

Die Reise zum Feuerdrachen

Ein Mutmachbuch für Kinder



Text und Bilder: Sigrid Limberg-Strohmaier

mein Dank gilt den vielen Kindern, die mit mir auf die Reise gegangen sind und mich inspiriert haben, Gisi Vogt für Fotografie/Layout,
der Malerin Gesa Will für ihr Feedback zu den Bildern und Line Weber für die Crowdfunding-Unterstützung



START

HYPER

Sofort beschleunigt das Raumschiff auf Hypergeschwindigkeit und macht einen unglaublich weiten Satz durch das Weltall.

Mira hält vor Schreck die Luft an und Sweety stemmt seine Vorderpfoten fest gegen das Pilotenboard. Alle werden kräftig durchgeschüttelt. Zum Glück ist es schnell vorbei.

Das Raumschiff bremst sacht ab und vor ihnen erscheint ein wunderbares Gebilde - ein intergalaktisches Wurmloch. Es schillert in allen Farben und sieht aus wie zwei ineinander gesteckte Trichter.

Paul und Mira reißen fasziniert ihre Augen auf. Sweety beginnt begeistert zu schnurren und streckt seinen Schwanz kerzengerade nach oben.



Am überzeugendsten waren für mich die Bilder, die Kinder vor und nach der Reise gemalt haben. Hier einige Beispiele. Vielleicht regen auch Sie ihr Kind dazu an, sich gelegentlich vor und nach der Reise zu zeichnen. Sie werden erstaunt sein. Das ist zugleich eine gute Gelegenheit, den alten Zustand zu integrieren, über den neuen Zustand zu reden bzw. die Veränderung zu festigen. Bitte kommentieren bzw. bewerten Sie die Bilder nicht, sondern stellen eher interessierte Fragen dazu: Wie fühlst du dich auf dem ersten Bild? Wie fühlst du dich auf dem anderen Bild?

Kinder lernen auf diese Weise emotionale Zustände zu wechseln. Aus neurobiologischer Sicht heißt das: die emotionale Flutung der rechten Gehirnhälfte kann durch die Reflektion von Gefühlen (linke Gehirnhälfte) ausgeglichen und integriert werden. So üben Kinder, bewusster mit ihren Emotionen umzugehen, ohne sie zu verdrängen oder zu verleugnen. Auch ihre beiden Gehirnhälften können sich dadurch besser miteinander vernetzen. Das tut übrigens auch den Erwachsenen gut.

Vielleicht haben Sie Lust, mir Ihre Erfahrungen mitzuteilen:

www.balance-nbg.de oder sigrid@balance-nbg.de Viel Freude beim Erforschen

Sigrid Limberg-Strohmaier

**Langeweile, Trauermiene, Wut im Bauch oder einfach nur Lust
auf ein Abenteuer?**

Dann komm mit auf die Reise!

**Weit draußen in einem intergalaktischen Wurmloch hat der
Feuerdrache sein zuhause.**

Er wartet auf dich.

Mehr wird nicht verraten.

Das kannst du nur selbst erleben.

Fass dir ein Herz,

steig ein und lass dich überraschen...



ISBN 978-3-00-050854-7



9 783000 508547