

## Mutsteine

### Bastelanleitung

#### Alter:

Ab 3 Jahren

#### Dauer:

ca. 30-60 Minuten

#### Material:

- Glatte Steine
- Acrylfarben oder wasserfeste Bastelfarben
- Pinsel
- Wasserbecher
- Zeitungspapier als Unterlage
- Permanentmarker oder Lack zum Versiegeln

#### Ziel:

- Auseinandersetzung mit dem Thema Mut
- Eigene Ängste und Herausforderungen benennen lernen
- Strategien entwickeln: „Was macht mir Mut?“
- Stärkung des Selbstvertrauens und der Selbstwirksamkeit
- Förderung der Feinmotorik beim Bemalen

#### Ablauf:

1. Arbeitsplatz mit Zeitung abdecken.
2. Steine gründlich reinigen und trocknen lassen.
3. Steine mit Farben bemalen (z. B. mit Symbolen, Mustern oder Mut-Wörtern).
4. Die bemalten Steine gut trocknen lassen.
5. Die Steine mit Klarlack versiegeln, damit die Farben länger halten.

#### Einsatzmöglichkeiten im Alltag:

- Der Mutstein kann in die Hosentasche oder den Schulranzen gelegt werden.

# Wertewerkstatt

- Er kann bei schwierigen Situationen (z. B.
- Abschied, Prüfung, Konflikt) festgehalten werden.
- Der Mutstein kann auf den Nachttisch gelegt und vor dem Schlafengehen betrachtet werden.
- In der Gruppe können Mutsteine geteilt und Geschichten dazu erzählt werden.
- Der Mutstein erinnert daran: Ich schaffe das.

