

„Ich sage: Nein!  
Was sich blöd anfühlt,  
muss nicht sein.  
Ich will wieder  
glücklich sein.  
Deckel auf und rein!“



**theaterpädagogische  
werkstatt**

## Für starke Kinder und Jugendliche

& Erwachsene

### WEITERE PRODUKTIONEN



**Sexualisierte Gewalt**  
„Mein Körper gehört mir!“

Ein dreiteiliges Programm  
über die Grenzen, die niemand  
überschreiten darf  
Für Kinder in der 3. + 4. Klasse



**Sucht und Cybermobbing**  
„Natürlich bin ich stark!“

Ein dreiteiliges Programm über  
den Mut, du selbst zu sein  
Für Schüler\*innen der  
6. bis 8. Klasse



In leichter Sprache

**Sexualisierte Gewalt**  
**Ja! und Nein!**  
**und Lass das sein!**

Über das Recht auf Grenzen  
Für Menschen mit geistiger  
Behinderung in Betreuungseinrichtungen und Werkstätten



**Erziehung**  
**Eltern sein – ein Kinderspiel?**

Ein Theaterabend mit kreativen  
Lösungen für klassische  
Eltern-Kind-Konflikte  
Für Eltern von Kindergarten-  
kindern

In Deutschland, Österreich und der Schweiz

**Theater, das aufklärt.**  
**Sprache, die nichts verschweigt.**  
**Geschichten, die**  
**in Erinnerung bleiben.**

Wir freuen wir uns über jede Anfrage  
und beantworten gerne Ihre Fragen.  
Rufen Sie uns einfach an  
oder schreiben Sie eine E-Mail.

Viele Infos zu unseren Programmen  
finden Sie auch auf unserer Website.

Telefon: 0541 / 580 54 63 - 0  
[kontakt@tpwerkstatt.de](mailto:kontakt@tpwerkstatt.de)

[www.tpwerkstatt.de/programme](http://www.tpwerkstatt.de/programme)



# Die große Nein- Tonne

Eine Entdeckungsreise  
in die eigenen Gefühle



# Gefühle zeigen macht stark.

## Zielgruppe

Kinder im letzten Kindergartenjahr und in der 1. und 2. Klasse

## Publikum

Bis zu 60 Kinder, klassenübergreifend

## Dauer

Eine Schulstunde à 45 Minuten

## Ablauf

Eine Spielsequenz mit 30 Minuten + 15 Minuten Gesprächskreis

## Raumbedarf

Eine Aula oder ein großer Klassenraum



## DER HINTERGRUND

„Das will ich aber nicht! Das macht mir Angst! Nein, damit fühle ich mich gar nicht wohl!“ Sätze wie diese hören Kinder nur selten aus dem Mund ihrer Eltern und anderer Erwachsener. Und das ist wirklich schade. Denn indem die Großen ihre negativen Emotionen kontrollieren und teilweise sogar ganz verbergen, versäumen sie, den Kleinen den Umgang mit diesen Gefühlen vorzuleben. Aber so entgeht Kindern eine wesentliche Lektion fürs Leben: Nur wer seine Empfindungen wahrnehmen, zulassen und äußern kann, hat die Chance, eine starke und selbstbestimmte Persönlichkeit zu entwickeln.

Mit dem Programm *Die große Nein-Tonne* sensibilisieren wir Jungen und Mädchen deshalb schon sehr früh für ihre Gefühle und Ängste und nehmen ihre Zu- und

Abneigungen ernst. Wir wollen, dass sie in Zukunft laut und deutlich „Nein!“ sagen, wenn jemand ihre persönlichen Grenzen überschreitet. Nicht zuletzt deshalb bereitet *Die große Nein-Tonne* Kinder auch auf das Thema sexualisierte Gewalt vor, das wir in unserem Klassiker *„Mein Körper gehört mir!“* mit Dritt- und Viertklässler\*innen vertiefen.

**Blöde Gefühle – rein in die Tonne!**

## Eine Geschichte von Fremd- und Selbstbestimmung

### DIE GESCHICHTE

Alles, was blöde Gefühle macht, entsorgen die beiden Kinder der Geschichte in einer großen Tonne. Zusammen überlegen sie, was sie loswerden möchten. Zähneputzen? Fernsehzeiten? Pünktlich sein? Obwohl die Zwei all das nicht mögen, sehen sie ein: Manche Regeln machen Sinn – und gehören deshalb nicht in die Tonne. Aber sie erzählen auch von Erlebnissen, die beide richtig sauer machen. Zum Beispiel neulich: Da wollte Papa einfach bestimmen, dass die Suppe nicht zu heiß ist, um gegessen zu werden. Und da sind sich die Kinder einig: Du kannst immer nur für dich selbst sprechen und einfach nicht wissen, was ich zu warm oder zu kalt, zu leicht oder zu schwer, zu langweilig oder zu gruselig finde.



## Von klein auf selbst entscheiden

### DAS THEATER-PÄDAGOGISCHE KONZEPT

„Tonne, Tonne, Deckel auf, ich hab ein Nein-Gefühl im Bauch. Das will ich nicht! Das muss nicht sein! Drum werf ich's rein mit Nein! Nein! Nein!“ Manchmal hilft ein kleiner Zauberspruch, um an die eigene Kraft zu glauben. Unsere Akteur\*innen sprechen ihn deshalb immer dann auf der Bühne, wenn sie negative Erlebnisse in

der Tonne verschwinden lassen. Mit viel Fantasie, kindgerechter Sprache und einem richtig schönen Mitsinglied nehmen wir Jungen und Mädchen die Angst vor dem Nein-Sagen und geben ihnen eine große Portion Selbstvertrauen mit. Indem wir von alltäglichen Situationen erzählen und sie in Zeichnungen darstellen, fällt es unserem jungen Publikum leicht, Gefühle wieder zu erkennen. Die Kinder aus der Geschichte werden zu Vorbildern und machen Mut, der eigenen Wahrnehmung zu vertrauen. Nach dem Spiel sehen wir uns die Bilder der Alltagssituationen noch einmal alle zusammen an und reden über unsere Nein-Gefühle.

### DIE LERNZIELE

Will ich das? Oder nicht? Was sagt mein Bauch? Es ist uns wichtig, dass Kinder lernen, ihre Empfindungen wahrzunehmen, zu verstehen und zu verteidigen. Sie sollen wissen: Auch Erwachsenen gegenüber haben sie das Recht, sich aufzulehnen, wenn ihre Grenzen nicht respektiert werden. Warum manche Regeln zwar nicht schön, für das Zusammenleben aber

wichtig sind – auch das vermitteln wir durch unser Spiel. Grundsätzlich gilt für alle Nein-Gefühle: Am besten ist es, sich einem Menschen anzuvertrauen. Denn nur so kann ich verstanden, unterstützt und getröstet werden. Und das sind lebenswichtige Erfahrungen für jedes Kind.

