

Fantasiereise - Die Mumie

Mache es dir richtig bequem. Atme noch einmal tief in den Bauch ein und wieder aus. Wenn du magst, schließe die Augen, um dich nicht ablenken zu lassen.

Stell dir vor, du bist auf einer Halloween - Party. Der Raum ist gruselig dekoriert. An vielen Ecken befinden sich weiße künstliche Spinnenweben, einige Dekospinnen, Kürbisse mit Gesichtern, die leuchten und Skelette aus Plastik. Du hast dir ein tolles Kostüm ausgesucht. Auch alle anderen Kinder sind verkleidet. Manche sind sogar geschminkt.

Auf einem Tisch stehen viele Naschereien, die gruselig aussehen, aber richtig lecker schmecken. Und der rote Saft sieht aus wie Blut, schmeckt aber köstlich.

Im Hintergrund spielt Partymusik und du freust dich mit deinen Freunden zu tanzen und ganz viel Spaß zu haben. Am meisten macht dir der Stopptanz viel Freude.

Als die Musik stoppt, öffnet sich plötzlich eine Schranktür. Das Knattern der Tür hörst du gut, denn alle sind ganz still. Nur ganz langsam öffnet sich die Tür. Es kommt dir wie in Zeitlupe vor. Plötzlich kommt eine weiße Mumie aus dem Schrank. Alle Kinder schreien. Du erschreckst dich auch doll. Die Mumie aber lacht. Die Musik beginnt wieder zu spielen und die Mumie fängt an, sich zur Musik zu bewegen. Die Mumie tanzt richtig cool, so dass sich alle Kinder beruhigen. Auch du fängst an zu lächeln. So eine lustige Mumie hast du noch nie gesehen. Die Mumie ist überhaupt nicht gruselig. Sie macht sehr lustige Bewegungen und möchte auch Spaß haben so wie du.

Du bist ganz erstaunt. Denn erst dachtest du, es wird sehr gruselig, aber das stimmt ja gar nicht. Auf dieser Party ist heute nichts ernsthaft gruselig. Es ist die lustigste Party, die du so noch nie erlebt hast. Stell dir jetzt vor, wie diese lustige Party weitergeht.



....

Was macht die Mumie nun Lustiges?

Was machst du?

Was genau bringt dich auf dieser Party zum Lachen?

...

Nun ist die lustige Halloween Party zu Ende. Alle Kinder werden abgeholt. Du gehst mit einem Lächeln nach Hause.

Komm jetzt mit deinen Gedanken wieder zurück in diesen Raum. Öffne die Augen, recke und strecke dich. Tue, was dir guttut und atme noch einmal tief ein und aus.

(Male ein Bild von deiner lustigen Party und/oder schreibe einige Sätze, was noch passiert ist.)