

Für das Mutmonster werden zunächst aus verschiedenen Bastelmaterialien kunterbunte und kreative Monster gestaltet. Diese können nach Belieben verziert, bemalt oder beklebt werden. Auch der Einsatz von Naturmaterialien eignet sich hier gut. Hierfür benötigt ihr folgendes Material:

- Bastelmaterial zum Basteln der Monster wie buntes Papier, Kulleraugen, Scheren, Kleber, Stifte, Aufkleber, Naturmaterial
- eventuell Vorlagen und Beispiele für jüngere Kinder (erstellt durch pädagogische Fachkräfte)
- Tablets, Ladekabel, Stromanschluss
- optional: Mehrfachsteckdose
- Internet zum Installieren der App
- kostenfreie App „ChatterPix Kids“  
Android: [https://play.google.com/store/apps/details?id=com.duckduckmoosedesign.cpkids&hl=en\\_US](https://play.google.com/store/apps/details?id=com.duckduckmoosedesign.cpkids&hl=en_US)  
iOS: <https://apps.apple.com/de/app/chatterpix-kids/id734046126>
- falls vorhanden eine digitale Tafel zur Ergebnispräsentation

**Wichtig:** Die App benötigt Zugriff auf Kamera und Mikrofon. Bitte gewähre diesen während der Nutzung der App.

## 2. Vorbereitung

Zunächst muss die App ChatterPix Kids auf den Tablets installiert werden. Die benutzerfreundliche App eignet sich für Kinder ab 4 Jahren und hat einen klaren Fokus: Sie erweckt Objekte durch animierte Lippenbewegungen und Sprachaufnahmen zum Leben. Trotz ihrer Einfachheit bietet sie zahlreiche kreative Einsatzmöglichkeiten. Mit der App können Fotos, eigene Zeichnungen und mehr zum Leben erweckt werden. Mit einfachen Werkzeugen lassen sich kurze Filme erstellen, die das erzählerische Denken und die sprachlichen Fähigkeiten fördern. Der Fokus der App liegt auf dem digitalen, kreativen Gestalten. Dabei fördert sie spielerisch eine aktive Mediennutzung. Jüngere Kinder können die App gemeinsam mit Erwachsenen nutzen. Später ist eine selbstständige Nutzung möglich.

Das Bastelmaterial sollte bereits auf einem Tisch ausgelegt werden, damit alle Kinder gut an die Materialien kommen und diese in die eigenen Ideen einfließen lassen. Es kann sein, dass es einigen (jüngeren) Kindern schwerfällt, eigenständig einen Körper für das Monster zu gestalten. Hier hilft es, wenn bereits Körper, Köpfe, Arme oder Beine vorgezeichnet bzw. vorbereitet sind. Diese müssen keine besondere Komplexität aufweisen – einfache Formen reichen völlig aus.

*Tipp: Zur Vorbereitung empfehlen wir, ein „Probe-Mutmonster“ zu erstellen. So können die pädagogischen Fachkräfte die Funktion der App kennenlernen und haben bereits ein Ergebnis, welches sie den Kindern zeigen können.*

### 3. Ablauf

#### 1. Was macht mir Angst?

Gemeinsam bespricht ihr das Thema Angst. Die Kinder werden gefragt, was Angst ist und was ihnen Angst macht. Zur Anregung kann die pädagogische Fachkraft auch Bilder zeigen und die Kinder fragen, ob etwas auf den Abbildungen bei ihnen Angst auslöst. Eine Auswahl findet ihr [hier](#).

**Hier einige Beispielfragen, die den Einstieg in ein Gespräch zum Thema Angst erleichtern können:**

- Was habt ihr schon mal gesehen oder gehört, das euch ein bisschen unheimlich vorkam?  
→ Diese Frage lädt die Kinder dazu ein, über ihre eigenen Erfahrungen nachzudenken, ohne dass sie das Wort „Angst“ direkt verwenden müssen.
- Was bereitet euch ab und zu ein komisches Gefühl im Bauch?  
→ Dies spricht die körperlichen Reaktionen an, die mit Angst verbunden sein können, und kann den Kindern helfen, ihre Gefühle besser zu identifizieren.
- Kennt ihr vielleicht ein Tier, das euch ein bisschen erschreckt? Wenn ja, welches?  
→ Hier können die Kinder über Tiere sprechen, die ihnen Angst machen, und es gibt die Möglichkeit, das Thema spielerisch anzugehen.
- Manchmal träumen wir komische Sachen. Was habt ihr schon mal geträumt, das euch Angst gemacht hat?  
→ Diese Frage öffnet die Tür zu Gesprächen über Ängste, die im Traum entstehen, und kann den Kindern helfen, über ihre Emotionen zu sprechen.
- Wenn es draußen dunkel ist, gibt es dann etwas, vor dem ihr euch fürchtet? Wenn ja, was?  
→ Die Frage nach Dunkelheit und was damit verbunden ist, kann Ängste ins Gespräch bringen, die viele Kinder teilen.

Diese Fragen helfen, das Gespräch auf sanfte Weise zu eröffnen und den Kindern die Möglichkeit zu geben, ihre Gefühle in einer sicheren Umgebung auszudrücken. Anschließend oder alternativ kann das Thema Angst direkt thematisiert werden. Folgende Fragen können dabei helfen, zu verstehen was Angst genau ist.

- Was bedeutet Angst eigentlich?  
→ Die Kinder werden ermutigt sich mit dem Begriff Angst auseinanderzusetzen und zu reflektieren, was dies für sie konkret bedeutet.
- Wie fühlt es sich an, wenn du Angst hast? Wo spürst du es in deinem Körper?  
→ Diese Frage lädt dazu ein, die körperlichen Symptome oder das Gefühl der Angst in Worte auszudrücken. Weiterhin wird den Kindern deutlich, dass sich Angst für jeden anders anfühlt.
- In welchen Situationen habt ihr schon mal Angst gehabt?  
→ Diese Frage regt dazu an, sich gemeinsam über Angstmacher (Tiere, Situationen etc.) auseinanderzusetzen. Die Kinder realisieren dabei, dass jede\*r vor etwas Angst hat und dass diese Ängste sehr unterschiedlich sein können.

## 2. Was kann mir Mut machen?

Im zweiten Schritt geht die Gruppe gemeinsam darauf ein, was bei den gezeigten bzw. genannten Ängsten Mut machen kann. Die Kinder berichten, was sie bei Angst machen und was ihnen Mut macht. Ziel ist es, dass die Kinder ihre eigenen Ressourcen erkennen und verstehen, was ihnen in Momenten der Angst Kraft und Zuversicht gibt.

### Beispielfragen zum Thema Mut:

- Wenn du Angst hast, wer hilft dir dann und bei wem fühlst du dich sicher?  
→ Diese Frage lädt die Kinder ein, über die Personen in ihrem Leben nachzudenken, die ihnen in schwierigen Momenten beistehen.
- Gibt es ein Kuscheltier oder eine Decke, die dir hilft, wenn du dich fürchtest?  
→ Diese Frage hilft, den Kindern bewusst zu machen, welche Dinge oder Gegenstände ihnen Trost und Sicherheit geben.
- Was machst du, wenn du dich nicht traust, etwas zu tun? Gibt es etwas, das dir dann Mut macht?  
→ Diese Frage regt die Kinder an, über Strategien nachzudenken, die sie anwenden, um ihre Ängste zu überwinden.
- Kennst du ein Lied oder ein Spiel, das dir hilft, wenn du Angst hast? Wenn ja, welches?  
→ Diese Frage bringt das Thema in einen spielerischen Kontext und lässt die Kinder über Lieder oder Spiele nachdenken, die sie beruhigen und stärken.
- Wenn du an etwas Schönes denkst, zum Beispiel an deine Familie oder Freund\*innen, fühlst du dich dann mutiger?  
→ Diese Frage hilft den Kindern, positive Gedanken mit Mut zu verknüpfen und zu erkennen, wie sie sich selbst stärken können.
- Welche Worte hörst du gern, wenn du Angst hast? Was tröstet dich besonders?  
→ Durch diese Frage reflektieren die Kinder, was bei ihnen Mut fördert und welche Kraft tröstende Worte haben. Die pädagogischen Fachkräfte können die Antworten für das Mutmonster sammeln, das anschließend gestaltet wird.

Mit diesen Fragen kann die pädagogische Fachkraft den Kindern helfen, ihre eigenen Ressourcen zu erkennen und zu verstehen, was ihnen in Momenten der Angst Kraft und Zuversicht gibt.

## 3. Basteln der Mutmonster

Anschließend darf jedes Kind ein „Mutmonster“ gestalten. Dafür nutzen die Kinder die bereitgestellten Bastelmaterialien. Bei Bedarf kann die Fachkraft unterstützen (z. B. Körperteile vorzeichnen oder beim Schneiden helfen). Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt – umso bunter und lustiger die Monster werden, umso mehr Mut können sie den Kindern machen. Wichtig bei der Gestaltung ist nur, dass ein möglichst gerader Mund gezeichnet wird, um dieses dann im nächsten Schritt zum Sprechen bringen zu können.

## 4. Das Mutmonster zum Sprechen bringen

Damit die Mutmonster Mut zusprechen können, werden diese mit der App ChatterPix Kids bearbeitet. Dafür wird die App auf dem Tablet geöffnet. Anschließend wird das durch das Kind gestaltete Mutmonster mit der App fotografiert. Wir empfehlen, einen einfarbigen oder weißen Hintergrund zu verwenden. Im zweiten Schritt wird mit dem Finger eine gerade Linie am gezeichneten Mund gezogen – hier wird sich der Mund des Mutmonsters später bewegen können.

Danach nehmen die Kinder mit der App auf, was das Mutmonster sagen soll. Hier können die Kinder eigene Mutmacher oder tröstende Worte einsprechen. Die Fachkraft sollte bei den Aufnahmen unterstützen und einen ruhigen Ort aufsuchen (nach Möglichkeit ein separates Zimmer). Um die Aufnahme zu starten, wird das rote Mikrofon gedrückt, nach drei Sekunden startet die App die Aufnahme. Die Aufnahme kann nun durch das Antippen des grünen Playsymbol angehört und bei Bedarf erneut aufgenommen werden (rotes Mikrofon). Wenn das Kind zufrieden ist, könnt ihr mit „next“ fortfahren.

Nachdem das Mutmonster sprechen kann, haben die Kinder nun die Möglichkeit, das Mutmonster mit Stickers und Filtern in der App nach eigenem Geschmack zu verschönern. Sticker können mit den Fingern verschoben werden. Mit zwei Fingern kann die Größe und Neigung angepasst werden. Für die Entfernung eines Stickers kann dieser auf den roten Mülleimer unten links im Bild gezogen werden. Weiterhin kann ein Rahmen ausgewählt und eine Schrift ergänzt werden (hier sollte die Fachkraft unterstützen, falls Kinder noch nicht lesen und schreiben können).

Wenn das Mutmonster fertig bearbeitet ist, könnt ihr auf „next“ klicken und das fertige Video betrachten und speichern. Nutzt dafür die Buttons in der unteren blauen Leiste. Wenn die Kinder etwas ändern möchten, können sie jederzeit auf „back“ klicken und kommen so zurück in den Bearbeitungsmodus.

Nach dem Download findet ihr das Video in der Galerie des Tablets und der App.

## 5. Abschluss / Auswertung

Sobald alle Kinder ihre Mutmonster gestaltet und mithilfe der App zum Sprechen gebracht haben, werden die fertigen Mutmonster vorgestellt. Jedes Kind darf sein Mutmonster zeigen (an den Tablets oder, falls vorhanden, an einer digitalen Tafel). Nachdem alle Kinder ihr Mutmonster präsentieren konnten, kann die Fachkraft das Gespräch erneut auf das Thema Angst und Mut lenken und einen positiven Abschluss finden.

### Reflexionsfragen könnten sein:

- Was kannst du selbst tun, wenn du dich fürchtest?  
→ Die Kinder reflektieren, was sie in akuten Angstsituationen machen können, um sich selbst zu beruhigen und besser mit der eigenen Angst umzugehen.
- Wie könnt ihr selbst zu einem Mutmonster werden und anderen helfen, wenn sie Angst haben?  
→ Diese Frage soll die Kinder dazu ermutigen, sich in andere hineinzusetzen und anderen bei dem Gefühl von Angst zu unterstützen.

## Platz für deine eigenen Notizen

A series of 15 horizontal dashed lines, spaced evenly down the page, intended for writing notes.